

Q897. 休憩時間を分割して与える場合の注意点を教えてください。

労基法では、休憩時間について、

- ・ 労働時間が6時間を超える場合は少なくとも45分の休憩を与えること
- ・ 労働時間が8時間を超える場合は少なくとも1時間の休憩を与えること
- ・ 休憩は一斉に与えること
- ・ 休憩時間を自由に利用できるようにすること

と定めており、その他の法律上の規制はありませんので、分割して与えることはできます。

ただし、45分の休憩を5分×9回とする等あまりに小刻みな分割では、心身疲労の回復を目的とした休憩時間の趣旨に反することになります。

また、小刻みな休憩時間は、休憩時間の利用が事実上制限されており労働から完全に解放されているとはいえないため、手待ち時間（労働時間）と判断されるリスクが生じ、手待ち時間と判断された場合には、賃金支払義務を負うことになります。

休憩を分割して与える場合は、小刻みにしすぎないように注意しましょう。

弁護士法人四谷麴町法律事務所

勤務弁護士作成