



正社員の労働時間について

9月16日から高卒新卒者の就職試験が順次始まっています。内定が出た4年生には、来年4月から正社員として働く毎日が待っています。これから卒業までは、社会に出るための覚悟を持って心身を整えていく時間になります。定時制のみなさんの中にはすでにアルバイトなどで社会で働きながら学校生活と両立して頑張っている人も多いと思いますが、卒業後、正社員として勤務するとなると、どれくらいの時間を仕事に費やすことになるか知っていますか？

正社員の労働時間制度は、大きく分けて「固定労働時間制」「変形労働時間制」「フレックスタイム制」「みなし労働時間制」の4種類あります。

多くの正社員に該当する勤務形態である「固定労働時間制」と「変形労働時間制」は次のとおりです。



固定労働時間制 (1週間の目安：8時間×5日＝40時間)

- 1日8時間以内、1週間40時間以内の勤務。
- 「週5日・9時～18時・土日祝日は休日」など、勤務日数や時間は会社の就業規則で決められる。
※9時～18時は9時間であるが、休憩時間が1時間含まれているので、労働時間は8時間となる。

変形労働時間制

- 1日の労働時間を決めておらず、週・月・年などの単位で労働時間を設定する。
週40時間を超えないよう調整すれば、1日の労働時間は8時間を超えることもある。

いずれの勤務形態も勤務時間の上限は法律で決められており、これ以上働くときには残業代が支払われることになっている他、過剰な超過勤務も禁じられています。違反すると、雇用側の企業が罰せられます。

(労働基準法第32条)

法定労働時間の上限を、休憩時間を除いて1日に8時間、1週間に40時間まで

(労働基準法第32条)

延長できる労働時間は、原則として月45時間以内、年360時間以内

上記の労働時間を超えて、会社が時間外労働(残業や休日出勤)をさせた場合は、相応の割増賃金を支払わなければならない。

★しかし通常、正社員では、勤務時間の上限まで働く契約が一般的なので、**最低でも週5日、1日8時間の勤務**になります。アルバイトやパートのように短時間かつ少ない日数での勤務は選べません。

定時制の在校時間は1日3時間30分です。日暮れ時から毎日通学するのは大変なことなので、休まず通えるだけで十分立派なのですが、卒業後、経済的に自立できるだけしっかり働くことを想定すると、毎日の既定の活動時間が3時間半では少ないかもしれません。アルバイトを追加し、単純計算で学校週5日・3時間半+アルバイト週5日・4時間半なら、一日8時間の勤務と同等になります。

アルバイトをしていない人、する予定のない人も、卒業後の自立した生活を見据え、社会に出た後の急激なストレスを避けるためにも、1日の活動時間を少しずつ増やしていけるといいと思います。