



仕事が忙しくて休憩が15分しかとれない。



働く時間に応じて、休憩時間を労働時間の途中に与えなければなりません。

休憩時間のきまり

1日の労働時間が

6時間を超える場合⇒**45分以上**

8時間を超える場合⇒**60分以上**

の休憩が必要です。

注意!

こんな休憩時間の与え方はNG

- ・お昼休憩に、来客対応や電話当番を命じられる
- ・細切れの休憩時間のみ
(トイレ休憩や数分の昼食時間のみ)

いつも僕だけ
電話当番だよ



POINT

休憩時間は疲労回復のための時間です
お互いに話し合って休憩時間を取りましょう!