

事業主団体の長 殿

厚生労働省雇用環境・均等局職業生活両立課長



勤務間インターバル制度導入・運用マニュアルの送付について

厚生労働行政の運営につきましては、平素より格別の御理解と御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、平成 30 年 6 月 29 日に成立した働き方改革を推進するための関係法律の整備に関する法律（平成 30 年法律第 71 号）では、労働基準法の改正により時間外労働の上限規制が法定される等、労働者の働き方に影響を及ぼす重要な改正がなされましたが、同時に、労働時間等設定改善法が改正され、勤務間インターバル制度の導入が、事業主の努力義務となりました（平成 31 年 4 月 1 日施行）。

勤務間インターバル制度は、1 日の勤務終了後、翌日の出社までの間に、一定時間以上の休息時間（インターバル時間）を確保する仕組みで、労働者の生活時間や睡眠時間を確保するうえで重要な制度です。

長時間労働の実態にある企業や業界においては、まずは時間外労働の上限規制を遵守していただくことが必要ですが、フレックスタイム制等の柔軟な労働時間制度のほか、勤務間インターバル制度を導入することが長時間労働を是正するうえでも有効な手段になるものと考えられます。

今般、企業の方々に参考としていただくため、「勤務間インターバル制度導入・運用マニュアル」を作成しましたので、貴職におかれましても、この趣旨を御理解の上、当該マニュアルについて、冊子の配布や広報誌への URL（全業種版 <https://work-holiday.mhlw.go.jp/interval/pdf/00.pdf>）等の掲載などによる傘下企業（団体）等への周知等に御協力いただきますよう、よろしく御願い申し上げます。

（担 当）

厚生労働省雇用環境・均等局職業生活両立課  
働き方・休み方改善係（03-5253-1111（内線 7915））  
松 本（matsumoto-kazuyuki@mhlw.go.jp）  
川野邊（kawanobe-misato@mhlw.go.jp）