**時間外労働連絡表**

 　　　年　　月　　日

所属　　　部　　　課 　　氏名 様

過重労働による健康障害が増加し、月４５時間以上になると徐々に健康障害のリスクが高まり、月８０時間を超えると特に脳・心臓疾患のリスクが大きくなります。さらに月１００時間を超えると精神障害のリスクも大きくなるとされています。

企業に対しても過重労働による健康障害を生じさせないよう、時間外労働の管理等が求められています。

当社としては、従業員の皆様の健康障害を防止するため、直近３ヵ月の時間外・休日労働の実績を次のようにお知らせすることとしました。直属の上司と協議の上、効率的な時間配分や、所属部課内での業務配分により、原則として平均月４５時間以内となるように努めて下さい。

赤色の紙＝直近３ヵ月で１ヵ月でも１００時間超の月がある

黄色の紙＝３ヵ月平均で８０時間超

白色の紙＝３ヵ月平均で４５時間超

**赤色の紙の場合**

**疲労の蓄積を感じる場合は医師の面接指導を受けることができますので、申し出て下さい。**

◇あなたの直近３ヵ月間の時間外・休日労働の実績は下記のとおりです。

　　　　　すべて時間単位

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 期　間 | 月所定　労働時間 | 欠勤・遅刻・早退（－） | 有給休暇（－） | 時間外　労働（＋） | 休日労働（＋） | 時間外・休日合計 | 実働時間合計 | うち深夜労働 |
| 年　　月 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 年　　月 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 年　　月 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 合　計 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 平　均 |  |  |  |  |  |  |  |  |

確認欄（確認日および署名）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 従業員 | 所属長 | 総務（人事）部長 |
|  |  |  |