

あなたのバイトは大丈夫？ 知っておきたい労働法

ますます、学生のために。これからの社会のために。

Nasic 学生情報センター

■労働者と労働法

学生の皆さんも、アルバイトで働く際は「**労働者**」となります。

「労働者」として知っておくべき大事なポイントが2つあります。

●契約に基づいて働く

賃金や労働時間、勤務日、勤務場所、仕事内容などについて、雇用主と**合意**した上で働く事が大切です。

●労働法のもとで働く

「労働者」である以上、労働基準法や最低賃金法、労働契約法などの様々な労働法の適用対象となります。
労働法を正しく理解することで、様々なトラブルを回避できます。

※労働法とは

労働基準法をはじめ、働くことに関するたくさんの法律をひとまとめにして「労働法」と呼んでいます。

- ・労働基準法
- ・労働組合法
- ・労働関係調整法
- ・労働契約法
- ・労働安全衛生法
- ・職業安定法
- ・最低賃金法
- ・障害者基本法
- ・障害者の雇用の促進等に関する法律
- ・高年齢者等の雇用の安定等に関する法律
- ・雇用保険法
- ・健康保険法
- ・厚生年金保険法
- ・国民健康保険法
- ・国民年金法
- ・介護保険法
- ・男女雇用機会均等法
- ・労働者派遣法
- ・パートタイム・有期雇用労働法
- ・育児・介護休業法



労働法は、アルバイトやパートなど、雇用形態の如何を問わず、原則すべての労働者に適用されます。

■ 「ブラックバイト」とは

ブラックバイトとは、アルバイトやパートタイマーなどの非正規雇用者を**違法な環境や条件**で酷使すること。いわゆる「**ブラック企業**」の**アルバイト版**です。

違法な環境や条件として、下記のようなものが挙げられます。

- ・ 労働条件を書面で明示されていない
- ・ 給与が定められた期日にももらえない
- ・ 最低賃金未満の時給（研修時も）
- ・ 限度を超えた減給
- ・ 休憩が取れない
- ・ 着替え、清掃などの準備時間が無給
- ・ 賃金や残業代の不払い
- ・ 残業手当、深夜手当がない
- ・ 労働時間の切り捨て
- ・ 違法な長時間労働
- ・ シフトの強制、急な呼び出し
- ・ 有給休暇がもらえない
- ・ 労災保険に加入していない
- ・ 商品を自己負担で購入させる
- ・ 過剰なノルマ強要
- ・ 不合理な罰金、損害賠償請求
- ・ セクハラ、パワハラ
- ・ 会社の都合による一方的な解雇、休業
- ・ 辞めたいのに辞めさせてもらえない
- ・ 違約金や賠償金の請求
- ・ レジの不足金を自腹で補填
- ・ 制服や用具などの費用を負担させられる

■労働条件を確認しよう



アルバイトを始めることになりました！
バイト先に給料や勤務時間などの条件を確認したら、
「募集広告に書いてある通りだよ」とだけ言われました。



必ず条件を書いた書面をもらって、内容を確認して働き始めましょう！



あとで「最初に聞いた話と違う！」と困らないように、アルバイト先から時給や働く時間について書かれた書面をもらって保存しておきましょう。

法律上も、雇う側が働く人に

- ①アルバイトをする期間
- ②仕事の内容や働く場所
- ③働く時間や休日
- ④時給
- ⑤辞めるときのきまり

など重要な条件を示した書面を渡すか、働く人が希望すれば、Fax、メール、SNS等で通知することとなっています。内容をきちんと確認して、働き始めましょう。

■賃金支払いの5原則



バイト代は月末に支払われることになっていたのですが、給料日になっても「ちょっと待ってくれ」と言ってなかなか支払ってくれません！



請求しても支払ってもらえないなら、労働基準監督署に相談しよう！



法律では、賃金について「賃金の支払いの5原則」というルールがあります。バイト代は、

- ①通貨で、
- ②全額を、
- ③労働者に直接、
- ④毎月1回以上、
- ⑤一定の期日に支払われなければなりません。

バイト代を払ってくれない、支払いが遅れているなどの場合は、最寄りの労働基準監督署へ相談してください。

■最低賃金を確認しよう



最初の月は研修中なので、バイト代は時給600円と言われました。安すぎると思いますが、これって仕方ないことなの！？



研修中であっても、時給は最低賃金額以上でなければなりません！



バイト代などの賃金は、雇う人と働く人の間の契約によって決まりますが、都道府県ごとに定められた「最低賃金」を下回ることはできません。

※地域別最低賃金の例（2024年10月現在）

- | | |
|-------------|-------------|
| ・宮 城：973円 | ・愛 知：1,077円 |
| ・東 京：1,163円 | ・京 都：1,058円 |
| ・神奈川：1,162円 | ・大 阪：1,114円 |
| ・埼 玉：1,078円 | ・兵 庫：1,052円 |
| ・千 葉：1,076円 | ・福 岡：992円 |

**自分の地域の
最低賃金を
知っておこう**

■ペナルティで減給！？



遅刻を3回したら、ペナルティと言われ1日分のバイト代がお給料から減らされちゃいました！



減給制裁にも制限があります！



遅刻を繰り返すなど**職場の秩序を乱すルール違反**をしたことを理由に、**働くときの規則**に基づいて、本来もらえる賃金の一部が減らされることがあります（減給）。しかし、事業主（アルバイト先）はルール違反をした人に対して無制限に減給することはできません。1回の減給金額は平均賃金の1日分の半額を超えてはなりません。また、何回もルール違反をしたとしても、減給の総額が一賃金支払期における賃金の総額（月給制なら1か月にもらえる金額）の10分の1以下でなくてはなりません。

※減給のルール

一回の額：平均賃金の**1日分の半額**が限度

総 額：一賃金支払期の賃金総額の**10分の1**が限度

■休憩が取れない！



1回6～8時間ぐらいバイトをしています。忙しくて休憩がまったく取れない日が多く、体力的につらいです…。



6時間を超えて働く場合は、休憩が取れます！



法律では、以下の休憩時間を与えなければならないことになっています。

- ①働く時間が6時間を超え、8時間以下の場合には少なくとも45分
- ②働く時間が8時間を超える場合には少なくとも1時間

なお、6時間ちょうどの場合は、法律上は休憩を与えることは義務とされていません。

※休憩時間のルール

勤務時間が6時間を超えたら→**最低45分**

勤務時間が8時間を超えたら→**最低60分**

■準備や後片付けも勤務時間



バイトに入る前や上がった後に、店長の指示で開店準備や後片付け、次の勤務の準備をさせられています。その分の時給はもらえないのですが、これっておかしくないですか！？



仕事の準備や後片付けの時間分は、バイト代として請求できます！



法律上、あなたを雇っている人（オーナーなど）や上司（店長など）の指示に従って行う仕事については、その分の時給がちゃんと支払われなければなりません。

ちなみに、給与は1分単位で計算しなければなりません。「毎回15分未満は切り捨て」という計算のしかたは原則として法律違反です！

■残業代が出ない？



店長に「アルバイトに残業代なんか出ない」って言われたのですが、本当ですか！？



アルバイトでも、残業代をもらえます！



法律では、1日の労働時間は8時間以内、1週間の労働時間は40時間以内と定められています。この労働時間のルールは、アルバイトにも適用されます。これを超えた労働時間を残業と言いますが、労働基準法では、働く人に残業をさせる場合のルールが定められています。具体的には、次のような場合に残業手当が支払われることになります。

- ① 1日8時間または週40時間（※一部例外あり）を超えた場合は、通常の賃金の25%以上の割増賃金
- ② 1か月に60時間を超える時間外労働の割増率は50%
また、午後10時から午前5時までに働いた場合は、25%以上の割増賃金（深夜手当）が支払われます。

■有給休暇のルール



店長に「アルバイトには有給がない」って言われたのですが、本当ですか！？



アルバイトでも、一定の条件を満たせば、有給が取れます！



年次有給休暇とは、働くことになっている日に仕事を休んでも賃金をもらえる休暇で、いわゆる「有休」や「年休」のことです。年次有給休暇は、正社員、パート、アルバイトなどの働き方の違いに関係なく、次の条件を満たす場合、取ることができます。

- ・雇われた日から6か月以上継続勤務した方
- ・決められた労働日数の8割以上出勤した方

(2) 週所定労働日数が4日以下かつ週所定労働時間が30時間未満の労働者の付与日数

	週所定労働日数	1年間の所定労働日数※	継続勤務年数(年)						
			0.5	1.5	2.5	3.5	4.5	5.5	6.5以上
付与日数(日)	4日	169日~216日	7	8	9	10	12	13	15
	3日	121日~168日	5	6	6	8	9	10	11
	2日	73日~120日	3	4	4	5	6	6	7
	1日	48日~72日	1	2	2	2	3	3	3

※週以外の期間によって労働日数が定められている場合

■勤務シフトの強制



アルバイトを始めるときに決めた曜日（回数）や時間を無視して、授業の日でもシフトを入れられてしまいます。テストの日も休ませてもらえないから、単位を落としそう！



一方的にシフトを変更されて困る時は、はっきりと断りましょう！



シフトを変更するには、事前に働く人と雇う人の合意が必要です。決められた曜日や時間を無視して無理矢理シフトに入れられるなど、一方的にシフトを変更されて困る時は、はっきりと断りましょう！
また、決められた曜日や時間に急に学校の行事などが入ってしまった時でも、諦めずにオーナーや店長などによく相談しましょう。

■ 労災保険について



バイト中にけがをしましたが、会社からは、健康保険を使って自腹で治療するようにいわれました！



仕事中のけがは、労災保険が使えます！健康保険は使えません。



仕事が原因の病気やケガで病院に行くときは、労災保険を使うことができます。労災保険は、正社員、アルバイトなどの雇用形態に関係なく、また、1日だけの短期のアルバイトも含めて、補償の対象になります。病院の窓口で労災保険を使うことを申し出てください。労災保険に請求して、労災と認められた場合、治療費は基本的に無料となります。

また、仕事や通勤が原因のけがなどで仕事を休み、バイト代をもらえない場合に一定額のお金がもらえる制度もあります。

会社が労災保険の加入の手続きをしていない場合や、会社が請求書の提出に協力してくれない場合でも、労災請求を行うことができます。

■商品を自腹で買わされた



商品の販売ノルマがあり、達成しない場合は、買い取りを義務付けるという決まりがあります。
せっかくのバイト代がそれに消えちゃって困っています！



買い取る義務はありません！



一定のノルマを課して、それに達しない者に購入を義務付けるという決まりは、働く人の経済生活を脅かすようになり働く人が自由意思により購入するとは言いえないことから、合理性（※納得できる理由）を欠き、無効となります。ノルマを達成できなかったからといって、自腹で買い取る必要はありません。

■セクハラ



バイト先で、セクハラを受けています！



「止めてください」とハッキリ相手に伝え、相談窓口にご相談しましょう！



セクハラとは、職場で、性的な冗談を言われたり、食事やデートへ執ように誘われたり、不必要に身体に触られたりするなど、自分が望まない性的な言動が行われ、拒否したことで不利益を受けたり、働きにくくなることをいいます。セクハラは、男性から女性に対するものだけでなく、女性から男性に対するもの、同性に対するものも該当します。

法律では、事業主（アルバイト先）は職場でセクハラがおきないようにする義務があります。

セクハラの被害にあったときは、嫌だということと止めて欲しいという意思をハッキリと相手に伝えましょう。また、セクハラに至る状況や言動等を忘れないうちにできるだけ正確に「メモ」して残すようにしてください。そして、職場の相談窓口や、都道府県労働局などの相談機関にできるだけ早く相談して下さい。

■パワハラ



バイト先で、パワハラにあっています！



「止めてください」とハッキリ相手に伝え、相談窓口にご相談しましょう！



パワハラとは、同じ職場で働く人に対して、地位や人間関係などの職場内での優位性を背景に、業務の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与えたり又は職場環境を悪化させたりする行為をいいます。

なお、パワハラは、仕事をする上で必要な教育・訓練・指導との線引きが難しく、例えば、仕事上の失敗について上司の叱り方が不愉快だったとしても、業務の適正な範囲で行われている場合は、パワーハラスメントにはあたりません。

パワハラにあっていると感じた場合は、パワハラに至る状況や相手の言動を正確に記録して、会社の相談窓口や、都道府県労働局などの相談機関にできるだけ早く相談して下さい。

■解雇について



社長から、突然「君は、この会社に合わないからもう来なくていいよ」と言われました。もう黙って辞めるしかないの!?



会社が自分の都合で自由に辞めさせることはできません!



雇う人からの申し出によって一方的に職場を辞めさせることを「解雇」といいますが、アルバイトだからといって、簡単に解雇できるものではありません。いつでも自由に行えるものではなく、社会の常識に照らして納得が得られる理由が必要です。

また、雇う人は、会社のルールに労働者を解雇することができる場合を記載しておかなければならないことになっています。そして、どんな合理的な理由があっても、解雇するときには、原則として少なくとも30日前に解雇の予告をしておく必要があります。予告なしで解雇する場合には、30日以上平均賃金（解雇予告手当）を支払わなければなりません。予告から解雇するまでの日数が30日に満たない場合には、足りない日数分の平均賃金を、解雇予告手当として支払う必要があります。例えば、解雇日の10日前に予告した場合は、20日×平均賃金を支払う必要があります。

■退職について



アルバイトを辞めさせてもらえません。
「辞めるなら代わりを連れてこい」と言われます！



原則として、退職はいつでもできます！



アルバイトを含む労働者は、原則として会社を退職することをいつでも申し入れることができます。代わりの人を無理して探す必要はありません。法律では、あらかじめ契約期間が定められていないときは、退職届を出すなど退職の申入れをすれば、2週間経てば辞めることができると定められています。ただし、急に辞めてしまうと、アルバイト先が困ることもあるでしょうから、アルバイト先とよく話し合ってください。

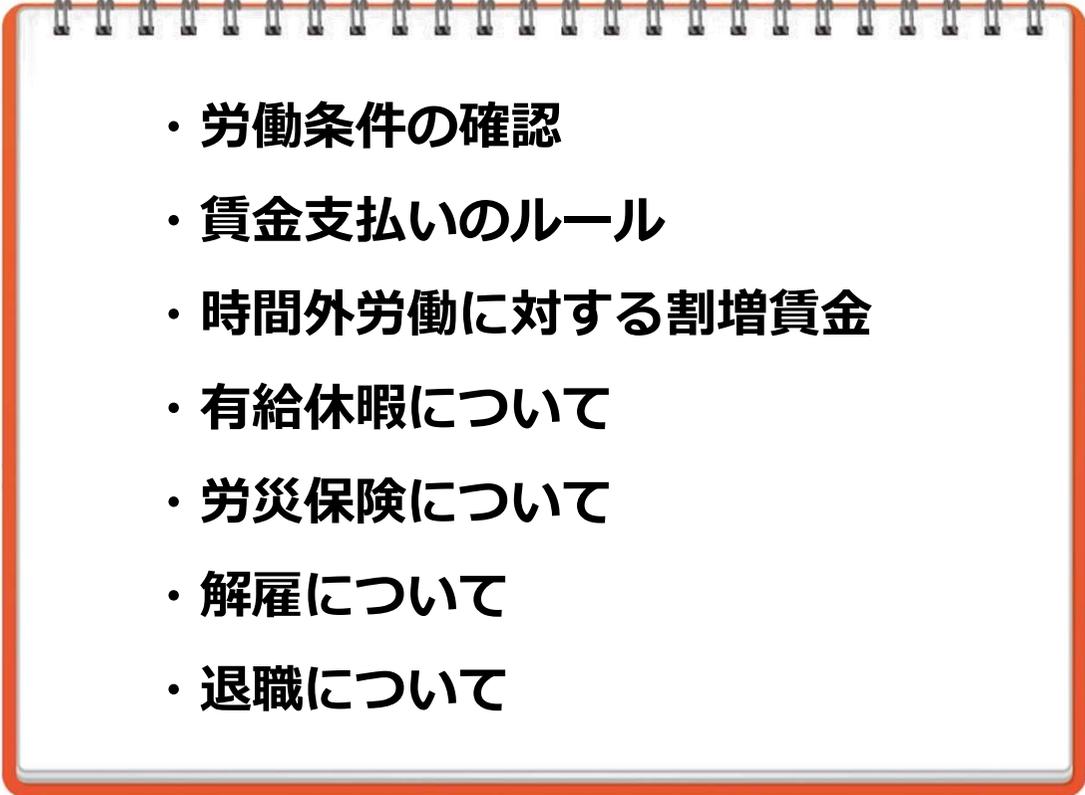
■ブラックバイトかもしれないと思ったら

ブラックバイトかもしれないと思ったときの対処法をご紹介します。

- ①正しい知識を身につける（アルバイト先の言うことを絶対だと思わない）
- ②法的根拠（証拠）を残しておく
- ③労働問題のプロに相談する（労働基準監督署など）
- ④アルバイトを辞める

■①正しい知識を身につける

労働法の理解は、ブラックバイトへの対処法を考えるうえで、非常に重要です。労働基準法を始めとするさまざまな法律によって、労働者の権利が守られています。基本的なものはしっかり把握し、いざというときはきちんと主張しましょう。労働法を知っておくと、就職してからも役に立ちます。

- 
- ・ **労働条件の確認**
 - ・ **賃金支払いのルール**
 - ・ **時間外労働に対する割増賃金**
 - ・ **有給休暇について**
 - ・ **労災保険について**
 - ・ **解雇について**
 - ・ **退職について**

…などに関する正しい理解が、対処の基本となってくれます。

■②法的根拠（証拠）を残しておく

自分の職場がブラックバイトであると感じたら、その記録を残しておきましょう。根拠となるものがあれば、第三者からの協力が得られやすくなるからです。証拠として使えるものとしては、以下のような例が挙げられます。

- ・ 求人票
- ・ 雇用契約書（労働条件通知書）
- ・ 就業規則
- ・ シフト申請表や管理表
- ・ タイムカードのコピー
- ・ 実際の勤務時間が記録されたもの（メモなど）
- ・ 給与明細
- ・ 通話やメール履歴
- ・ LineやTwitter、FacebookなどSNSのログ
- ・ 録音データ
- ・ デジタルカメラやスマートフォンで撮影した画像

■③労働問題のプロに相談する

公的な機関では、全国の労働局や労働基準監督署などにある「**総合労働相談コーナー**」に相談することができます。総合労働相談コーナーでは、労働条件、募集・採用、いじめなど、労働問題に関するあらゆる分野についての相談を、専門の相談員が、面談あるいは電話で受けています。もちろん相談は無料です。また、労働基準監督署が閉庁している夜間及び休日の場合には、フリーダイヤルで相談を受け付ける「**労働条件相談ほっとライン**」もあります。

労働条件をめぐる悩みや不安・疑問は…

労働条件相談
「ほっとライン」に相談してみよう!

開設時間 月～金：17:00～22:00 土・日・祝日：9:00～21:00
※12月29日～1月3日を除く。

☎フリーダイヤル
0120-811-610

■④アルバイトを辞める

「自分のアルバイト先はブラックバイトかもしれない」と思ったら、「アルバイトを辞める」ことを視野に入れましょう。

■辞めるときの注意点は？

たとえ職場がブラックバイトだったとしても、雇用契約を結んだ以上、「無断欠勤を重ねる」「当日に退職を申し出る」などはいけません。あくまでも、雇用契約に則った辞め方を検討しましょう。



■退職理由は「学業に専念したい」で十分！

「このお店が嫌だから辞めたいです！」と伝えるのは中々難しいですよね。学生がバイトを辞める理由は「学業（または就活など）に専念したい」でOKです。

■なかなか辞めさせてもらえない場合

退職を申し出ても、「退職届を受理してくれない」などなかなか退職できないケースもあります。バイト先と直接交渉することが難しい場合は、労働基準監督署など第三者に相談しましょう。



 **バイトネット があります！**

■学校公認!! 学生のための安全・安心アルバイト情報サイト

学校公認アルバイト情報サイト「バイトネット」とは



大学・短大・専門学校公認
アルバイト紹介システム
バイトネット

大学基準で審査した「安全・安心」なアルバイトを紹介!
学生専用サイトだから、**学業と両立**できる求人が多数!
定番のバイトはもちろん、**単発**や**オフィスワーク**も充実!

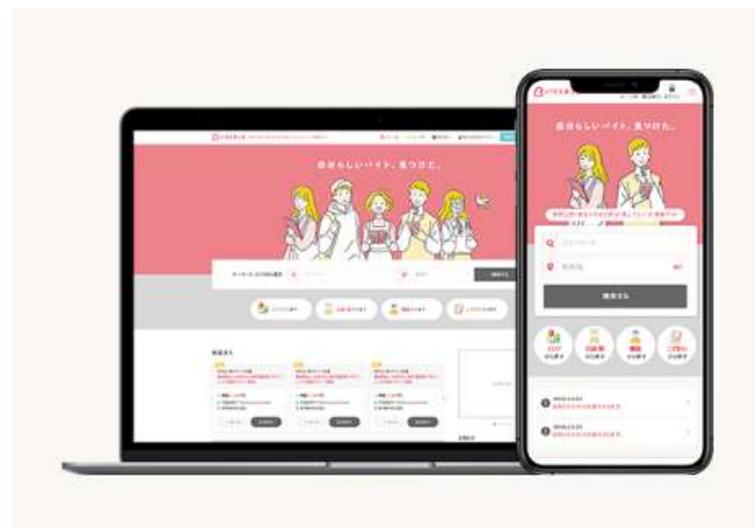
バイトネット
登録はこちら▼

会員登録して、アルバイトを探してみよう!
<https://baitonet.jp/>

+ LINE登録で大事な情報を逃がさない!
LINE お友達募集中!
新着・おすすめアルバイト情報をお届け
<バイトネット> LINE公式アカウント
お友達追加はこちら

STOP **ブラックバイト・闇バイト**
求人内容や労働条件をしっかりと確認しましょう

- ◎全国**316**校の大学・専門学校が加盟する「学生のための」アルバイト情報サイト
- ◎大学・学校の定めたルールに基づいて求人情報を紹介しています。職種や労働条件、また教育的配慮の観点からも事務局が企業を審査し、学生の安全を守る取り組みを行っています。



■バイトネットの特徴（1）

1 Official

日本で唯一！大学公認アルバイト情報サイト

バイトネットは、従来学校の掲示板で紹介していたアルバイト情報を、WEBサイトとして開設したものです。

全国300超の加盟学校では、学校公式のアルバイト紹介サービスとして学校のHPや学生ポータルサイトで紹介、リンクしています。



2 Safety

学校基準で審査した安全なアルバイトを紹介！

バイトネットでは、学校の定めた紹介ルールに基づき求人情報を掲載しています。

職種や労働条件、また教育的配慮の観点からも事務局が企業を審査し、学生の安全を守る取り組みを行っています。

■バイトネットの特徴（2）

3 Recruitment

求人企業はホンネで「学生を採用したい」！

バイトネットなら、求人企業側も学生が見ることを前提に募集しているので、ホンネで「学生を採用したい」と考えている求人ばかり。学生ならではの若さや経験の浅さも、企業の担当者はちろん織り込み済みなので、初めての方も安心して応募にトライしてください。



4 Work

学生の定番バイトから、レアな求人情報も！

学生アルバイトの定番である飲食系、塾講師系はもちろん、試験監督やイベント系などの単発バイト、またオフィスワーク系の求人も多く掲載しています。

中には学校内でのアルバイトなど、バイトネットならではのレアな求人情報も！

私たちは、充実した学生生活を応援しています！

運営事務局

お電話でのお問い合わせはこちら

東京事務局

03-5325-0283

(受付10:00~17:00)

大阪事務局

06-4806-0560

(受付10:00~18:00)

名古屋事務局

052-453-7491

(受付10:00~18:00)

福岡事務局

092-736-0551

(受付10:00~18:00)

バイトネットは加盟校から委託を受けて株式会社学生情報センターが運営しています。

 バイトネット