

# 所定外労働の削減に向けて

「所定外労働削減要綱」概要

厚生労働省

## はじめに

わが国は、経済的地位においては、世界有数の水準に達していますが、労働時間が長く、生活のゆとりが感じられないという課題を抱えています。豊かでゆとりある勤労者生活を実現していくためには労働時間を減らしていくことが大切ですが、今とくに所定外労働が減らないことと年次有給休暇の取得率の低さが問題となっています。

残業や休日出勤など所定外労働の問題については、平成3年に中央労働基準審議会（当時）の了承を得て「所定外労働削減要綱」が策定されましたが、平成13年に入って、休日労働の回数等について専門家による検討が行われました。そしてその検討結果を踏まえ、また、労働政策審議会の了承を得て、休日労働を中心に「所定外労働削減要綱」を10年振りに改訂したところです。このパンフレットは、労使の皆さんが、所定外労働の削減の意義についてお考えいただくとともに、具体的に所定外労働の削減に取り組まれるときにお役に立つように「所定外労働削減要綱」の内容をまとめたものです。積極的にご活用いただくことを期待しております。



# 目次

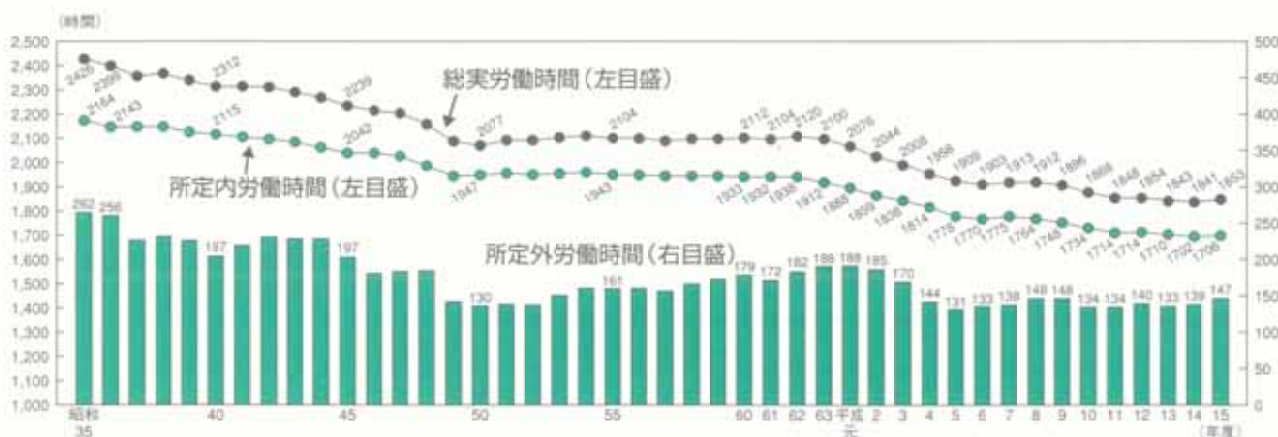
■なかなか減らない所定外労働	3
■なぜ所定外労働を減らさなくてはならないか	4
1. 個人の自由時間	
2. 家族のふれあい	
3. 地域社会とのかかわり	
4. 健康と創造性	
5. 働きやすい職場環境	
■所定外労働削減の目標	6
■所定外労働を減らすために何をすべきか	7
企業の労使が取り組むべきこと	
1. 労働時間に対する意識を改革しよう	
2. 業務体制を改善しよう	
3. 所定外労働削減のための労使委員会を設置しよう	
4. 「ノー残業デー」「ノー残業ウィーク」をつくろう	
5. フレックスタイム制や変形労働時間制を活用しよう	
6. ホワイトカラー等の残業を削減しよう	
7. 時間外労働協定の延長時間を短縮しよう	
8. 「原則限度時間」を設定しよう	
9. 所定外労働を行う理由を限定しよう	
10. 休日確保しよう	
社会全体として取り組むべきこと	11
1. 企業系列・業界団体の一体となった取組を推進しよう	
2. 過剰サービスを見直そう	

## ■ なかなか減らない所定外労働

下のグラフをご覧ください。我が国の勤労者が1年間に働いた時間（総実労働時間）は近年着実に減ってきています。ところが、残業や休日出勤で働いた時間（所定外労働時間）はあまり減少がみられず、いまだに高い水準にあります。

本来、所定外労働というものは、正規の勤務時間ではどうしても仕事が済ませられない臨時・緊急の場合にのみ行うものです。ところが実際には、常日頃から所定外労働をしているという傾向が見られます。このうち休日労働は、平均的にはそれほど多く行われているものではありませんが、一部では相当頻繁に行われています。

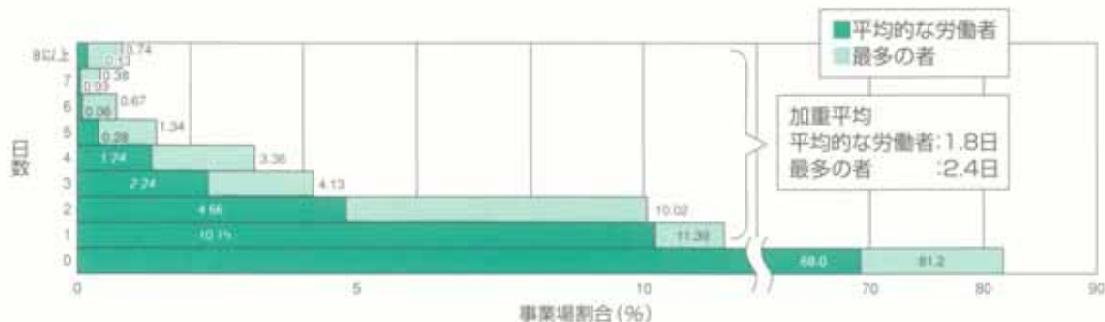
労働者一人平均年間総実労働時間の推移（年度）



（資料出所）厚生労働省「毎月勤労統計調査」

- （注）
- 1 事業所規模30人以上。
  - 2 数値は、年度平均月間値を12倍し、小数点以下第1位を四捨五入したものである。
  - 3 所定外労働時間は、総実労働時間から所定内労働時間を引いて求めた。
  - 4 昭和58年度以前の数値は、各月次の数値を合算して求めた。

所定休日労働の実績（月間）



（資料出所）労働省「平成12年度労働時間等総合実態調査」

- （注）「平均的な労働者」とは、所定休日労働日数が平均的（最も多くの労働者が属すると思われる日数の層のことをいう）の者、「最多の者」とは、所定休日労働日数が最多の者をいう。



# ■ なぜ所定外労働を減らさなくてはならないか

そうは言っても、勤労者本人が納得して所定外労働をしているのであれば問題はないではないか？と疑問を持たれるかもしれません。しかし、以下に見るように勤労者の生活時間は、労働時間だけではなく、個人の自由時間、家族と触れ合う時間、社会とかがわる時間から成り立っています。残業や休日出勤が多ければ多いほど、このような時間が犠牲になることとなります。また、残業や休日出勤が多ければ、健康や創造性が失われ、勤労者にとって働きにくい職場になってしまいますし、能率が下がり使用者にとっても良いことではありません。

## 1. 個人の自由時間

豊かな社会では、自由時間を人それぞれが有意義に過ごし、それらを通じて自己の実現を図っていこうとする傾向がでてきます。これを進めるためには所定外労働を減らし、日々の自由時間を十分に確保し、それが自由に使えるようにすることが不可欠です。

## 2. 家族のふれあい

勤労者は家族の一員です。残業や休日出勤が多ければ、それだけ家族がともに過ごす時間が少なくなります。一緒に食事をとることもできず、ほとんど言葉を交わしあうこともないといったことでは、充実した家庭生活を送ることも難しくなります。

## 3. 地域社会とのかかわり

勤労者は地域社会の一員です。ところが所定外労働が多ければ、時間的な制約から地域社会のいろいろな活動に参加していくことは困難になります。今後、老後生活が長期化していく中で、地域社会の種々な人と交流し、社会にとけ込んでいくことはますます重要になるでしょう。

## 4. 健康と創造性

長時間、そして深夜に及ぶ労働、あるいは休日をとらずに働くことは、疲労やストレスの大きな原因です。また、ゆとりのない状態では創造的な仕事は満足にはできません。残業を減らして、心とからだのゆとりを取り戻し、健康で創造的な生活を送るようにすることが大切です。