

## 休憩の保障

労働基準法では、実労働時間が6時間を超える場合は少なくとも45分、8時間を超える場合は少なくとも1時間の休憩を労働時間の途中で与えなければならないと定めています（34条1項）。休憩は、労働時間の途中で休息のために労働から完全に解放される時間です。休憩時間は、労働者が自由に利用できる時間でなければなりません（34条3項）。客先の都合で車内に待機している時間（手待ち時間）は、労働から解放されておらず、自由行動をできる時間ではないので、休憩とはいえません。待機の間、実際には食事を取ることができるとしても、客から求められた場合にはすぐに対応しなければならない場合、それは労働時間にあたります。

会社が、トラックから離れて自由に行動できる休憩時間を保障しなければ、労働基準法違反になります。

ただ、この労働基準法34条の規定は、一部の運送労働者には適用されないこととなっています。運送業のうち、6時間以上を要する長距離を継続して乗務をする運転手については、休憩を与えないことができることとされています（労基法40条、労基法施行規則32条1項と通達）。

また、6時間以上の長距離運転の業務に従事する運転手でなくとも、「従事する業務の性質上休憩時間を与えることができないと認められる場合」において、「その勤務中における停車時間、折返しによる待合せ時間その他の合計が」労働基準法第34条1項に規定する時間に相当するとき、つまり6時間を超える労働の途中で45分以上、8時間を超える労働の途中で1時間以上の時間になっていれば、別途休憩を与えなくてもよいとされています。

6時間以上継続して乗務することが必要な長距離運転の仕事であれば、労働基準法の休憩時間の適用はされませんが、そのように長距離でない場合、「従事する業務の性質上」休憩時間を与えることが客観的にできないと認められない限り、労働基準法の原則どおりの休憩を与える義務があるのです。

労働基準法は最低基準ですから、会社の就業規則で、昼食休憩を1時間付与すると記載されていれば、会社に対し、45分ではなく、1時間の自由に使える休憩を求めることができます。

（古田典子）