

就業時間の定義 簡単まとめ

 Money Forward クラウド

※当資料に従うことで、法令違反がないことを保証する資料ではありません。
※あくまで参考としてご利用いただくことを想定している資料です。実際の制度内容は国の資料等をご確認ください。
※当資料は、2025年4月時点の内容となっております。最新の情報は国の資料等をご確認ください。

就業時間の定義 簡単まとめ

就業時間とは

就業時間とは、始業から終業までの時間で、休憩時間も含まれます。企業の指揮命令下にある拘束時間を指します。

休憩時間との関係 就業時間には休憩時間が含まれます。労働基準法により、労働時間が6時間を超える場合は45分以上、8時間を超える場合は1時間以上の休憩が必要です。休憩時間は賃金対象外ですが、就業時間の一部です。例：9時始業、18時終業、休憩1時間の場合、就業時間は9時間（実働8時間）。

就業時間・労働時間・実働時間の違い

用語	説明	休憩時間の扱い
就業時間	始業から終業までの拘束時間	含む
労働時間	実質的に労働している時間（指揮命令下）	含まない
実働時間	就業時間から休憩を除いた時間	含まない

労働時間には、法律上限の「法定労働時間（1日8時間・週40時間原則）」と、企業が定める「所定労働時間（法定内）」があります。実働時間は賃金計算の基礎となります。

就業時間の定義 簡単まとめ

就業時間の計算例

- 9時～18時勤務（休憩1時間）：就業9時間、実働8時間
- 20時～翌5時勤務（休憩1時間）：就業9時間、実働8時間（22時～翌5時は深夜割増賃金対象）

多様な就業時間制度

- **フレックスタイム制度**：1～3ヶ月の清算期間内清算期間内における総労働時間の枠内で、日々の総労働時間を満たせば、日々の始業・終業時刻を従業員が決定。コアタイム設定も可能。
- **変形労働時間制度**：業務の繁閑に応じ、特定日・週の所定労働時間を調整。1ヶ月・1年単位などがあり、期間平均で法定労働時間内に。
- **シフト制度**：従業員ごとに勤務時間を設定。小売業などで多用。

就業規則への記載

就業規則には、始業・終業時刻、休憩時間、所定労働時間、休日、時間外労働規定などを明記します。厚生労働省のウェブサイトにモデル様式があります。（記載例）第〇条 始業午前9時、終業午後6時。休憩1時間。所定労働8時間。

就業時間の定義 簡単まとめ

就業時間に関するQ&A

• 着替え時間は就業時間か？

会社指示による業務上必須の着替えは労働時間に含まれる場合があります。

• 15分前出社は就業時間か？

会社が明確に指示し業務を行う場合は労働時間です。自主的な早出は含みません。

• 手待ち時間は就業時間か？

指揮命令下にある手待ち時間は原則労働時間です。

• 移動時間は就業時間か？

業務に伴う移動は原則労働時間です。通勤時間は含みません。