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

～安心して働ける信州のために～

長野労働局発表８－40
令和８年 10 月 27 日

報道関係者　各位

【照会先】
長野労働局労働基準部監督課
課　　長　　岡田　尚人
主任監察監督官　　末長　信二
（電話）026-223-0553

長時間労働が疑われる事業場に対する令和７年度の監督指導結果を公表します

厚生労働省長野労働局（局長　木村（きむら）　聡（さとし））では、このたび、令和７年度に長時間労働が疑われる事業場に対して労働基準監督署が実施した、監督指導の結果を取りまとめましたので、監督指導事例等とともに公表します。

この監督指導は、各種情報から時間外・休日労働時間数が１か月当たり 80 時間を超えていると考えられる事業場や、長時間にわたる過重な労働による過労死等に係る労災請求が行われた事業場等、長時間労働が疑われる事業場を対象としています。

対象となった 716 事業場のうち、335 事業場（46.8%）で違法な時間外労働を確認したため、是正・改善に向けた指導を行いました。なお、このうち実際に１か月当たり 80 時間を超える時間外・休日労働が認められた事業場は、144 事業場（違法な時間外労働があったもののうち 43.0%）でした。

長野労働局では、今後も長時間労働の是正に向けた取組を積極的に行うとともに、11 月の「過重労働解消キャンペーン」期間中に重点的な監督指導を行います。なお、悪質な事案については引き続き厳正に対処していきます。

また、労働基準監督署では「労働時間相談・支援コーナー」を設けて、労務管理や労働時間に関するきめ細やかな助言・指導を行っています。

【令和７年４月から令和８年３月までの監督指導結果のポイント】

(1) 監督指導の実施事業場：　716 事業場

このうち、592 事業場（全体の 82.7%）で労働基準関係法令の違反あり。

(2) 主な違反内容［(1)のうち、法令違反があり、是正勧告書を交付した事業場］

① 違法な時間外労働があったもの：　335 事業場　(46.8%)

うち、時間外・休日労働の実績が最も長い労働者の時間数が
- 月 80 時間を超えるもの：　144 事業場（43.0%）
- うち、月 100 時間を超えるもの：　89 事業場（26.6%）
- うち、月 150 時間を超えるもの：　18 事業場（ 5.4%）
- うち、月 200 時間を超えるもの：　４事業場（ 1.2%）

② 賃金不払残業があったもの：　55 事業場（7.7%）

③ 過重労働による健康障害防止措置が未実施のもの：　156 事業場（21.8%）

(3) 主な健康障害防止に関する指導の状況［(1)のうち、健康障害防止のため指導票を交付した事業場］

① 過重労働による健康障害防止措置が不十分なため改善を指導したもの：　344 事業場（48.0%）

② 労働時間の把握が不適正なため指導したもの：　107 事業場（14.9%）

長時間労働が疑われる事業場に対する監督指導結果
（令和7年4月から令和8年3月までに実施）

1　法違反の状況（是正勧告書を交付したもの）

令和7年4月から令和8年3月までに、716事業場に対し監督指導を実施し、592事業場（82.7%）で労働基準関係法令違反が認められた。主な法違反としては、違法な時間外労働があったものが335事業場、賃金不払残業があったものが55事業場、過重労働による健康障害防止措置が未実施のものが156事業場であった。

表1　監督指導実施事業場数

		監督指導実施事業場数	労働基準関係法令違反があった事業場数	主な違反事項別事業場数		
				違法な時間外労働（注3）	賃金不払残業（注4）	健康障害防止措置（注5）
合計（注1、2）		716 (100.0%)	592 (82.7%)	335 (46.8%)	55 (7.7%)	156 (21.8%)
主な業種	商業	174 (24.3%)	130 (74.7%)	50	12	34
	製造業	138 (19.3%)	112 (81.2%)	68	6	20
	接客娯楽業	93 (13.0%)	86 (92.5%)	54	13	31
	保健衛生業	81 (11.3%)	70 (86.4%)	50	4	19
	建設業	69 (9.6%)	55 (79.7%)	33	4	11
	運輸交通業	66 (9.2%)	60 (90.9%)	36	6	19
	その他の事業（注6）	37 (5.2%)	29 (78.4%)	15	3	7

（注１）　主な業種を計上しているため、合計数とは一致しない。

（注２）　かっこ内は、監督指導実施事業場数に対する割合である。

（注３）　労働基準法第32・40条違反〔36協定なく時間外労働を行わせていること、36協定が無効なこと又は36協定で定める限度時間を超えて時間外労働を行わせていることにより違法な時間外労働があったもの。〕、労働基準法第36条第６項違反（時間外労働の上限規制）の件数を計上している。

（注４）　労働基準法第37条違反〔割増賃金〕のうち、賃金不払残業の件数を計上している〔計算誤り等は含まない。〕。

（注５）　労働安全衛生法第18条違反〔衛生委員会を設置していないもの等。〕、労働安全衛生法第66条違反〔健康診断を行っていないもの。〕、労働安全衛生法第66条の８違反〔１か月当たり80時間を超える時間外・休日労働を行った労働者から、医師による面接指導の申出があったにもかかわらず、面接指導を実施していないもの。〕、労働安全衛生法第66条の８の３違反〔客観的な方法その他の適切な方法により労働時間の状況を把握していないもの。〕等の件数を計上している。

（注６）　「その他の事業」とは、派遣業、警備業、情報処理サービス業等をいう。

表2　事業場規模別の監督指導実施事業場数

合計	1～9人	10～29人	30～49人	50～99人	100～299人	300人以上
716	205 (28.6%)	302 (42.2%)	119 (16.6%)	52 (7.3%)	29 (4.1%)	9 (1.3%)

表3　企業規模別の監督指導実施事業場数

合計	1～9人	10～29人	30～49人	50～99人	100～299人	300人以上
716	106 (14.8%)	176 (24.6%)	105 (14.7%)	87 (12.2%)	106 (14.8%)	136 (19.0%)

2 主な健康障害防止に関する指導状況（指導票を交付したもの）

(1) 過重労働による健康障害防止のための指導状況

監督指導を実施した事業場のうち、344事業場に対して、長時間労働を行った労働者に対する医師による面接指導等の過重労働による健康障害防止措置を講じるよう指導した。

表4 過重労働による健康障害防止のための指導事項別事業場数

指導事業場数	指導事項（注1）					
	面接指導等の実施（注2）	長時間労働による健康障害防止対策に関する調査審議の実施（注3）	月45時間以内への削減（注4）	月80時間以内への削減	面接指導等が実施できる仕組みの整備等（注5）	ストレスチェック制度を含むメンタルヘルス対策に関する調査審議の実施
344	81	47	159	183	37	17

（注１） 指導事項は、複数の場合、それぞれに計上している。なお、「月45時間以内への削減」と「月80時間以内への削減」は重複していない。

（注２） １か月80時間を超える時間外・休日労働を行っている労働者について、面接指導等の必要な措置を実施するよう努めることなどを指導した事業場数を計上している。

（注３） 長時間にわたる労働による労働者の健康障害の防止を図るための対策の樹立に関することについて、①常時50人以上の労働者を使用する事業場の場合には衛生委員会で調査審議を行うこと、②常時50人未満の労働者を使用する事業場の場合には、労働安全衛生規則第23条の２に基づく関係労働者の意見を聴くための機会等を利用して、関係労働者の意見を聴取することを指導した事業場数を計上している。

（注４） 時間外・休日労働時間を１か月当たり45時間以内とするよう削減に努め、そのための具体的方策を検討し、その結果、講ずることとした方策の着実な実施に努めることを指導した事業場数を計上している。

（注５） 医師による面接指導等を実施するに当たり、労働者による申出が適切になされるようにするための仕組み等を予め定めることなどを指導した事業場数を計上している。

(2) 労働時間の適正な把握に関する指導状況

監督指導を実施した事業場のうち、107事業場に対して、労働時間の把握が不適正であるため、厚生労働省で定める「労働時間の適正な把握のために使用者が講ずべき措置に関するガイドライン」に適合するよう指導した。

表5 労働時間の適正な把握に関する指導事項別事業場数

指導事業場数	指導事項（注1、2）					
	始業・終業時刻の確認・記録（ガイドライン4(1)）	自己申告制による場合			管理者の職務（ガイドライン4(6)）	労使協議組織の活用（ガイドライン4(7)）
		自己申告制の説明（ガイドライン4(3)ｱ・ｲ）	実態調査の実施（ガイドライン4(3)ｳ・ｴ）	適正な申告の阻害要因の排除（ガイドライン4(3)ｵ）		
107	67	2	42	3	2	0

（注１） 指導事項は、複数の場合、それぞれに計上している。

（注２） 各項目のかっこ内は、それぞれの指導項目が、労働時間適正把握ガイドラインのどの項目に基づくものであるかを示している。

3 監督指導により把握した実態

(1) 時間外・休日労働時間が最長の者の実績

監督指導を実施した結果、違法な時間外労働があった335事業場において、時間外・休日労働が最長の者を確認したところ、144事業場で1か月80時間を、うち89事業場で1か月100時間を、うち18事業場で1か月150時間を、うち4事業場で1か月200時間を超えていた。

表6 監督指導実施事業場における時間外・休日労働時間が最長の者の実績

監督指導実施事業場数	違法な時間外労働	80時間以下	80時間超	100時間超	150時間超	200時間超
716	335	191	144	89	18	4

(2) 労働時間の管理方法

監督指導を実施した事業場において、労働時間の管理方法を確認したところ、46事業場で使用者が自ら現認することにより確認し、259事業場でタイムカードを基礎に確認し、156事業場でICカード、IDカードを基礎に確認し、23事業場でPCの使用時間記録を基礎に確認し、158事業場で自己申告制により確認し、始業・終業時刻等を記録していた。

表7 監督指導実施事業場における労働時間の管理方法

原則的な方法(注1、2)				自己申告制(注2、3)
使用者が自ら現認	タイムカードを基礎	ICカード、IDカードを基礎	PCの使用時間の記録を基礎	
46	259	156	23	158

(注1) 労働時間適正把握ガイドラインに定める始業・終業時刻の確認及び記録の原則的な方法を指す。

(注2) 監督指導実施事業場において、部署等によって異なる労働時間の管理方法を採用している場合、複数に計上している。

(注3) 労働時間適正把握ガイドラインに基づき、自己申告制が導入されている事業場を含む。

【参考】 前年度の監督指導結果との比較

		令和6年度	令和7年度
監督指導実施事業場	監督指導実施事業場	547	716
	うち、労働基準関係法令違反があったもの	446 (81.5%)	592 (82.7%)
主な違反内容	違法な時間外労働があったもの	246 (45.0%)	335 (46.8%)
	うち、時間外・休日労働の実績が最も長い労働者の時間数が1か月当たり80時間を超えるもの	160 (65.0%)	144 (43.0%)
	うち、1か月あたり100時間を超えるもの	76 〈30.9%〉	89 〈26.6%〉
	うち、1か月当たり150時間を超えるもの	14 〈5.7%〉	18 〈5.4%〉
	うち、1か月当たり200時間を超えるもの	5 (2.0%)	4 〈1.2%〉
	賃金不払残業があったもの	50 (9.1%)	55 (7.7%)
	過重労働による健康障害防止措置が未実施のもの	124 (22.7%)	156 (21.8%)
主な健康障害防止に関する指導の状況	過重労働による健康障害防止措置が不十分なため改善を指導したもの	262 (47.9%)	344 (48.0%)
	うち、時間外・休日労働を月80時間以内に削減するよう指導したもの	156 〈59.5%〉	183 〈53.2%〉
	労働時間の把握方法が不適正なため指導したもの	64 (11.7%)	107 (14.9%)

監督指導において
違法な長時間労働を認めた事例

厚生労働省では、長時間労働が疑われる事業場に対して重点的な監督指導を実施しています。
監督指導において違法な長時間労働等が行われていたとして、労働基準監督署が指導を行った事例を紹介します。

事例１（クリーニング業）

立入調査で把握した事実

① 製造業を営む事業場（労働者約40人）に立入調査を実施した。

② 複数の労働者について、36協定で定めた上限時間（特別条項：月77時間）を超え、かつ労働基準法に定められた時間外・休日労働の上限（月100時間未満、複数月平均80時間以内）を超える違法な時間外・休日労働（最長で１か月当たり184.5時間）が認められた。

労働基準監督署の指導

◆ **長時間にわたる違法な時間外・休日労働を行わせたこと**

- 36協定で定めた上限時間を超えて時間外労働を行わせたことについて是正勧告（労働基準法第32条違反）
- 労働基準法に定められた上限時間を超えて時間外・休日労働を行わせたことについて是正勧告（労働基準法第36条第6項違反）
- 時間外・休日労働時間を１か月当たり80時間以内とするための具体的方策を検討・実施するよう指導

長時間労働是正の取組

◆ **人員拡充と労働時間管理方法の見直しを実施**

・正社員のみが対応することとなっていた業務について、人員を追加し、対応できる者を増やすことで、労働者１人１人にかかる業務負担を軽減させた。
・自己申告制によって労働者の労働時間を管理していたが、スマートテレタイムを採用し、労働者自らが自身の労働時間数を把握しやすいようにすることで、労働時間数の削減につなげた。

→ **取組の結果、監督指導実施から２か月後には、時間外・休日労働時間数が大幅に削減され、法違反状態が解消。**

事例2（印刷業）

立入調査で把握した事実

① 印刷業を営む事業場（労働者約20人）に立入調査を実施した。

② 労働者１人について、36協定で定めた上限時間（月80時間）を超え、かつ労働基準法に定められた時間外・休日労働の上限（月100時間未満、複数月平均80時間以内）を超える、**最長で1か月当たり103時間**の違法な時間外・休日労働が認められた。

③特別条項の適用回数と年間の時間外労働時間数の管理が行われていなかった。

労働基準監督署の指導

◆ **長時間にわたる違法な時間外・休日労働を行わせたこと**

- 36協定で定めた上限時間を超えて時間外労働を行わせたことについて是正勧告（労働基準法第32条違反）
- 労働基準法に定められた上限時間を超えて時間外・休日労働を行わせたことについて是正勧告（労働基準法第36条第6項違反）
- 時間外・休日労働時間を１か月当たり80時間以内とするための具体的方策を検討・実施するよう指導
- 特別条項の適用回数と年間の時間外労働時間数の管理を行うよう指導

是正の取組

◆ **労働時間管理システムの変更**

- 労働時間管理システムを変更し、特別条項の適用回数や年間の時間外労働時間数等についても随時確認できるようにした。また、36協定で定めた上限時間や労働基準法に定められた上限時間を超えるおそれがある労働者については、システム上「要注意」との表示が出るようにした。

◆ **管理者による労働時間の管理の徹底**

- 各労働者の労働時間の状況について、所属長等の管理者が 日ごとに確認を行うことで、時間外労働時間の長い労働者の業務量の調整を行いやすくした。

→ **取組の結果、時間外・休日労働時間数が大幅に削減され、法違反状態が解消。**

企業が実施した長時間労働削減のための自主的な取組事例

厚生労働省長野労働局では、11月の過重労働解消キャンペーンの一環として、長野労働局長が働き方改革の取組を進めている企業への職場訪問を実施しています。令和７年に訪問した企業で労働時間短縮・業務効率化について積極的な取組を行っていた事例を紹介します。

事例
建設業

1　ICT（情報通信技術）機器の活用

土木現場での掘削作業において、当初は人手で測量しながら丁張り（地面に木杭や木板を立てて、掘削箇所を可視化するもの）を行い、これによって重機オペレーターが確認しながら掘削を行っていたが、ドローンと解析ソフト・データ処理ソフトを導入し、現場の地形の空中撮影結果をデータ化し、これをGPS搭載の重機と連携させることで、測量、書類作成、掘削時間等が大幅に短縮された。

また、電子黒板を導入することで、工事状況の記録に係る事務処理が瞬時に完結するようになり、業務時間の削減につながった。

2　工事書類の統一化

工事書類の作成にあたっては、現場経験の浅い社員は作成をするのに時間がかかってしまっていたが、電子媒体で書類の様式を統一し、作成マニュアルに基づいて作成をする仕組みに変更したことで、経験の浅い社員でも一定の水準で短時間で作成ができ、かつクラウドシステムへの保存によって汎用性が高まったことで、社員の書類作成に係る時間が大幅に削減された。

3　「現場サポーター」及び２人チーム体制の導入

現場代理人が作成すべき書類が多岐にわたり、これによる残業が多くなってしまっていたが、現場代理人の書類作成業務を補助する「現場サポーター」を任命することで、現場代理人が現場管理業務に注力できるようになり、残業時間の削減につながった。

また、技術職の２人チーム体制での現場管理の仕組みを導入し、経験の浅い社員のスキルアップと共に、年次有給休暇の取得促進にもつながった。

◆ 取組の効果

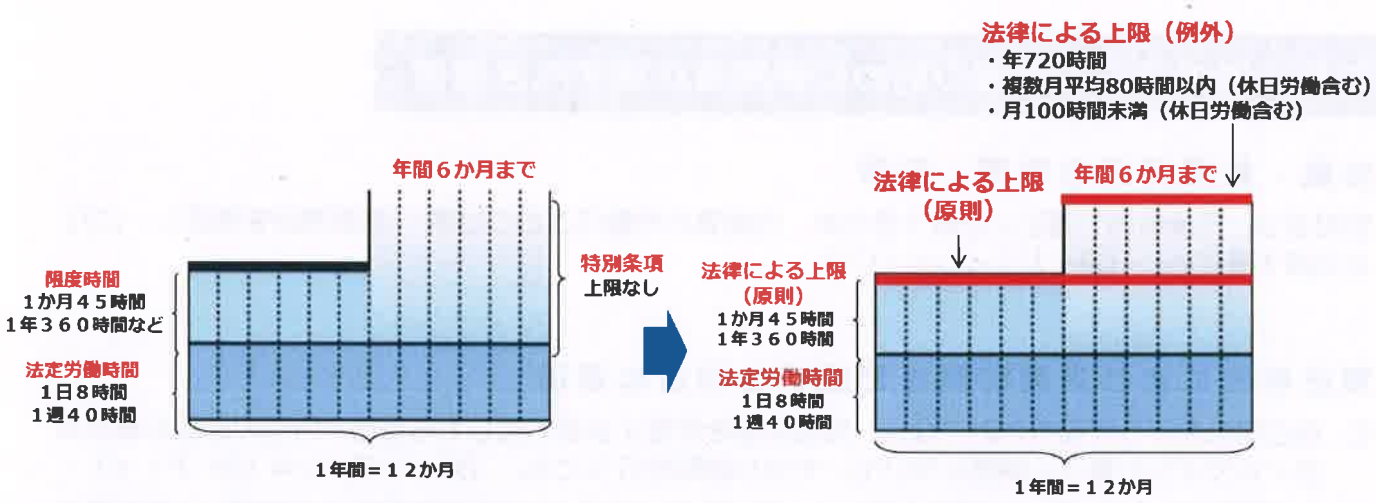
時間外労働時間数	2023年度：月平均5.8時間　→　2024年度：月平均2.6時間 ※全国建設業平均：月12.7時間
年次有給休暇取得日数	2023年度：平均12.7日/年　→　2024年度：16.0日/年

参 考 資 料

■ 時間外労働の上限規制

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）により改正された労働基準法（昭和22年法律第49号）において、時間外労働の上限は、原則として**月45時間、年360時間**（限度時間）とされ、臨時的な特別な事情がある場合でも**年720時間、単月100時間未満（休日労働含む）、複数月平均80時間以内（休日労働含む）**とされた。

※限度時間を超えて時間外労働を延長できるのは年6か月が限度。
※平成31年4月1日施行／中小企業は令和2年4月1日施行／一部、令和6年４月１日から適用開始。



＜令和６年度適用開始業務等＞

事業・業務	令和６年４月1日以降
建設事業	●災害の復旧・復興の事業を除き、上限規制がすべて適用されます。 ●災害の復旧・復興の事業には、時間外労働と休日労働の合計について、 ✓月100時間未満 ✓２～６か月平均80時間以内 とする規制は適用されません。
自動車運転の業務	●特別条項付き36協定を締結する場合の年間の時間外労働の上限が960時間となります。 ●時間外労働と休日労働の合計について、 ✓月100時間未満 ✓２～６か月平均80時間以内 とする規制は適用されません。 ●時間外労働が月45時間を超えることができるのは年６か月までとする規制は適用されません。
医業に従事する医師	●特別条項付き36協定を締結する場合の年間の時間外・休日労働の上限が最大1,860時間となります。 ●時間外労働と休日労働の合計について、 ✓２～６か月平均80時間以内 とする規制は適用されません。 ●時間外労働が月45時間を超えることができるのは年６か月までとする規制は適用されません ●医療法等に追加的健康確保措置に関する定めがあります。 ※　医業に従事する医師の一般的な上限時間（休日労働含む）は年960時間/月100時間未満（例外的に月100時間未満の上限が適用されない場合がある）。 地域医療確保暫定特例水準（B・連携B水準）又は集中的技能向上水準（C水準）の対象の医師の上限時間（休日労働含む）は年1,860時間/月100時間未満（例外的に月100時間未満の上限が適用されない場合がある）。
鹿児島県及び沖縄県における砂糖製造業	上限規制がすべて適用されます。

■ 労働時間適正把握ガイドライン

労働時間の考え方

労働時間とは、使用者の指揮命令下に置かれている時間のことをいい、使用者の明示又は黙示の指示により労働者が業務に従事する時間は労働時間に当たる。

労働時間に該当するか否かは、労働契約、就業規則、労働協約等の定めのいかんによらず、労働者の行為が使用者の指揮命令下に置かれたものと評価することができるか否かにより客観的に定まるものであること。また、客観的に見て使用者の指揮命令下に置かれていると評価されるかどうかは、労働者の行為が使用者から義務づけられ、又はこれを余儀なくされていた等の状況の有無等から、個別具体的に判断されるものである。

労働時間の適正な把握のために使用者が講ずべき措置

始業・終業時刻の確認・記録

使用者は、労働時間を適正に把握するため、労働者の労働日ごとの始業・終業時刻を確認し、これを記録すること。（ガイドライン4（1））

自己申告により労働時間を把握する場合の措置

① 自己申告を行う労働者のみでなく、労働時間を管理する者に対しても自己申告制の適正な運用等ガイドラインに基づく措置について、十分な説明を行うこと。（ガイドライン4（3）ア・イ）

② 自己申告により把握した労働時間と、入退場記録やパソコンの使用時間等から把握した事業場内にいた時間との間に著しい乖離がある場合には実態調査を実施し、所要の労働時間の補正をすること。（ガイドライン4（3）ウ・エ）

③ 労働者が自己申告できる時間数の上限を設ける等適正な自己申告を阻害する措置を設けてはならないことを改めて示し、さらに、労働者間で慣習的に過少申告が行われていないかについても確認すること。（ガイドライン4（3）オ）

労働時間を管理する者の職務

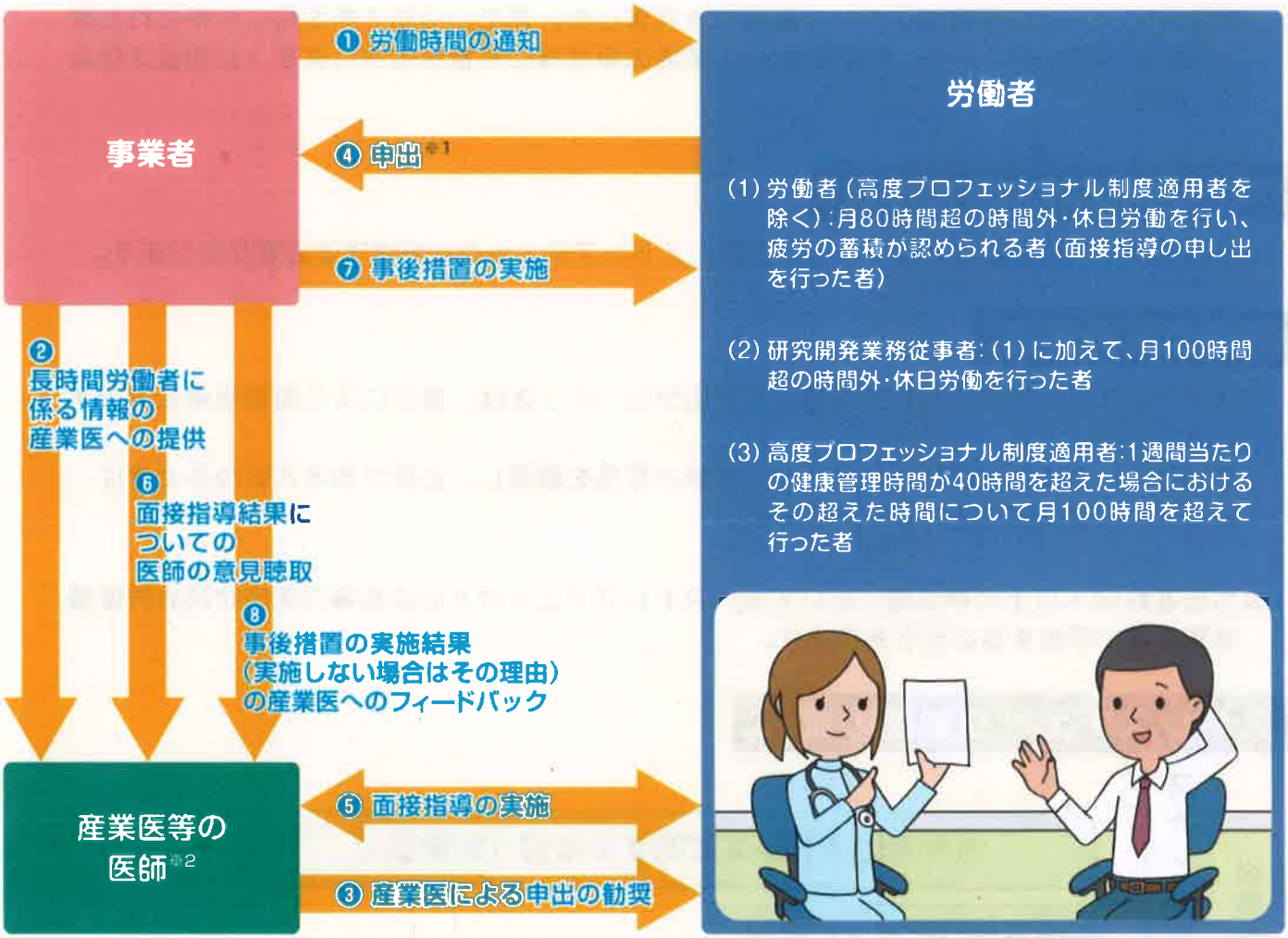
事業場において労務管理を行う部署の責任者は、当該事業場内における労働時間の適正な把握等労働時間管理の適正化に関する事項を管理し、労働時間管理上の問題点の把握及びその解消を図ること。（ガイドライン4（6））

労働時間等設定改善委員会等の活用

使用者は、事業場の労働時間管理の状況を踏まえ、必要に応じ労働時間等設定改善委員会等の労使協議組織を活用し、労働時間管理の現状を把握の上、労働時間管理上の問題点及びその解消策等の検討を行うこと。（ガイドライン4（7））

■ 長時間労働者への医師による面接指導制度

過重労働による脳・心臓疾患等の健康障害の発症を予防するため、事業者は長時間の時間外・休日労働等をしている労働者に対して、医師による面接指導を実施しなければなりません。面接指導により、当該労働者の健康状況を把握し、これに応じて本人に対する指導を行うとともに、その結果を踏まえた事後措置を講じます。



※1　月100時間超の時間外・休日労働を行った研究開発業務従事者、1週間当たりの健康管理時間が40時間を超えた場合におけるその超えた時間について月100時間を超えて行った高度プロフェッショナル制度適用者については、面接指導実施の申出がなくても対象。

※2　労働者数50人未満の小規模事業場は、地域産業保健センターの活用が可能。

※リーフレット
全体版はこちら

■ ストレスチェック制度

○　労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度は、定期的に労働者のストレスの状況について検査を行い、労働者自身のストレスへの気付きを促し、個々のストレスを低減するとともに、ストレスの高い者を早期に発見し、医師による面接指導を実施することで、メンタルヘルス不調を未然に防止することを目的としています。加えて、職場環境の改善につなげることで、ストレスの要因そのものの低減に努めることを事業者に求めるものです。

○　ストレスチェック及び高ストレス者への面接指導の実施については、平成27年12月に労働者数50人以上の事業場において義務化されました。また、令和７年５月に公布された改正労働安全衛生法により、労働者数50人未満の事業場にも義務化されます（公布後３年以内に施行）。

ストレスチェックの実施

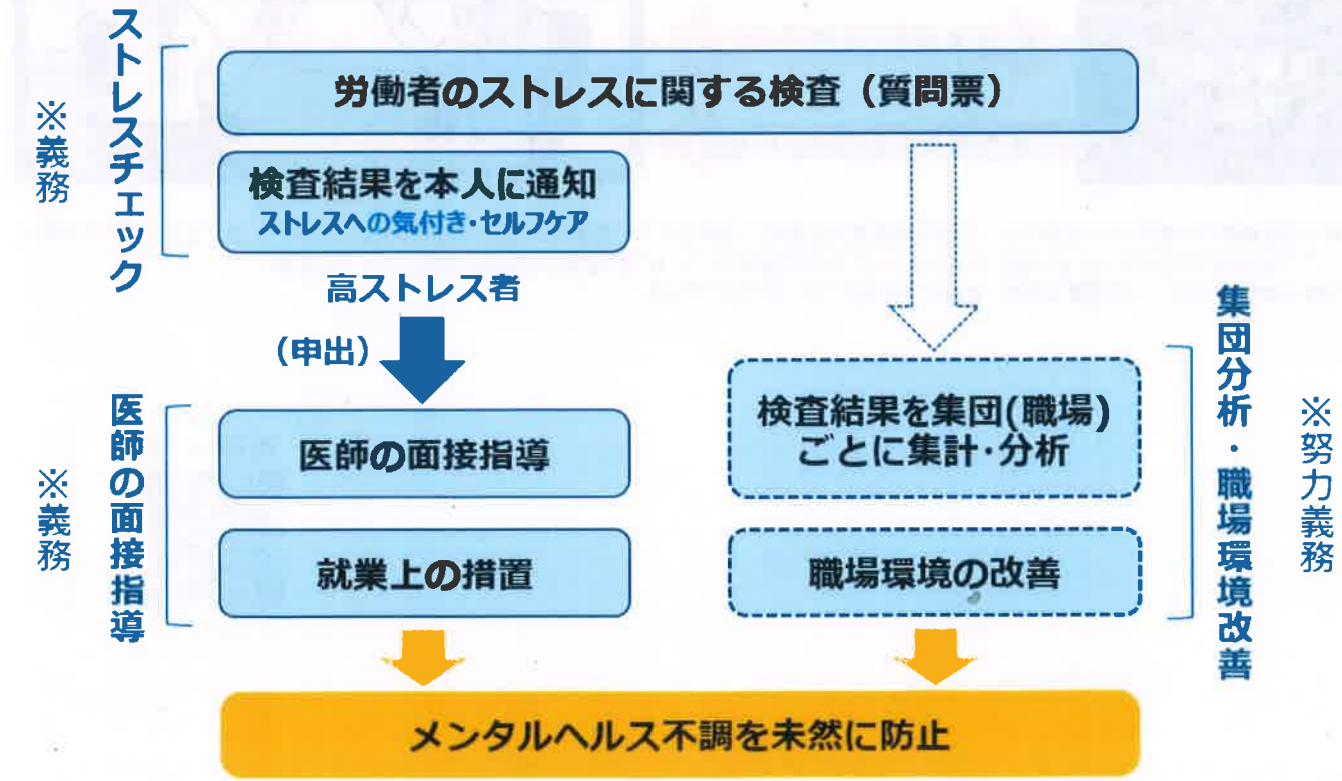
・常時使用する労働者に対して、年に１回、ストレスチェックを実施する必要があります。

面接指導の実施

・高ストレス者と選定された労働者から申出があったときは、医師による面接指導を実施する必要があります。
・事業者は、面接指導の結果に基づき、医師の意見を勘案し、必要があると認めるときは、就業上の措置を講じる必要があります。

※労働者数50人以上の事業場においては、ストレスチェックと面接指導の実施状況を労働基準監督署に報告する必要があります。

ストレスチェック制度の流れ



■ 働き方改革推進支援助成金のご案内

業種別課題対応コース

特定の業種を対象とし、生産性を向上させ、時間外労働の削減、週休２日制の推進、勤務間インターバル制度の導入や医師の働き方改革推進に向けた環境整備に取り組む中小企業事業主の皆さまを支援します。

コース別HPはこちら

労働時間短縮・年休促進支援コース

生産性を向上させ、労働時間の削減や年次有給休暇の促進に向けた環境整備に取り組む中小企業事業主の皆さまを支援します。

コース別HPはこちら

勤務間インターバル導入コース

生産性を向上させ、勤務間インターバルの導入に向けた環境整備に取り組む中小企業事業主の皆さまを支援します。

コース別HPはこちら

助成金の活用事例（業種別課題対応コース（建設業）の事例）

企業の課題

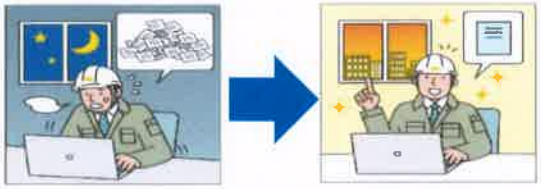
土木工事積算システムを導入

助成金による取組

積算業務を効率化し、労働時間を削減したい！

改善の結果

過去の類似工事との比較が容易になり、より短時間で適正な積算値を算出できるようになった。



生産性の向上を図ることで、働きやすい職場づくりが可能に！

ご不明な点やご質問がございましたら、企業の所在地を管轄する**都道府県労働局　雇用環境・均等部 または 雇用環境・均等室**にお尋ねください。