

# 夜勤明けの勤務ルール 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5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。

# 夜勤明けの勤務ルール 簡単まとめ

## 夜勤明けの日勤は法的に可能？

- **法律上可能**です。労働基準法に違反しない限り、夜勤明けの翌日の勤務は違法ではありません。

- **注意点**

勤務間インターバルの確保が努力義務（労働時間等設定改善法）。

安全配慮義務や適切な賃金支払いが求められます。

# 夜勤明けの勤務ルール 簡単まとめ

## 違法となるケース

| 違反内容         | 根拠法令      | 概要                             |
|--------------|-----------|--------------------------------|
| 36協定未締結または超過 | 労働基準法第36条 | 時間外労働に法的根拠がない、または上限超過（例：月45時間） |
| 法定休日の未確保     | 労働基準法第35条 | 週1回（または4週4回）の休日がない勤務形態         |
| 割増賃金未払い      | 労働基準法第37条 | 時間外・深夜・休日労働に対する割増賃金の未払い        |
| 安全配慮義務違反     | 労働契約法第5条  | 過重労働による健康被害、事故発生時に企業側の責任発生     |

# 夜勤明けの勤務ルール 簡単まとめ

## 賃金計算の基準（原則）

| 労働区分          | 割増率  |
|---------------|------|
| 時間外労働（8h超）    | 25%増 |
| 深夜労働（22時～翌5時） | 25%増 |
| 時間外＋深夜        | 50%増 |
| 法定休日労働        | 35%増 |
| 時間外労働（60h超）   | 50%増 |
| 時間外60h超＋深夜    | 75%増 |
| 法定休日＋深夜労働     | 60%増 |

# 夜勤明けの勤務ルール 簡単まとめ

## シフト作成時の4つのポイント

### 1. 勤務間インターバルの導入

→ 9～11時間の休息時間を確保

### 2. シフトの偏り防止

→ ロテーション制、希望シフトの把握

### 3. 健康状態への配慮

→ 夜勤明け翌日は原則休みに、定期健診の実施

### 4. システム導入

→ シフト管理ツールで柔軟かつ効率的な調整を実現