取引関係者の皆さま、国民の皆さま

くらし、
はたらき、
ともに
ススメ！



2024年4月から

建設業、ドライバー、医師の
時間外労働の上限規制適用開始！



くらし・はたらき
マエストロ
たしかめたん

みなさまに お願いがあります！

たしかめよう！

適正な工期の設定を！

週休2日の実現に向け、
ご配慮をお願いいたします。

荷待ち時間・荷役時間の削減を！

再配達の削減に向け、
確実に受け取れる時間の指定や
置き配などの活用もお願いいたします。

行程・ダイヤについてよく話し合いを！

停留所からの安全な発車にも
ご協力ください。

受診は診療時間内に！

医療のかかり方への
ご理解・ご配慮をお願いいたします。

詳しくは裏面をご覧ください

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

国土交通省
Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism

働き方改革の推進にご協力をお願いいたします。
詳しくは特設サイトへ！ はたらきかたススメ 検索

暮らしを支える方々のためにも

みなさまへ大切なお願いです！

みなさまへお願い



くらし・はたらきマエストロ
たしかめたん

建設業



抱える問題

工期が短いと、土日も働かなければならず、
長時間労働につながります。

わたしたちにできること

**工事を受注・発注するときは、
ゆとりをもった適正なスケジュールに。
また、工事の受注・発注に当たっては適切な金額での契約を
心がけてください。**

トラックドライバー



抱える問題

荷待ち時間・荷役時間は、一運行あたり平均3時間程度と言われており、
長時間労働の原因となっています。

わたしたちにできること

**荷待ち・荷役作業時間削減のため、適切な日時指定、
予約システムの導入、作業効率化などの工夫を。
また、「標準的運賃」を参考に、運賃や、荷待ち、荷役作業の
料金の見直しもお願いいたします。**

バス運転者



抱える問題

運行スケジュールによっては、
休憩できずに運転時間が長くなってしまいます。

わたしたちにできること

**貸切バスや送迎バス、コミュニティバスを発注するときには、
行程やダイヤについてバス事業者とよく話し合いを。
また、運転者が必要なときに休憩をとれるように
SA・PAの駐車ルールを守ることも重要です。**

医師



抱える問題

夜間や休日など診療時間外に緊急でない受診をすることは、
医師の負担につながります。

わたしたちにできること

**受診すべきか迷う場合には
☎#7119（大人）または☎#8000（小児）へご相談ください。(※)
また、ご家族の方も病状説明などは
決められた診療時間内の受診をお願いいたします。**

※#7119/#8000の実施状況は地域によって異なります。
非対応地域については、全国版救急受診アプリ「Q助」をご活用ください。
詳しくはウェブサイトをご覧ください。