

4 労働時間・休日・休暇

(1) 1日及び週の所定労働時間

労働基準法の第32条には「使用者は、労働者に、休憩時間を除き1週間について40時間を超えて、労働させてはならない。」「使用者は、一週間の各日については、労働者に、休憩時間を除き一日について八時間を超えて、労働させてはならない。」と規定されている。※一部例外あり

① 1日の所定労働時間

正規雇用労働者の1日の所定労働時間については平均7時間37分、週所定労働時間については平均37時間51分と、規定を下回っている。産業別でみると、1日の所定労働時間では、労働基準法の規定を超えているものはないが、週所定労働時間では、建設業においてわずかに規定を超えている。【表13】

【表13】正規雇用労働者の1日の所定労働時間及び週所定労働時間

(単位：時間、分)

	1日の所定労働時間	週所定労働時間
調査産業計	7:37	37:51
5～9人	7:28	36:15
10～29人	7:38	38:01
30～99人	7:53	38:55
100～299人	7:41	38:40
300～999人	7:22	38:56
1,000人以上	7:47	38:44
無回答・不明	7:25	37:08
建設業	7:53	40:22
製造業	7:46	39:11
電気・ガス・水道業	6:51	33:00
情報通信業	7:51	38:08
運輸業，郵便業	7:55	39:35
卸売業，小売業	7:47	39:20
金融業，保険業	7:28	37:22
不動産業，物品賃貸業	7:20	39:12
学術研究，専門・技術業	7:36	38:33
宿泊業，飲食業	6:55	33:38
生活関連業，娯楽業	7:08	36:30
教育，学習支援業	7:31	37:25
医療，福祉	7:32	35:59
複合サービス事業	8:00	40:00
サービス業（その他）	7:25	38:47
無回答・不明	7:54	37:42

(2) 週休制

労働基準法では事業所が従業員に対して毎週少なくとも1日の休日を与えることを義務付けている。ただし、週休1日制だけでなく、4週間で4日以上の日を休ませる変形週休制も認められている。昨今では、事業所が2日以上の日を任意で設定できるため、週休2日制が広く普及している。

①週休制の形態別適用労働者割合

週休制で最も多いのは、「何らかの週休2日制」で79.5%、そのうち完全週休2日制が59.8%となっている。週休2日制より休日日数が実質的に多い制度を採用している事業所13.0%を含めると、92.5%の労働者が週休2日制で勤務していることになる。ただし、週休2日制を導入していても、完全週休2日制より休日日数が実質的に少ない制度も19.7%あるため、実質週休2日未満の労働者は、週休1日または1日半の7.6%を合わせると、27.3%に上る。【表14】

【表14】主な週休制の形態別労働者割合

	週休1日制又は 週休1日半制		何らかの 週休2日制		完全週休2日制より 休日日数が実質的に 少ない制度（注1）		完全週休2日制		完全週休2日制より 休日日数が実質的に 多い制度（注2）	
	%	(件数)	%	(件数)	%	(件数)	%	(件数)	%	(件数)
調査産業計	7.6%	(800)	79.5%	(8390)	19.7%	(2076)	59.8%	(6314)	13.0%	(1369)
5～9人	11.1%	(69)	64.7%	(401)	18.1%	(112)	46.6%	(289)	24.2%	(150)
10～29人	8.8%	(111)	68.7%	(869)	24.6%	(311)	44.1%	(558)	22.5%	(285)
30～99人	14.8%	(326)	74.0%	(1631)	29.4%	(648)	44.6%	(983)	11.2%	(247)
100～299人	1.4%	(31)	80.7%	(1779)	16.0%	(352)	64.7%	(1427)	17.9%	(395)
300～999人	16.7%	(237)	79.8%	(1132)	14.9%	(212)	64.8%	(920)	3.5%	(50)
1,000人以上	0.1%	(2)	93.4%	(2081)	5.6%	(124)	87.8%	(1957)	6.5%	(145)
無回答・不明	3.9%	(24)	80.4%	(497)	51.3%	(317)	29.1%	(180)	15.7%	(97)
建設業	6.8%	(36)	86.6%	(460)	34.5%	(183)	52.2%	(277)	6.6%	(35)
製造業	3.5%	(96)	93.2%	(2522)	14.9%	(403)	78.3%	(2119)	3.2%	(87)
電気・ガス・水道業	0.0%	(0)	70.9%	(56)	15.2%	(12)	55.7%	(44)	29.1%	(23)
情報通信業	0.0%	(0)	93.5%	(143)	0.0%	(0)	93.5%	(143)	6.5%	(10)
運輸業、郵便業	18.8%	(87)	74.1%	(344)	35.8%	(166)	38.4%	(178)	7.1%	(33)
卸売業、小売業	5.0%	(71)	78.7%	(1112)	20.9%	(295)	57.8%	(817)	16.3%	(230)
金融業、保険業	0.0%	(0)	95.0%	(401)	0.0%	(0)	95.0%	(401)	5.0%	(21)
不動産業、物品賃貸業	51.1%	(89)	25.9%	(45)	4.0%	(7)	21.8%	(38)	23.0%	(40)
学術研究、専門・技術業	0.0%	(0)	87.7%	(178)	28.1%	(57)	59.6%	(121)	12.3%	(25)
宿泊業、飲食業	6.3%	(14)	59.9%	(133)	19.4%	(43)	40.5%	(90)	33.8%	(75)
生活関連業、娯楽業	40.9%	(47)	47.8%	(55)	4.3%	(5)	43.5%	(50)	11.3%	(13)
教育、学習支援業	25.5%	(167)	65.4%	(429)	31.6%	(207)	33.8%	(222)	9.1%	(60)
医療、福祉	3.8%	(81)	67.5%	(1443)	8.2%	(175)	59.3%	(1268)	28.7%	(613)
複合サービス事業	0.0%	(0)	100.0%	(96)	0.0%	(0)	100.0%	(96)	0.0%	(0)
サービス業（その他）	21.1%	(99)	71.3%	(335)	33.6%	(158)	37.7%	(177)	7.7%	(36)
無回答・不明	1.8%	(13)	88.7%	(638)	50.8%	(365)	38.0%	(273)	9.5%	(68)

（注1）月3回、隔週、月2回、月1回の週休2日制の他、3勤1休、4勤1休等をいう。

（注2）月1回以上週休3日制、3勤3休、3勤4休等をいう。

(3) 年次有給休暇の取得状況

年次有給休暇とは、一定期間勤続した労働者に対して付与される「有給」の休暇で、事業者は、業種、業態、正社員、パートタイムなどの区分なく、一定の要件を満たした全ての労働者に対して年次有給休暇を与えなければならない。また、年次有給休暇が10日以上付与される労働者については、年5日の有給休暇を取得させることが使用者の義務となっている。

①年次有給休暇取得資格者の付与日数と取得日数

年次有給休暇の付与日数は平均で年16.1日となっているが、従業員数が5人～9人の事業所では13日、1,000人以上の事業所では19.2日と規模が大きい事業所ほど付与される日数が増えている。また、労働者1人当たりの取得日数では、従業員数が5人～9人の事業所では7.4日、1,000人以上の事業所では13.8日と、こちらも事業所の規模にほぼ比例している。産業別では、付与日数は電気・ガス・水道業が22.5日、金融業・保険業が19.3日と多くなっている。取得日数では、複合サービス事業が16.9日、金融業・保険業が14.5日と多いが、その他サービス業で7.0日、運輸業・郵便業で8.7日と少なくなっている。【表15】

【表15】年次有給休暇の付与日数、取得日数及び平均取得率

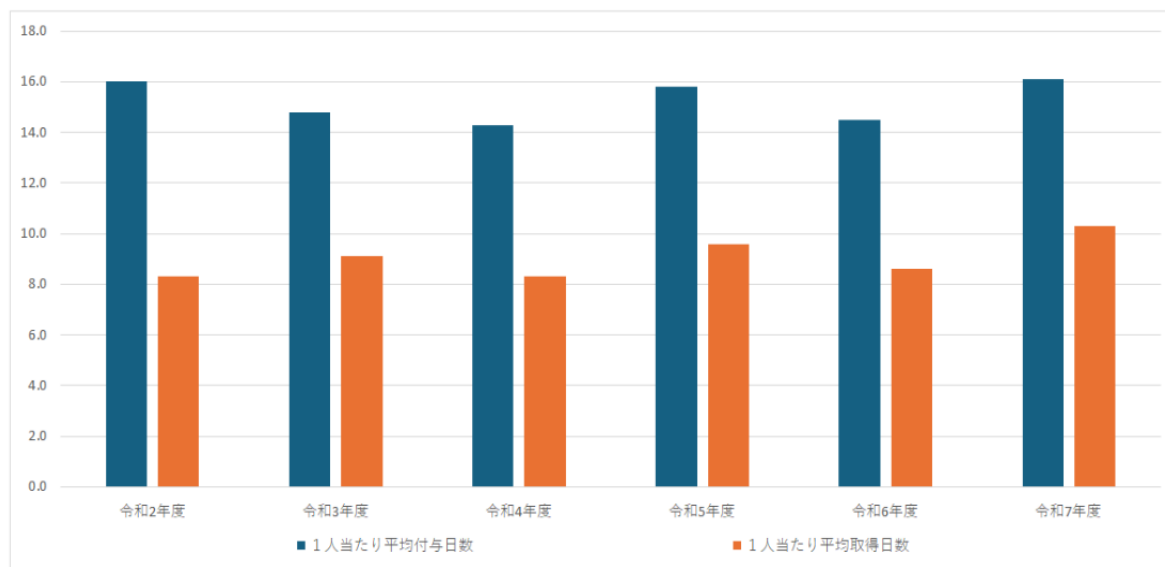
※数値は%（ ）内は総日数

	労働者1人平均付与日数 (総日数)		労働者1人平均取得日数 (総日数)		労働者1 人平均取 得率
総計	16.1	(145,414)	10.3	(92,759)	63.8%
5～9人	13	(4,808)	7.4	(2,736)	56.9%
10～29人	14.4	(14,997)	9.1	(9,496)	63.3%
30～99人	15.8	(28,173)	9.3	(16,571)	58.8%
100～299人	15.4	(33,544)	10.8	(23,493)	70.0%
300～999人	17.8	(34,814)	9.9	(19,373)	55.6%
1,000人以上	19.2	(19,864)	13.8	(14,247)	71.7%
無回答・不明	14	(9,214)	10.4	(6,844)	74.3%
建設業	16.7	(6,695)	9.6	(3,848)	57.5%
製造業	16.2	(29,590)	10.5	(19,172)	64.8%
電気・ガス・水道業	22.5	(1,555)	14.3	(987)	63.5%
情報通信業	17.4	(2,311)	14.4	(1,921)	83.1%
運輸業、郵便業	16.2	(6,942)	8.7	(3,724)	53.6%
卸売業、小売業	17.1	(21,287)	10.2	(12,671)	59.5%
金融業、保険業	19.3	(8,189)	14.5	(6,157)	75.2%
不動産業、物品賃貸業	14.6	(2,020)	10.4	(1,434)	71.0%
学術研究、専門・技術業	11.3	(2,322)	9.3	(1,897)	81.7%
宿泊業、飲食業	15	(3,513)	9.0	(2,118)	60.3%
生活関連業、娯楽業	11.8	(1,377)	9.2	(1,076)	78.1%
教育、学習支援業	18.1	(10,975)	9.3	(5,664)	51.6%
医療、福祉	15.5	(30,056)	10.8	(20,947)	69.7%
複合サービス事業	18.7	(1,735)	16.9	(1,574)	90.7%
サービス業(その他)	15.3	(9,013)	7.0	(4,126)	45.8%
無回答・不明	13.5	(7,834)	9.4	(5,446)	69.5%

②年次有給休暇に関する令和2年度から令和7年度調査の経年比較

労働者ひとり当たりの年次有給休暇付与日数と一人当たりの取得日数の平均を経年比較してみると、令和7年度は取得日数が微増しているが、全体としては大きな変化は見られない。【図21】

【図21】年次有給休暇の付与日数と取得日数（令和2～令和7年度職場環境調査との比較）



（4）時間外労働・長時間労働削減への取り組み

法律上、時間外労働の上限は原則として月45時間・年360時間となり、臨時的な特別の事情があって労使が合意する場合（特別条項）でも、以下を守らなければならない。

①時間外労働が年720時間以内 ②時間外労働と休日労働の合計が月100時間未満 ③時間外労働と休日労働の合計について、「2か月平均」「3か月平均」「4か月平均」「5か月平均」「6か月平均」が全て1月当たり80時間以内 ④時間外労働が月45時間を超えることができるのは、年6か月が限度となる。

また、特別条項の有無に関わらず、1年を通して常に時間外労働と休日労働の合計は、月100時間未満、2～6か月平均80時間以内にしなければならない。

①正規雇用労働者における時間外労働時間の状況

正規雇用労働者における1か月間の平均時間外労働時間の状況をみると、全体では1時間～9時間が40.2%、10時間～19時間が16.2%と高い割合になっているが、反対に時間外労働が0時間と回答した事業所も21.8%ある。

産業別でみると、運輸業・郵便業で1か月40時間以上残業をする割合が26.7%と飛びぬけて高い割合になっている。その他にも、製造業や宿泊業・飲食業でも40時間を超える時間外労働を行うことがあると回答している【表16】

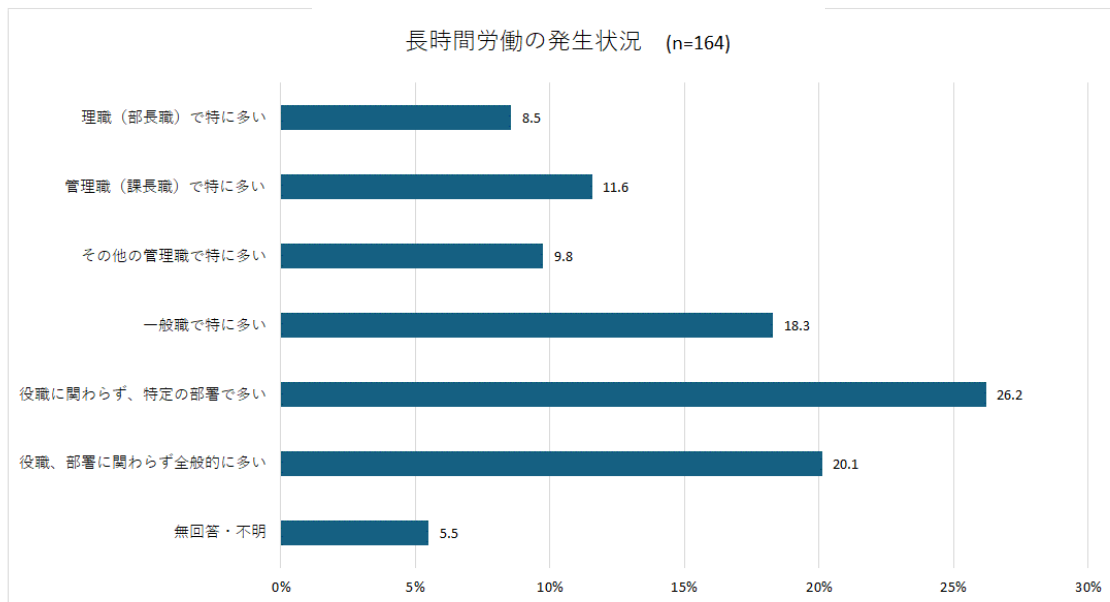
【表 16】正規雇用労働者の1か月の平均残業時間

	% (件数)											
	①0時間	②1～9時間	③10～19時間	④20～29時間	⑤30～39時間	⑥40～49時間	⑦50～59時間	⑧60～69時間	⑨70～79時間	⑩80時間以上	無回答・不明	
調査産業計	21.8% (108)	40.2% (199)	16.2% (80)	9.5% (47)	4.6% (23)	0.8% (4)	0.6% (3)	0.4% (2)	0.2% (1)	0.8% (4)	4.8% (24)	
5～9人	39.1% (52)	36.8% (49)	4.5% (6)	3.8% (5)	3.8% (5)	0.8% (1)	0.8% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.8% (1)	9.8% (13)	
10～29人	30.8% (33)	37.4% (40)	15.9% (17)	10.3% (11)	2.8% (3)	0.9% (1)	0.0% (0)	0.9% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.9% (1)	
30～99人	9.0% (6)	50.7% (34)	22.4% (15)	9.0% (6)	3.0% (2)	1.5% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	1.5% (1)	1.5% (1)	1.5% (1)	
100～299人	4.7% (2)	48.8% (21)	23.3% (10)	16.3% (7)	7.0% (3)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	
300～999人	5.6% (2)	38.9% (14)	25.0% (9)	11.1% (4)	8.3% (3)	2.8% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	5.6% (2)	2.8% (1)	
1,000人以上	3.4% (2)	44.1% (26)	23.7% (14)	15.3% (9)	10.2% (6)	0.0% (0)	1.7% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	1.7% (1)	
無回答・不明	22.0% (11)	30.0% (15)	18.0% (9)	10.0% (5)	2.0% (1)	0.0% (0)	2.0% (1)	2.0% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	14.0% (7)	
調査産業計	21.8% (108)	40.2% (199)	16.2% (80)	9.5% (47)	4.6% (23)	0.8% (4)	0.6% (3)	0.4% (2)	0.2% (1)	0.8% (4)	4.8% (24)	
建設業	22.5% (9)	32.5% (13)	17.5% (7)	17.5% (7)	10.0% (4)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	
製造業	18.2% (10)	38.2% (21)	20.0% (11)	12.7% (7)	5.5% (3)	0.0% (0)	1.8% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	1.8% (1)	1.8% (1)	
電気・ガス・水道業	28.6% (2)	28.6% (2)	28.6% (2)	0.0% (0)	14.3% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	
情報通信業	0.0% (0)	40.0% (2)	60.0% (3)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	
運輸業、郵便業	0.0% (0)	6.7% (1)	13.3% (2)	26.7% (4)	26.7% (4)	6.7% (1)	13.3% (2)	0.0% (0)	6.7% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	
卸売業、小売業	26.2% (22)	38.1% (32)	19.0% (16)	7.1% (6)	3.6% (3)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	6.0% (5)	
金融業、保険業	5.3% (1)	63.2% (12)	26.3% (5)	5.3% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	
不動産業、物品賃貸業	18.2% (2)	45.5% (5)	9.1% (1)	27.3% (3)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	
学術研究、専門・技術業	11.1% (1)	22.2% (2)	22.2% (2)	33.3% (3)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	11.1% (1)	
宿泊業、飲食業	31.0% (9)	24.1% (7)	3.4% (1)	10.3% (3)	10.3% (3)	0.0% (0)	0.0% (0)	3.4% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	17.2% (5)	
生活関連業、娯楽業	26.7% (4)	53.3% (8)	6.7% (1)	6.7% (1)	6.7% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	
教育、学習支援業	34.6% (9)	46.2% (12)	3.8% (1)	3.8% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	11.5% (3)	
医療、福祉	23.2% (26)	49.1% (55)	15.2% (17)	2.7% (3)	0.9% (1)	0.9% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.9% (1)	7.1% (8)	
複合サービス事業	0.0% (0)	71.4% (5)	14.3% (1)	0.0% (0)	14.3% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	
サービス業（その他）	23.3% (7)	33.3% (10)	20.0% (6)	13.3% (4)	3.3% (1)	3.3% (1)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	0.0% (0)	3.3% (1)	
無回答・不明	19.4% (6)	38.7% (12)	12.9% (4)	12.9% (4)	3.2% (1)	3.2% (1)	0.0% (0)	3.2% (1)	0.0% (0)	6.5% (2)	0.0% (0)	

②長時間労働の発生状況

長時間労働の発生状況を見ると、役職にかかわらず、特定の部署で多いとしたものが 26.2%、役職、部署にかかわらず全般的に多い、が 20.1%となっている。【図 22】

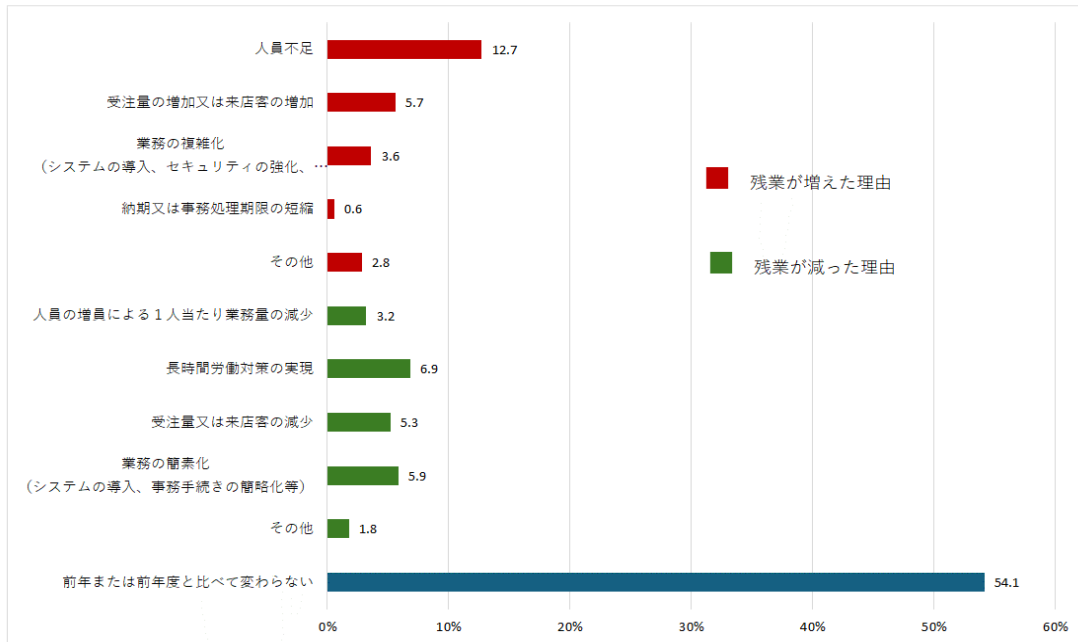
【図 22】長時間労働の発生状況



③時間外労働の増減とその要因

残業時間の増減については、前年に比べて変わらないとしたものが 54.1%と最も多かった。残業時間が増えた理由としては、人員不足が 12.7%と最も高く、減った理由としては、長時間労働対策の実現が 6.9%、と最も高い割合になっている。【図 23】

【図 23】 残業時間の前年度との比較



④時間外労働の削減に向けた取り組み

時間外労働の削減に向け導入されている取り組みについては、「身近な上司からの声掛け」が39.0%、「残業の事前承認」が34.7%と多く、効果的だと思われる取り組みとしては、「長時間労働ではなく、時間効率を意識させる仕組みの導入」が32.3%、「担当がいなくても他の人が代替できる体制づくり」が30.3%と高くなっている【図 24】

【図 24】 残業時間を削減する取り組み

