

令和7年11月1日

会 員 各 位

一般社団法人香川県トラック協会

11月の情報提供

1. 求荷求車情報ネットワーク(WebKIT)成約運賃指数(令和7年9月分)	・・・ 1
2. 荷主向け啓發文書(四国運輸局長名による発信)	・・・ 5
3. 第65回「正しい運転・明るい輸送運動」実施計画	・・・ 6
4. 令和7年度整備管理者選任後研修(オンライン方式)の実施について	・・・ 11
5. 「トラック運送事業者のための人材確保・労働環境改善セミナー」の開催について	・・・ 14
6. 「荷役災害防止担当者研修」の開催について	・・・ 16
7. 令和7年度引越講習(基本・管理者)」の開催について	・・・ 17
8. 乗務員講習会のご案内	・・・ 23
9. 初任運転者及び事故惹起運転者に対する講習会開催のご案内	・・・ 25
10. 労働安全衛生法及び作業環境測定法改正の主なポイントについて	・・・ 28
11. 必ずチェック!最低賃金!(香川労働局)	・・・ 32
12. 11月は「過労死等防止啓発月間」です	・・・ 35
13. 陸災防香川県支部会員の皆様へ	・・・ 51
14. 会員名簿の変更について	・・・ 52

※地球環境に配慮したペーパーレス化を図るため冊子での発送を行っておりません。

※申請書類や申込書等が必要な場合は、本書からプリントアウトしてご利用ください。

求荷求車情報ネットワーク（WebKIT）成約運賃指数について
(令和7年9月)

(公社) 全日本トラック協会と日本貨物運送協同組合連合会でとりまとめた、令和7年9月分の運賃指数の概要は以下のとおりです。

令和7年9月の運賃指数の概要

1. 令和7年9月の運賃指数は、前月比5ポイント減、前年同月比4ポイント減の138となった。
2. 9月末現在の求車登録件数は、143,253と前年同月比49,149減(25.5%減)となった。

1. 加入者数、成約件数

年度	平成 22年度	平成 23年度	平成 24年度	平成 25年度	平成 26年度	平成 27年度	平成 28年度	平成 29年度	平成 30年度
加入者数 (ID数)	2,720	2,979	3,190	3,389	3,642	4,005	4,340	4,735	5,259
対象成約 件数	116,046	118,720	126,922	142,617	162,940	180,849	206,064	237,182	277,064

年度	令和 元年度	令和 2年度	令和 3年度	令和 4年度	令和 5年度	令和 6年度	令和 7年度
加入者数 (ID数)	5,694	6,062	6,401	6,551	6,396	6,544	6,676
対象成約 件数	288,956	272,250	289,573	292,118	290,891	289,610	141,651

※令和7年度は令和7年9月末現在（以下同様）

2. 荷物情報（求車）件数

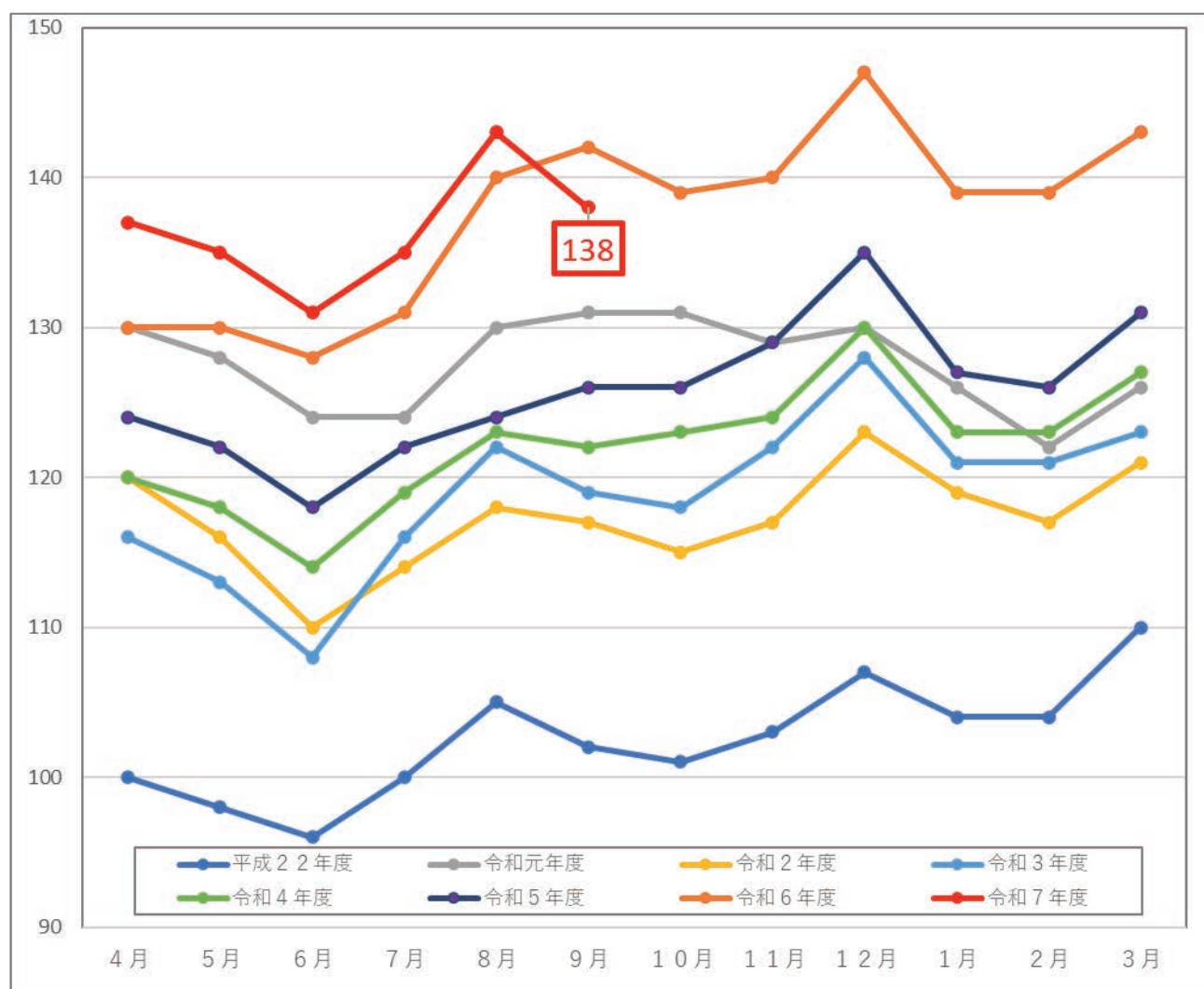
年度	平成 22年度	平成 23年度	平成 24年度	平成 25年度	平成 26年度	平成 27年度	平成 28年度	平成 29年度	平成 30年度
登録件数	500,764	557,137	634,610	928,734	997,204	1,051,395	1,180,371	1,558,945	1,927,949

年度	令和 元年度	令和 2年度	令和 3年度	令和 4年度	令和 5年度	令和 6年度	令和 7年度
登録件数	1,431,478	914,565	1,351,844	1,644,732	1,708,272	1,916,456	733,089

荷物情報 (求車)	令和7年9月	前年同月比		前月比	
		増減数	増減率	増減数	増減率
登録件数	143,253	-49,149	-25.5%	1,097	0.8%
成約件数	24,029	982	4.3%	4,051	20.3%
成約率	16.8%	4.8ポイント	—	2.7ポイント	—

3. 成約運賃指数(月別)の推移(平成22年4月を100とする)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
平成22年度	100	98	96	100	105	102	101	103	107	104	104	110
平成23年度	111	108	106	109	108	108	106	106	109	105	104	111
平成24年度	108	103	102	102	107	107	106	105	112	107	106	113
平成25年度	108	106	107	108	112	111	111	115	119	114	115	126
平成26年度	114	113	111	115	116	117	119	119	122	116	115	119
平成27年度	115	116	114	114	117	117	117	118	121	115	113	117
平成28年度	116	115	111	111	116	115	114	115	121	113	114	120
平成29年度	115	114	112	113	118	119	118	122	127	119	122	126
平成30年度	121	118	118	123	130	136	133	131	137	128	127	132
令和元年度	130	128	124	124	130	131	131	129	130	126	122	126
令和2年度	120	116	111	113	118	117	115	117	123	119	117	121
令和3年度	116	113	108	116	122	119	118	122	128	121	121	123
令和4年度	120	118	114	119	123	122	123	124	130	123	123	127
令和5年度	124	122	118	122	124	126	126	129	135	127	126	131
令和6年度	130	130	128	131	140	142	139	140	147	139	139	143
令和7年度	137	135	131	135	143	138						

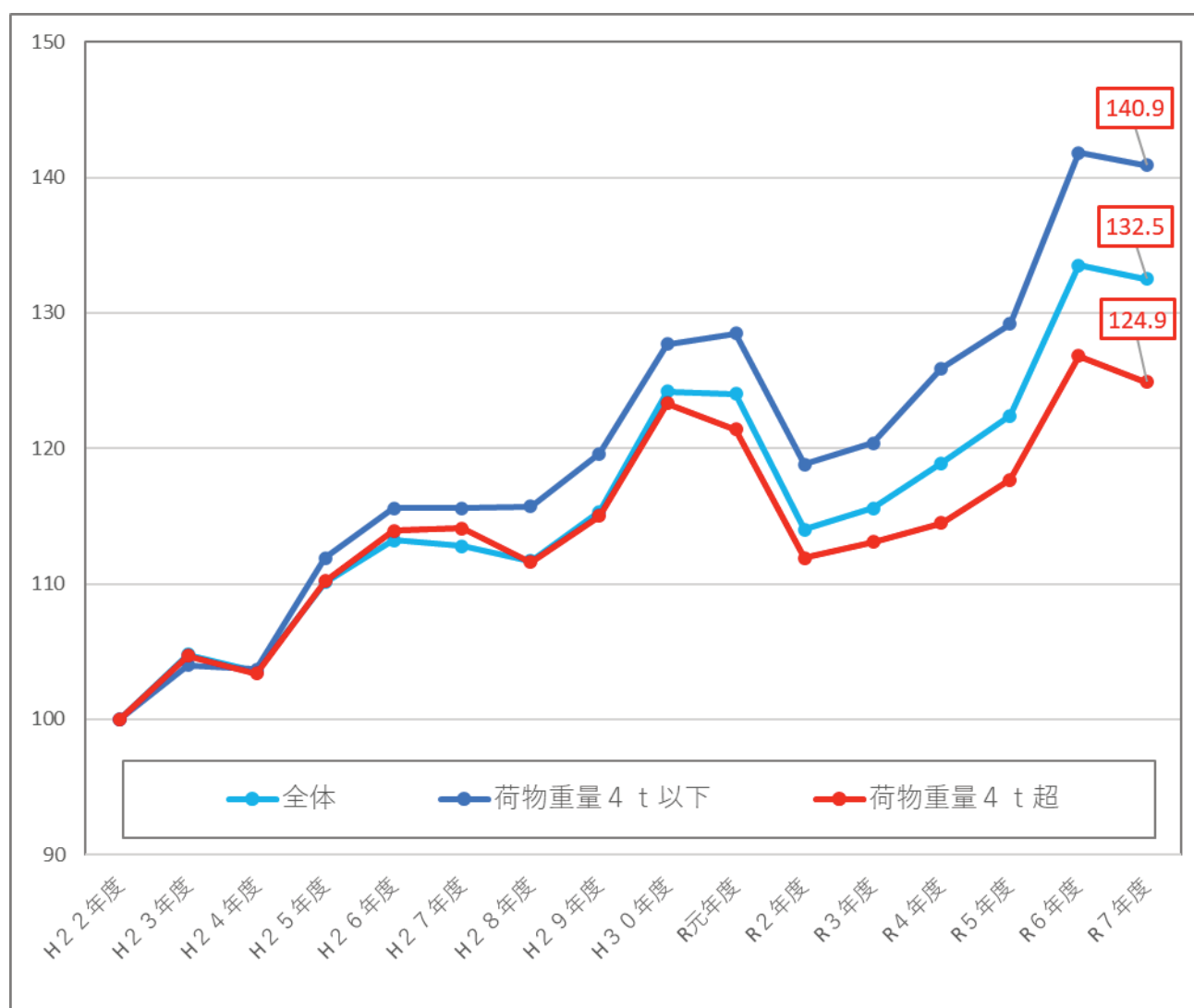


※グラフは平成23年度～平成30年度を省略してあります。

4. 成約運賃指数(年度)の推移(平成22年度を100とする)

年度	平成 22 年度	平成 23 年度	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度
全体	100	104.8	103.5	110.1	113.2	112.8	111.7	115.3	124.2
荷物重量 4t以下	100	104	103.7	111.9	115.6	115.6	115.7	119.6	127.7
荷物重量 4t超	100	104.7	103.4	110.2	113.9	114.1	111.6	115.0	123.3

年度	令和 元年度	令和 2年度	令和 3年度	令和 4年度	令和 5年度	令和 6年度	令和 7年度
全体	124	114	115.6	118.8	122.4	133.5	132.5
荷物重量 4t以下	128.5	118.8	120.4	125.8	129.2	141.8	140.9
荷物重量 4t超	121.4	111.9	113.1	114.5	117.7	126.8	124.9



○成約運賃指数公表の背景

公益社団法人全日本トラック協会（全ト協）と日本貨物運送協同組合連合会（日貨協連）では、トラック輸送産業が国民生活、産業活動を支えるために、荷主企業等の経営管理とトラック運送事業者の事業適正化に寄与すべく、トラック運賃の直近の傾向について、「求荷求車情報ネットワーク」（WebKIT）における成約運賃をもとに概括的に指数化したものを平成25年12月から毎月公表している。

この指数は、平成22年4月を基準（年度指数は平成22年度平均を100）としたもので、データの公表については、事前に公正取引委員会と協議を行っている。

※本指数については、WebKITにおける成約運賃の平均を指数化しているため、各事業者個別の運賃動向と異なる場合がある。

※平成27年4月にWebKITシステムは日貨協連に移管されたが、本指数については、全ト協及び日貨協連との連名にて公表する。

○成約運賃指数とは

荷物情報（求車）、車両情報（求荷）それぞれの登録情報について、対象期間に成約に至った個別運賃を合計し、総対象成約件数で除した金額を指数化したもの。

○WebKITとは

協同組合に加入する中小トラック運送事業者のための求荷求車情報システムで、インターネットを利用して、荷物の輸送を依頼する側と保有する車両を活用したい運送事業者側が、それぞれ情報登録を行い、お互いにマッチすれば成約に至る。本システムにより、帰り荷や傭車の確保、季節波動へ対応し、輸送効率の向上と環境負荷軽減を目指している。

※平成26年4月より集計方法を変更し、本指数については、速報値をもとに集計しております。

なお、後日、確定値を基に再集計し直すため、過去の数値、指数の一部が修正される場合があります。

◇お問い合わせ先 （公社）全日本トラック協会
経営改善事業部 戸塚
TEL 03-3354-1056

日本貨物運送協同組合連合会
KIT・情報化事業部 武田、松井、岡崎
TEL 03-3357-6068

四運自貨第67号
四運自監第51号
令和7年9月18日

荷主各位

四国運輸局長
(公印省略)

貨物自動車運送事業に係る輸送の安全確保及び輸送秩序の確立について

拝啓、時下益々ご清祥のこととお喜び申し上げます。

平素は、運輸行政に対し格別のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、ご承知のとおり、トラック輸送は国内貨物輸送量の約9割を担い、我が国経済社会の発展に大きな役割を果たしているところですが、一方、事業者に対しては輸送の安全確保、交通事故の防止、排気ガスや騒音・振動といった交通公害の防止等の社会的使命が重く課せられています。

令和6年の全国の事業用自動車の重大事故件数は5,164件、死者数は528人、負傷者数は2,138人となっており、依然高い水準にあります。一旦、事業用トラックによる事故が発生いたしますと、多数の死傷者を伴う重大事故に結びつきやすく、被害者やその家族に計り知れない悲しみや負担を与えることとなります。

このため、四国運輸局では、関係機関の協力を得て交通事故防止対策を講じているところではありますが、必要経費を無視した運賃引き下げ等の過当競争が行われますと、より多くの荷物を運ぶため過積載運行、過労運転、速度違反等を引き起こす恐れがあります。

特に「過積載運行」については、重大事故はもとより、道路の損傷や交通公害発生の原因となっています。過積載の防止は、トラック運送事業者の基本的な遵守義務であるとともに、輸送の安全確保や輸送秩序の維持を図る上でも重要な課題であり、事業者自らが法令を遵守する自覚が必要ですが、加えてなお一層の過積載運行排除のためには、荷主の皆様方のご理解とご協力をいただきたいと思います。

つきましては、貴社におかれましても、これらの実情にご配慮いただき、トラック運送事業に係る輸送の安全確保と輸送秩序の確立にご協力下さいますよう、よろしくお願い申し上げます。

第65回「正しい運転・明るい輸送運動」実施計画

1. 目 的

この運動は、交通・労働災害事故の防止、環境保全及び輸送秩序の確立により、円滑な輸送の達成を図り、年末年始の輸送繁忙期における安全、安心な輸送サービスを提供することを目的とする。

2. 運動期間

令和7年11月16日（日）から令和8年1月10日（土）まで

3. 主 催

全日本トラック協会（以下「全ト協」という。）並びに各都道府県トラック協会

4. 後 援

国土交通省、警察庁

5. 実施事項

経営トップ、管理者及び従業員が一体となって、下記の項目を中心とした取り組みを行うものとする。

（1） 飲酒運転の根絶

運行管理者等は、国土交通省が令和6年3月に公表した「自動車運送事業者における飲酒運転防止マニュアル」や法令改正を踏まえ全ト協が改訂した「飲酒運転防止対策マニュアル」を活用し、運転者等に対するアルコール依存症への対応とともに、アルコール検知器の携行などによる酒気帯びの有無の確実な報告等について指導を徹底する。

また、令和6年10月の飲酒運転に対する処分基準強化を踏まえ、交通対策委員会で決議したトラックドライバーへの飲酒運転しないことの宣言書署名などの取り組み強化により、飲酒運転を根絶する。

（2） 追突事故及び交差点における事故防止の徹底

運行管理者等は、事業用トラックにおける死亡・重傷事故の約4割を占める「交差点事故」、及び高速道路での死傷事故の約7割を占める「追突事故」を防止するため、全ト協制作の資料『プラン 2025 目標達成セミナー～削減目標達成への取り組み～』※を活用し、交通事故実態に即した運転者への指導・教育を実施し、交差点及び追突事故防止の徹底に努める。

また、全ト協では、交差点左折時の9割近くが対自転車事故であることから、全ト

協の安全装置等助成事業対象装置で後付け装着が可能な「側方衝突監視警報装置」の普及促進を図る。

※全ト協ホームページ URL

資料『プラン 2025 目標達成セミナー～削減目標達成への取り組み～』

<https://jta.or.jp/member/anzen/plan2025seminar.html>

(3) 過労運転防止の徹底

運行管理者等は、令和6年4月適用の改正改善基準告示を遵守するとともに、繁忙期においても無理な運行計画とならないよう、運行経路、運行時間、休憩地点等を含む適切な運行指示書の作成や運行計画及び乗務割の作成を行い、点呼時等を活用し運転者の疲労、睡眠不足の状況等、健康状態の確認を徹底し、過労運転防止に努める。

(4) 確実な点呼の実施

経営者は、従業員の健康管理を徹底させ、また、運行管理者等は点呼を確実に実施し、運転者の健康状態、疲労の度合い、異常な感情の高ぶり、睡眠不足等について確認し、少しでも異常があると認められた場合は乗務させないようにする。

また、運行管理者等は、運転者に対する点呼の際、アルコール検知器を用いた酒気帯びの有無の確認の徹底を図る。

(5) 携帯・スマートフォンの使用禁止の徹底等

経営者等は、道路交通法に規定されている乗務中の携帯電話による通話やスマートフォンの操作の禁止について徹底を図るとともに、違法駐車や適正な車間距離の確保、車内ゴミのポイ捨ての禁止など運転マナー向上について関係者を指導する。

(6) 健康診断の受診の徹底

経営者は、健康起因による事故防止を図るため、従業員に健康診断を確実に受診させ、結果を把握するとともに必要に応じて医師の診断等を受けさせ、運転に支障を及ぼす影響のある異常があると認められた場合は、改善されるまで乗務をさせないようにする。

(7) 荷役作業時の安全確保の徹底

経営者及び荷役災害防止担当者等は、荷主等との運送契約時に、荷役作業における役割分担を明確にする書面契約を締結するとともに、荷役作業の有無、運搬物の重量、荷役作業方法等の荷役作業内容を、「安全作業連絡書」等で運転者へ指示を行い配布する。

また、荷役作業時の墜落・転落防止対策強化のため、令和5年10月より昇降設備の設置及び保護帽の着用義務が最大積載量2トン以上の貨物自動車に範囲が拡大されたことなどを踏まえ、墜落・転落の危険を伴う荷役作業においては必ず保護帽を着用させるなどの必要な安全対策を指示し、労働災害事故の防止を図る。

参考：陸上貨物運送事業労働災害防止協会

「荷役作業安全対策ガイドラインのあらまし」

http://rikusai.or.jp/wp-content/uploads/2018/06/niyaku-guideline_aramashi_202304.pdf

「労働安全衛生規則等の一部改正のポイント」

https://rikusai.or.jp/wp-content/uploads/pdfs/202504_kaisei_point_question_answer.pdf#page=5

(8) 高速道路における事故防止の徹底

運行管理者等は、高速道路における事故の多くは、高速道路に入った後1時間以内に比較的多く発生していることを踏まえ、高速道路に入った後に可能な限り早い段階で運転者に休憩をとらせるなど、高速道路における事故防止の徹底に努める。

(9) 車両の安全性確保の徹底

経営者及び整備管理者等は、「自動車点検整備推進運動」及び「不正改造車を排除する運動」の趣旨を踏まえ、車両の日常点検及び定期点検の確実な実施に努めるとともに、不正改造の防止を徹底する。

特に、依然として後を絶たない大型トラックの車輪脱落事故防止の徹底を図るため、国土交通省が策定する「緊急対策」のトラック業界が取り組む実施事項と併せ、全ト協作成の啓発資料活用などにより、早めに冬用タイヤ交換を計画する他、適切なタイヤ交換作業の実施の徹底を図る。

(10) 降積雪期における輸送の安全確保の徹底

運行管理者及び整備管理者等は、気象情報や道路における降雪状況等を適時適切に把握するとともに、早期に雪道での走行が可能な冬用タイヤに交換する他、積雪・凍結等の気象及び道路状況に応じてタイヤチェーンを装着するなど適切なすべり止め措置を講じる。

また、大雪等での立ち往生を防ぐため、冬用タイヤの溝深さが新品時の50%以上であることを「プラットホーム」で運行前に必ず確認することを徹底させる。

(11) 正しい積付け・固縛方法の徹底

管理者は、荷量が増加する年末の繁忙期において、偏荷重が生じない積付けや、荷にロープまたはシートをかける等の固縛を正しく行い、安全な輸送の確保を徹底させる。

(12) エコドライブ及びアイドリング・ストップの徹底

経営者等は、化石燃料の使用量を削減し、地球温暖化の原因となるCO₂及び排出ガスの低減を図ることは、業界に課せられた命題であることから、エコドライブ及びアイドリング・ストップを徹底させる。

(13) 運輸安全マネジメントの徹底

経営者等は、輸送の安全確保が最も重要であるという意識を経営トップから現場の運転者まで浸透させるため、運輸安全マネジメントにより絶えず輸送の安全性の向上に努めるよう安全意識の高揚を図る。

(14) 安全意識の高揚

経営者及び運行管理者等は、社会的責務を自覚し、「安全を最優先する」という経営理念と、「絶対に事故を起こさせない」という信念を持って、各事業所の事故防止対策の徹底を図る。

運転者は、常に適正な速度、車間距離を保つなど、安全走行を徹底する。また、交通法令の遵守はもちろんのこと、プロドライバーとしての使命と自覚を持って、一般ドライバーの模範となるよう、常に「やさしさ」と「思いやりのある運転」を心掛ける。

(15) 輸送品質・サービスの向上

運転者は、荷扱いに一層の注意を払い、毀損等の貨物事故の未然防止を図る。また、常に笑顔と誠意をもって顧客等に接するとともに、言葉遣いや態度を明快にし、親切、丁寧に対応するよう輸送サービスの向上に努める。

6. 実施要領

前項の「実施事項」を確実に効果的に実行するため、それぞれ次の要領により実施する。また、国土交通省が年末年始に行う安全総点検への協力を行うものとする。

(1) 全ト協

- ① 広報とらっく、ホームページ、業界紙等を活用し、本運動の趣旨、実施計画等を全事業者に周知する。
- ② 各都道府県トラック協会からの推薦に基づき本運動に功績のあった事業所及び従業員を表彰する。

(2) 各都道府県トラック協会

- ① 関係委員会または会議等の開催により、本運動の具体的推進要領を決定する。また、飲酒運転根絶に向けた他県の取り組み事例について情報の共有化を図るとともに、各地域の実情に応じ、飲酒運転根絶に向けた効果的な取り組みを積極的に展開する。
- ② 協会独自の企画によるポスター、垂れ幕、立看板等の作成、掲出、並びに機関紙(誌)、ホームページ等を活用して本運動の広報を行い、会員事業者に対し周知を図る。
- ③ 事業者、管理者、運転者等に対し、それぞれの研修会、講習会等を開催し、実施事項を確実に効果的に実行できるよう努める。
- ④ 荷主等との協議の場をできるだけ設け、本運動に対する荷主への理解と協力を求める。
- ⑤ 適正化事業実施機関を活用し、本運動を徹底させる。

- ⑥ 本運動において功績のあった事業所及び従業員に対し、全ト協が表彰を行うため、被表彰者を推薦する。（推薦の細部については別途連絡）

（３）事業所

- ① 自社広報紙等の利用、あるいはトラック協会等から配布されたポスター、垂れ幕、立看板、腕章、リボン等により、従業員に対し本運動の実施事項を徹底し、交通事故防止活動の推進と輸送品質の向上を図る。

- ② 安全対策を検討する際は、全ト協が制作した各種マニュアル等の啓発物を積極的に活用する。

＜全ト協ホームページ＞

URL https://jta.or.jp/member/anzen/kotsuanzen_ichiran.html

- ③ 従業員に対し必要な教育、現場指導を行い、また、トラック協会が行う研修会、講習会等に従業員を積極的に参加させ、安全・安心な輸送サービスの向上を図る。
- ④ 安全会議を開催する等、本運動及び関係行政機関の発出する安全に関する通知等の徹底を図る。

以 上

四 運 技 安 第 9 0 号
令 和 7 年 9 月 3 0 日

四国トラック協会連合会会長 殿

四国運輸局長(公印省略)

令和7年度整備管理者選任後研修(オンライン方式)の実施について

平素から運輸行政に格別のご理解とご協力を賜り感謝申し上げます。

本年度の整備管理者選任後研修については、原則オンライン方式により実施することとなりました。申込方法や研修受講の詳細については別紙のとおりですので、傘下会員にご周知いただきますとともに、速やかな受講に向けてご案内いただきますよう、よろしくお願いいたします。

なお、オンライン方式による研修を受講できない整備管理者については、オンライン方式と同じ研修資料と動画を用いた整備管理者選任後研修(対面方式)を各運輸支局において開催いたしますが、ご希望に添えない可能性があることをあらかじめご了承ください。

令和7年度整備管理者選任後研修(オンライン方式)の申込及び受講について

1. 申込受付期間

令和7年10月1日(水)10:00から令和8年2月11日(水)23:59まで
(※締め切りを前倒す可能性があるため、早めにお申し込みください。)

2. 受講申込の方法

以下の研修システムのログインサイトにアクセスして申し込み。

ログインサイトURL <https://r7-seibi-kanrishakenshu.jp>



◆申込時に準備が必要なもの

- ・メールアドレス
- ・身分証明書(運転免許証またはマイナンバーカード)

◆受講申込の詳細については、研修システムに掲載の「研修システムマニュアル」及び「オンライン環境マニュアル」を参照のこと。

3. 受講期間

申込完了から令和8年2月15日(日)23:59まで

4. 受講方法

ログインサイトから研修システムにログインし、PC、タブレットまたはスマートフォンにて動画を視聴することにより受講する。

◆受講時に準備が必要なもの

- ・カメラ機能付き(外付け可)のPC、タブレットまたはスマートフォン
- ・インターネットに接続できる環境(通信費は受講者負担)
- ・申込時に入手したIDとパスワード
- ・研修資料

◆受講時の注意点

受講時は、顔認証により受講権限、受講態度等の監視がなされており、不適切な状況等が確認されると講義が停止する。講義が停止した場合は再度顔認証のうえ受講再開が可能。

◆受講方法の詳細については、研修システムに掲載の「研修システムマニュアル」及び「オンライン環境マニュアル」を参照のこと。

5. 研修内容

1. 車両管理上必要な関係法令
2. 整備管理者の役割
3. 自動車の点検整備(日常点検・定期点検)の内容
4. 路上車両故障等の発生状況とその防止対策
5. 車両の整備管理の内容
6. 運転者等に対する指導教育(方法と実務)
7. その他整備や事故防止対策に関するお知らせ
8. 試問及び解説

6. 研修時間

約3時間

7. 研修資料の入手方法

研修システムにログイン後のページでダウンロード。

研修資料はPDFデータでの配布となるため、必要に応じ印刷するなどして受講者自身において受講時に閲覧できるよう準備すること。

ログインサイトURL <https://r7-seibi-kanri.shakenshu.jp>



8. 受講済証の入手方法

受講修了後に、研修システムにログイン後のページでダウンロード。

受講期間を過ぎるとダウンロードができなくなるため、受講期間内(令和8年2月15日まで)に入手のこと。

9. 問い合わせ先

◆研修システムに関する操作方法等の問い合わせ先

【研修会運営事務局】

株式会社アカンパニーテクノロジーズ(国土交通省委託先)

令和7年度整備管理者選任後研修お問い合わせ窓口

TEL:050-1726-8071

Mail:kato@e-webinar.net

◆講義内容に関する質問等のお問い合わせフォーム

<https://forms.cloud.Microsoft/r/xKAs4qKb2T>



令和7年11月1日

会 員 各 位

(一社)香川県トラック協会
会 長 楠 木 寿 嗣

令和7年度 トラック運送事業者のための人材確保・労働環境改善
セミナーの開催について

拝啓 時下ますますご隆盛のこととお慶び申し上げます。

平素は、当協会の業務運営に格別のご理解を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、2024年問題を契機に、物流業界ではドライバー不足や高齢化、長時間労働の是正といった構造的課題が一層深刻さを増しています。場当たりの人材採用では、もはや人材の確保や定着は困難であり、抜本的な見直しが求められています。

こうした状況に対応するには、働きやすく魅力ある職場づくりと、将来を見据えた戦略的な労務管理が不可欠です。人材が集まり、育ち、そして定着する職場を実現することは、企業の持続的成長に直結する重要な経営課題となっています。

本セミナーでは、最新の業界動向や法制度の変化を踏まえつつ、実際の企業で進む先進的な取り組みや改善策を具体的にご紹介します。処遇の見直し、柔軟な勤務体制の導入、現場と経営層の連携強化といった実効性ある施策について理解を深め、自社に応じた実践への手がかりを得ていただくことを目的としています。

つきましては、業務ご多忙とは存じますが、是非ともご参加くださいますようご案内申し上げます。

敬 具

記

1. 日 時 令和7年12月9日（火） 13:30～15:30
2. 場 所 香川県トラック総合会館 5階 大会議室
3. 講 師 株式会社コヤマ経営 代表取締役 小山雅敬 氏
4. 内 容 (1) 運転者人材等の採用
(2) 人材が定着するための労働環境の整備
(3) 人材確保・定着、働き方改革等に対する助成金
(4) 人材採用、定着、法令活用におけるAI活用
5. 募集人数 定員30名（先着順。定員になり次第、締め切ります）
6. 申込方法 添付「参加申込書」にご記入の上、11月25日（火）までにお申込みください。
7. 問合せ先 (一社)香川県トラック協会 管理課
TEL (087) 851-6381 FAX (087) 821-4974

(一社)香川県トラック協会 管理課 行
FAX：087-821-4974

「トラック運送事業者のための人材確保・労働環境改善セミナー」
参加申込書

事業者 支店・営業所名		
受講者 ①	所属・役職	
	氏 名	
受講者 ②	所属・役職	
	氏 名	

※3名以上のご出席を希望される場合は、予めご連絡ください。

※定員30名になり次第、締め切らせて頂きます。

【申込締切日】令和7年11月25日（火）

荷役災害防止担当者研修

(陸運事業者・荷主等向け)

陸上貨物運送事業の労働災害の約7割は、トラックの荷台等からの墜落・転落等の荷役作業中に発生しています。さらに、その約7割は、荷主等（荷主、配送先、元請事業者等）の事業場で発生しています。このため、厚生労働省では「陸上貨物運送事業における荷役作業の安全対策ガイドライン」を策定し、陸運事業者の実施事項、荷主等の実施事項を示しています。

本年度は、陸運事業者と荷主等双方の担当者に対する安全衛生研修を次のとおり行います。

この研修は、荷主等の自社の労働者の労働災害防止対策にも参考となる墜落・転落災害、フォークリフト、クレーン、ロールボックスパレット等による災害防止に関する内容も含まれています。関係者の皆様には積極的なご参加をお待ちしています。

開催日時 令和7年 **12月12日** 金 13:00-17:00

開催場所 香川県トラック総合会館 5階大会議室

(住所 高松市福岡町3丁目2-3)

定員 30名（先着順です）



内容 荷役災害防止の担当者に対する安全衛生教育カリキュラムに準じる（陸運事業者・荷主等向け）
荷役災害防止担当者教育

参加費及びテキスト代 **無料**

申込方法 下記参加申込書にご記入いただき、陸災防香川県支部までファックスでお申込み下さい。
なお、受講票等は送付いたしません。

申込締切 **令和7年11月28日(金)** ※定員に達し次第締め切ります。

受講証明 受講者には、受講証明書をお渡しします。

問合せ先 陸上貨物運送事業労働災害防止協会（陸災防）香川県支部 TEL：087-851-6251

（切り取らずにそのままご送信ください。）

参加申込書

FAX. 087-821-4974

ふりがな 参加者氏名①		所属・役職	
ふりがな 参加者氏名②		所属・役職	
事業場名	(業種：)		
所在地 電話番号 ご担当者氏名	〒 — — — — — 電話番号 () — — — — — ご担当者		

参加申込書にご記入いただいた情報は、本研修以外には使用いたしません。

事 務 連 絡
令和7年11月1日

会 員 各 位

一般社団法人香川県トラック協会
会 長 楠 木 寿 嗣

令和7年度 引越基本講習・引越管理者講習の開催について

拝啓 時下ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

平素は当協会の業務運営に格別のご理解、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、引越利用者サービスのレベルアップを図ることを目的とした講習会を下記のとおり開催いたします。

受講を希望される事業者は別紙をご覧ください、お申し込みください。

なお、「引越基本講習」を修了されていない方は「引越管理者講習」を受講することができないなど受講及び申込み方法には条件がありますので予めご確認ください。

敬具

記

1. 開催内容

【引越基本講習】

開催日時 令和7年11月20日（木） 10時00分～16時00分
開催場所 香川県トラック総合会館 5階
対 象 者 引越業務実務経験者（予定される方も含む）

【引越管理者講習】

開催日時 令和7年11月21日（金） 10時00分～16時00分
開催場所 香川県トラック総合会館 5階
対 象 者 2005年度以降の全ト協統一形式での引越基本講習修了者
2022年度以前の引越管理者講習修了者は更新（再受講）が必要となります。
そ の 他 引越管理者講習は『引越事業者優良認定制度』の認定要件の一つとなっており、申請事業者は各営業所に同講習修了者を1名以上在籍させる必要があります。

2. 申込方法等について

(1) 各講習申込書に必要事項をご記入いただき、必要書類と併せてお申し込みください。

※申込書等の電子データは、香ト協ホームページよりダウンロードいただけます。

(3) 四国内では徳島県と愛媛県（11/13 基本、11/14 管理者）での開催となっております。愛媛県での受講を希望される方は香ト協事務局までお問い合わせください。

3. 申込期限

令和7年11月6日(木) 香ト協必着

4. 申込み・問合せ先

一般社団法人香川県トラック協会 (担当 明石)

〒760-0066

香川県高松市福岡町3丁目2-3

電話 087-851-6381

以上

引越基本講習

開催日時	令和7年11月20日（木） 10時00分～16時00分
開催場所	香川県トラック総合会館 5階 香川県高松市福岡町3丁目2-3（電話 087-851-6381）
講習内容	○引越業界の現状について ○標準引越運送約款等の知識について ○引越の下見・見積の知識とクレーム対応について（DVD） ○引越作業と接客マナーについて（DVD）
受講対象者	引越業務実務経験者（予定される方も含む）
申込締切	令和7年10月30日（木） 香ト協必着 ※締め切り後の受付は致しません
申込方法	●別紙様式（A）引越基本講習〔申込書 兼 受講票〕 下記申込先まで郵送又はご持参ください。（FAXによる申込は不可）
受講定員	30名（定員になり次第締め切り）
当日持参物	●筆記用具、赤ペン
受講費	◇協会会員 ： 無 料（各県協会にて補助致します） ◇会員外 ： 5,000円
申込先 （問合先）	一般社団法人香川県トラック協会 （担当 明石） 〒760-0066 香川県高松市福岡町3丁目2-3（電話 087-851-6381）

引越管理者講習

開催日時	令和7年11月21日（金） 10時00分～16時00分
開催場所	香川県トラック総合会館 5階 香川県高松市福岡町3丁目2-3（電話 087-851-6381）
講習内容	○引越に係るクレーム相談について ○見積、請求、延期、破損等について ○事例検討（個人研究・グループ討議）
受講対象者	2005年度以降の全ト協統一形式での引越基本講習修了者 ※2021年度以前の引越管理者講習修了者は更新（再受講）が必要となります。過去の受講日が不明な場合は、各県ト協にお問合せ下さい。
申込締切	令和7年10月30日（木） 香ト協必着 ※締め切り後の受付は致しません
申込方法	●別紙様式（B）引越管理者講習［申込書 兼 受講票］ ●顔写真（サイズについては別紙申込書を参照） ※指定サイズ以外の場合、修了証は作成されません ※別紙様式（B）と写真を下記申込先まで郵送または持参ください。
受講定員	30名（定員になり次第締め切り）
当日持参物	（1）筆記用具 （2）名刺（15枚程度、グループ討議にて使用） ☐ 顔写真（ <u>申込時に提出されていない場合のみ</u> ） ☐ 前日に基本講習を受講された方は、講習で使ったテキストをご持参ください
受講費	◇協会会員 ： 無 料（各県協会にて補助致します） ◇会員外 ： 5,000円
申込先 （問合先）	一般社団法人香川県トラック協会 （担当 明石） 〒760-0066 香川県高松市福岡町3丁目2-3（電話 087-851-6381）

(A) 引越基本講習 〔申込書 兼 受講票〕

香川県 トラック協会

協会コード 0 3 7

協会員 ・ 非協会員

※所属協会名を記入して下さい。

※どちらかに○を付けて下さい

受講コード (個人コード) 0

① 氏 名	せい	めい	※ふりがなを必ず記入して下さい。 ※通常のパソコンで表示できる範囲の漢字を使用して下さい。	
	姓	名		
② 生年月日	年	月	日	※西暦で記入して下さい。
③ 性 別	男 性	・	女 性	※どちらかに○をして下さい。
④ 事業所名	会社名		営業所／支店名	※正式名称で記入して下さい。
⑤ 事業所住所	〒 - 都道府県			
⑥ 電話番号・FAX	- -		- -	

※受講者本人と連絡のつく事業所の電話番号・FAX番号を市外局番から記入して下さい。

※受講者本人が、記載漏れの無いよう太枠内①～⑥に記入して下さい。

受講日	2 0 2 5 年 11 月 20 日
受講地	香川 都 道 府 県

※提出いただいた個人情報については、引越講習修了証発行に係る業務以外には使用致しません。また、この書類は返却致しませんのでご了承下さい。

公益社団法人全日本トラック協会

【当日持参して頂くもの】

☐ 筆記用具

※当日確認テストを行います。

自己採点用の赤ペンもご用意下さい。

(B) 引越管理者講習 〔申込書 兼 受講票〕

香川県 トラック協会

協会コード

0 3 7

協会員 ・ 非協会員

※所属協会名を記入して下さい。

※どちらかに○を付けて下さい

受講コード

(個人コード)

0

① 氏 名

せい

めい

姓

名

※ふりがなを必ず記入して下さい。

※通常のパソコンで表示できる範囲の漢字を使用して下さい。

② 生年月日

年

月

日

※西暦で記入して下さい。

③ 性 別

男 性

・ 女 性

※どちらかに○をして下さい。

④ 事業所名

会社名

営業所／支店名

※正式名称で記入して下さい。

⑤ 事業所住所

〒

-

都道府県

⑥ 電話番号・FAX

-

-

-

-

※受講者本人と連絡のつく事業所の電話番号・FAX番号を市外局番から記入して下さい。

※受講者本人が、記載漏れの無いよう太枠内①～⑥に記入して下さい。

受講日

2

0

2

年

11

月

21

日

受講地

香川 都 道 府

県

※提出いただいた個人情報については、引越講習修了証発行に係る業務以外には使用致しません。また、この書類は返却致しませんのでご了承下さい。

公益社団法人全日本トラック協会

【当日持参して頂くもの】

☐ 筆記用具☐ 名刺

※グループ討議の際、名刺交換致しますので複数枚ご持参下さい。

☐ 引越講習テキスト

※前日基本講習を受講されている方は基本講習で使用了テキストをご持参下さい。

令和 7 年 11 月 1 日

会 員 各 位

一般社団法人香川県トラック協会

令和 7 年度 乗務員ステップアップ講習会のご案内

拝啓 時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素は、当協会の事業活動に格別のご理解を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、香川県トラック協会では、平成 16 年度より国土交通省告示 1366 号を基にし、安全意識の高揚と交通事故防止に寄与することを目的とした乗務員向け講習会を開催しております。

香ト協専任講師による事業用自動車の運行の安全を確保するために必要な運転に関する知識を説明するほか、実車を用いて日常点検方法や死角などの車高等のトラックの構造上の特性についても学んでいただける体験型講習となっております。

参加を希望される事業者は、別紙申込書に必要事項をご記入の上、トラック協会まで返信ください。

敬 具

記

1. 開催内容 乗務員ステップアップ講習会
2. 開催日時 別紙参加申込書を参照ください。
3. 対 象 者 営業所所属運転者
※乗務員教育を担当する管理者の参加も可能です。
4. 費 用 無料
5. 申込方法 参加申込書に必要事項を記載され、FAX にてお申し込みください。
6. 問合せ先 一般社団法人香川県トラック協会
電話 087-851-6381 FAX 087-821-4974

以上

令和7年度 乗務員ステップアップ講習 参加申込票

・乗務員ステップアップ講習（受講希望日に~~✓~~印をご記入下さい。）

✓印 記入欄	開催回	開催日時	開催場所
	第 122 回	令和7年 11月22日（土） 9:00 ～ 12:00	会場 安全研修センター 住所 高松市福岡町3丁目3-6
	第 123 回	11月22日（土） 13:30 ～ 16:30	

○受講希望者データ

会 社 名	
担当者名（記入者）	

	氏 名	生年月日	トラック ドライバー歴	乗務車種 (○印記入)
1	(ふりがな)	昭和 ・ 平成 年	年	大型 中型 小型
		月 日 (満 歳)		
参加希望講習 (○印記入)		第 122 回 (AM) ・ 第 123 回 (PM)		
2	(ふりがな)	昭和 ・ 平成 年	年	大型 中型 小型
		月 日 (満 歳)		
参加希望講習 (○印記入)		第 122 回 (AM) ・ 第 123 回 (PM)		
3	(ふりがな)	昭和 ・ 平成 年	年	大型 中型 小型
		月 日 (満 歳)		
参加希望講習 (○印記入)		第 120 回 (AM) ・ 第 121 回 (PM) ・ 第 122 回 (AM) ・ 第 123 回 (PM)		

※ 香ト協（FAX 087 - 821 - 4974）へ申し込みください。

令和 7 年 11 月 1 日

会 員 各 位

一般社団法人香川県トラック協会

初任運転者及び事故惹起運転者に対する講習会開催のご案内

拝啓 時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素は、当協会の事業運営に対しまして格別のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、貨物自動車運送事業者等は貨物自動車運送事業輸送安全規則第 10 条第 2 項の定めにより、標記運転者に対して特別な指導を行うこととなっております。

本年は昨年と同様に、四国交通共済協同組合と共催し、初任運転者講習会（6 時間講習・8 回）、事故惹起運転者講習会（6 回）を下記要領で開催することと致します。

つきましては、業務ご多忙とは存じますが、当該運転者の派遣を賜りますようよろしくお願い申し上げます。なお、都合により各回 20 名を定員とさせていただきます。

敬 具

※初任運転者とは（指導の場合）

貨物自動車運送事業輸送安全規則第 3 条第 1 項に基づき運転者として常時選任するために新たに雇い入れた者。（当該貨物自動車運送事業者において初めてトラックに乗務する前 3 年間に他の一般貨物自動車運送事業者等によって運転者として常時選任されたことがある者を除く）

※初任運転者講習会については、「初任運転者に対する特別な指導の内容及び時間」15 時間以上の内、6 時間講習で実施しますので、残り 9 時間の指導は貴社等で教育をお願い致します。

※事故惹起運転者とは

死者又は重傷者（自動車損害賠償保障法施行令第 5 条第 2 号又は 3 号に掲げる傷害を受けたもの）を生じた交通事故を引き起こした運転者、及び軽傷者（同条第 4 号に掲げる傷害を受けたもの）を生じた交通事故を引き起こし、かつ、当該交通事故前の 3 年間に交通事故を引き起こしたことがある運転者。

記

1. 開催日程

< 初任運転者講習会 >

第1回 令和7年 4月10日(木)	第5回 10月9日(木)
第2回 6月5日(木)	第6回 12月4日(木)
第3回 7月10日(木)	第7回 令和8年 1月22日(木)
第4回 9月11日(木)	第8回 2月 5日(木)

< 事故惹起運転者講習会 >

第1回 令和7年 5月22日(木)	第5回 令和8年 1月15日(木)
第2回 7月3日(木)	第6回 3月 5日(木)
第3回 9月18日(木)	
第4回 11月 6日(木)	

2. 開催時間 9 : 3 0 ~ 1 7 : 0 0
3. 場 所 四国交通共済会館
4. 受 講 料 講習会に係る費用は香ト協で負担いたします。
5. 定 員 2 0 名
6. 申 込 初別紙申込書を四交協へファックス送信ください。
初任運転者講習会の申込みについては、定員に達している場合があります。
※事前に、四国交通共済協同組合ホームページ「講習・研修スケジュール」(<http://yonkokyo.or.jp/publics/index/32/>)で申込状況をご確認いただきお申込み下さい。
7. 証 明 書 受講修了後、特別指導受講証明書が発行されます。
8. そ の 他 筆記用具を必ずご持参ください。
※屋外講習がありますので、実施できる服装等で、ご参加ください。※やむを得ず、日程を変更する場合があります。
予め、ご了承ください。

初任及び事故惹起運転者講習会参加申込書

○初任運転者講習会（受講希望日に印をご記入ください。）

✓印 記入欄	開催日	✓印 記入欄	開催日
終了	令和7年 4月10日（木）	終了	10月 9日（木）
終了	6月 5日（木）		12月 4日（木）
終了	7月10日（木）		令和8年 1月22日（木）
終了	9月11日（木）		2月 5日（木）

○事故惹起運転者講習会（受講希望日に印をご記入ください。）

✓印 記入欄	開催日	✓印 記入欄	開催日
終了	令和7年 5月22日（木）		令和8年 1月15日（木）
終了	7月 3日（木）		3月 5日（木）
終了	9月18日（木）		
	11月 6日（木）		

※開講時間は、9：30～17：00（各回共通） ※ご希望の講習日にチェック（✓）をお願い致します。

※複数の講習会にお申込の方は、この用紙をコピーしてご利用下さい。

○受講者データ

	ふりがな 氏 名	生年月日	
		昭和 平成	年 月 日

○派遣先データ

会社名			
会社住所	〒		
電話番号		FAX番号	
担当者名		役 職	

※ 受講後、特別指導受講証明書をお送りしますので、担当者名と役職、及び会社住所を必ずご記入ください。

四交協 FAX（0877-44-3390）へご送信願います。

労働安全衛生法及び作業環境測定法 改正の主なポイントについて

令和8(2026)年1月1日から段階的に施行※されます

※一部は公布日(令和7年5月14日)に施行済み

多様な人材が安全に、かつ安心して働き続けられる職場環境の整備を推進するため、個人事業者等に対する安全衛生対策の推進や、職場のメンタルヘルス対策の推進などの措置を行う改正を行いました。

1 個人事業者等の安全衛生対策の推進

労働者と同じ場所で働く個人事業者等を労働安全衛生法による保護の対象及び義務の主体として位置づけ、注文者等や個人事業者等自身が講ずべき各種措置を定めました。

(1) 注文者等の配慮

R7.5.14 施行

労働安全衛生法第3条第3項に規定されている注文者などへの注文時の施工方法や工期などに対する配慮規定について、今回の法改正により、こうした規定が建設工事以外の注文者にも広く適用されることを明確化しました。

(2) 混在作業場所における元方事業者等への措置義務対象の拡大

R8.4.1 施行

(特定)元方事業者が混在作業場所において、自社及び関係請負人等に雇用されている労働者の災害防止のために講ずべき必要な指導や連絡調整等の措置について、その対象が当該労働者から個人事業者等を含む作業従事者に拡大されました。

また、政令で定められた機械等または建築物を他の事業者に貸与する者が災害防止のために講ずべき措置について、個人事業者等に貸与する場合にも当該措置を講ずることとされました。

(3) 業務上災害報告制度の創設

R9.1.1 施行

個人事業者等の業務上災害が発生した場合には、災害発生状況などについて、厚生労働省に報告させることができることとしました。

報告主体や報告事項などの報告の仕組みの詳細は今後、関連する法令等により示すこととしています。

(4) 個人事業者等自身への義務付け

R9.4.1 施行

個人事業者等自身に対して、労働者と同一の場所において作業を行う場合に、①構造規格や安全装置を具備しない機械などの使用の禁止、②特定の機械などに対する定期自主検査の実施、③危険・有害な業務に就く際の安全衛生教育の受講などを義務付けることとしました。

作業場所管理事業者(仕事を自ら行う事業者であって、当該仕事を行う場所を管理するものをいいます。)に対して、その管理する場所において、自社または請負人の作業従事者のいずれかが、危険・有害な業務を行う場合に、災害防止の観点から、作業間の連絡調整等の必要な措置を講ずることが義務付けられました。

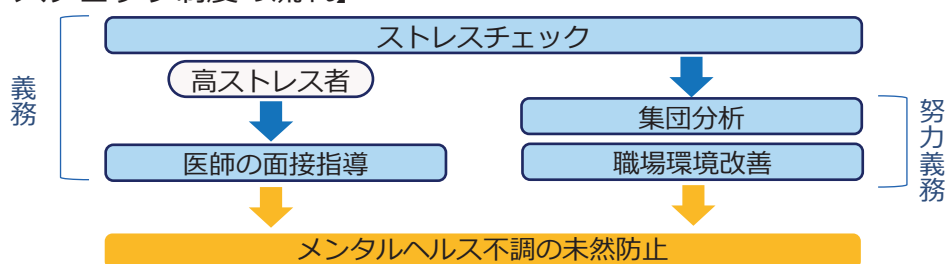
2 職場のメンタルヘルス対策の推進

公布後3年以内に政令で定める日から施行

ストレスチェックについて、現在当分の間努力義務となっている常用労働者数50人未満の事業場においても、ストレスチェックや高ストレス者への面接指導の実施が義務付けられました。

国においても小規模事業者が円滑に制度改正に対応できるよう、50人未満の事業場に即したストレスチェックの実施体制・実施手法についてのマニュアルの作成や、医師による高ストレス者への面接指導の受け皿となる地域産業保健センター(地さんぽ)の体制拡充などの支援を進めていきます。

【ストレスチェック制度の流れ】

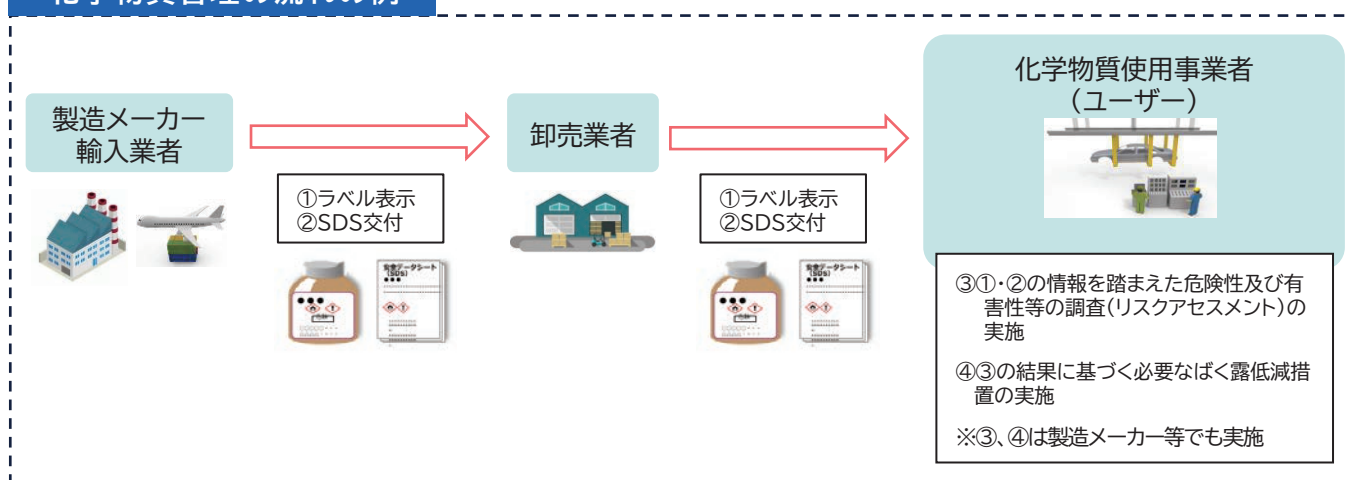


3 化学物質による健康障害防止対策等の推進

(1) 危険性及び有害性情報の通知制度の履行確保 公布後5年以内に政令で定める日から施行

化学物質の譲渡・提供時における危険性及び有害性情報の通知(SDS:安全データシートの交付)の履行確保のため、通知義務違反に対する罰則が新たに設けられるとともに、通知事項を変更した場合の再通知が義務化されました。

化学物質管理の流れの例



SDSについて、化学物質の成分名に企業の営業秘密情報が含まれる場合においては、有害性が相対的に低い化学物質に限り、通知事項のうち成分名について、代替化学名等(※)での通知が認められることとなりました。

なお、代替化学名等での通知を行った事業者は実際の成分名等の情報についての記録・保存が義務付けられました。

また、当該事業者は医師が診断及び治療のために成分名の開示を求めた場合は、直ちに成分名の開示を行うことが義務付けられました。

※代替化学名等:当該成分の化学名における成分の構造または構成要素を表す文字の一部を省略・置き換えた化学名などを言いますが、詳細な代替化学名等の表示方法などについては国が指針を定める予定です。

なお、非開示とできるのは成分名のみであり、人体に及ぼす作用、講ずべき措置等については非開示は認められません。

(3)個人ばく露測定の精度担保

R8.10.1施行

危険有害な化学物質を取り扱う作業場の作業環境に関して、その場所で働く労働者が化学物質にばく露している程度を把握するために行う個人ばく露測定について、その測定精度を担保するため、個人ばく露測定を作業環境測定の一部として位置づけ、有資格者(必要な講習を受講した作業環境測定士など)が作業環境測定基準に従って行うことが義務となりました。

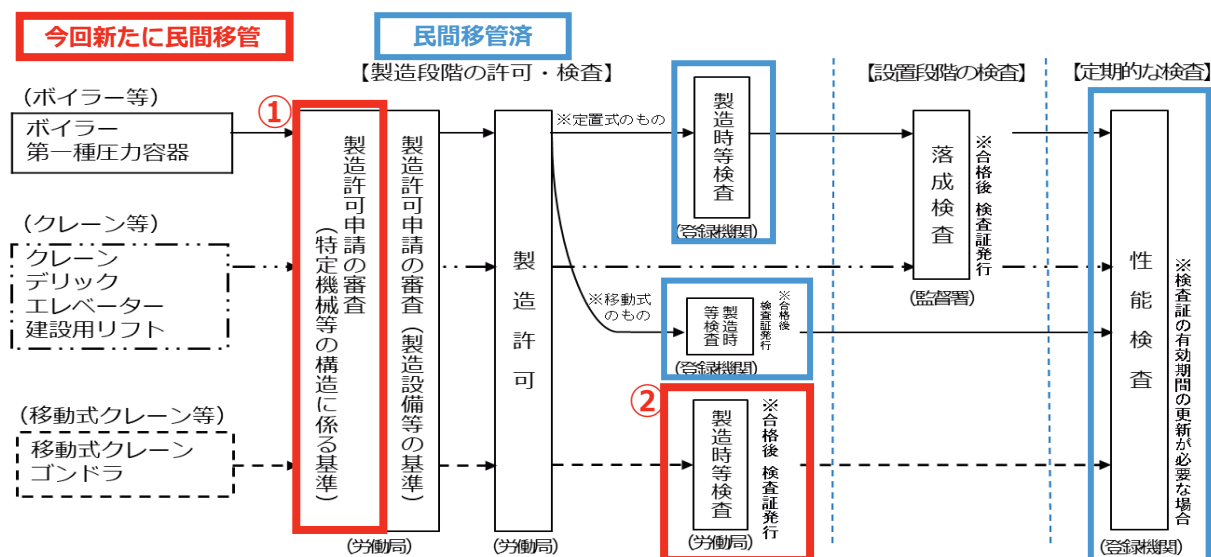
4 機械等による労働災害防止の促進等

(1)特定機械等の製造許可及び製造時等検査制度の見直し

R8.4.1施行

危険な作業を必要とする特定機械等(ボイラー、クレーンなど)に対して義務付けられている製造許可や製造時等検査などの制度について、

- ① 製造許可申請の審査のうち、特定機械等の設計が構造規格に適合しているかの審査について、登録を受けた民間機関が行うことが可能となりました。
- ② 製造時等検査の対象となる機械のうち、移動式クレーン及びゴンドラについても登録を受けた民間機関が検査を行うことが可能となります。あわせて、特定機械等の製造時等検査・性能検査や、個別検定・型式検定について基準を定め、登録機関がこの基準に従って検査・検定を行わなければならないこととされました。



フォークリフトなどの一定の機械に対して義務付けられている特定自主検査について、基準を定め、登録検査業者はこの基準に従って検査を行わなければならないこととされました。

また、フォークリフトの運転業務などの業務に従事するために必要な技能講習について、不正に技能講習修了証やこれと紛らわしい書面の交付を禁止するとともに、不正を行った場合の回収命令、欠格期間の延長が規定されました。

5 高年齢労働者の労働災害防止の推進

R8.4.1施行

高年齢労働者の労働災害の防止を図るため、高年齢労働者の特性に配慮した作業環境の改善、作業管理などの必要な措置を講ずることが事業者の努力義務となりました。

また、国において、事業者による措置の適切かつ有効な実施を図るための指針を定めることとしており、事業者の方には、指針に基づいた取り組みを行っていただく必要があります。

加えて

「労働施策の総合的な推進並びに労働者の雇用の安定及び職業生活の充実等に関する法律」も改正されました

6 治療と仕事の両立支援の推進

R8.4.1施行

職場における治療と仕事の両立を促進するために必要な措置を講じることが事業者の努力義務となりました。

また、国において、当該措置の適切かつ有効な実施を図るための指針を定めることとしており、事業者の方には、指針に基づいた取り組みを行っていただく必要があります。

改正安衛法等に係る特設ページ

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/an-eihou/index_00001.html



安全衛生政策全般の紹介

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/index.html



ちゃんとチェック!

最低賃金



働く人も、雇う人も、確認を忘れずに☑

香川県 最低賃金

令和7年
10月18日 から
時間額

1,036 円

前年比 **UP**
66円

最低賃金とは、働くすべての人に賃金の最低額を保障する制度です。

WEBで確認!

最低賃金に関する
特設サイト



最低賃金 特設サイト 検索

最低賃金に関する
お問い合わせは
香川労働局または
最寄りの労働基準監督署へ



香川労働局 検索

賃金引上げ
特設ページ

賃金引上げに向けた支援策
等を掲載しています。



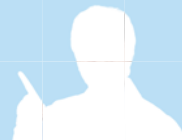
賃金引上げ特設ページ 検索

中小企業事業者
の皆さんへ



業務改善
助成金

最大600万円を助成



働く人も、雇う人も。 必ず確認、最低賃金！

「最低賃金制度」は、年齢やパート・学生などの働き方の違いにかかわらず、働くすべての人に適用されます。確認したい賃金（※1）と勤務地の都道府県の最低賃金額（時間額）を比較表に記入して、比較してみましょう！（※2）

最低賃金額との比較方法

あなたの賃金と該当する都道府県の最低賃金額を書き込んでみましょう。（※2）

A 時間給の方

時間給 円 $\geq$ 最低賃金額（時間額） 円

B 日給の方

日給 円 $\div$ 1日の平均所定労働時間 時間 = 時間額 円 $\geq$ 最低賃金額（時間額） 円

C 月給の方

月給 円 $\div$ 1か月の平均所定労働時間 時間 = 時間額 円 $\geq$ 最低賃金額（時間額） 円

D 上記 A、B、C が組み合わさっている方

例えば、基本給が日給で各手当（職務手当など）が月給の場合

- ① 基本給（日給）→ B の計算で時間額を出す
- ② 各手当（月給）→ C の計算で時間額を出す
- ③ ①と②を合計した額 $\geq$ 最低賃金額（時間額）

（※1）最低賃金額との比較に当たって、次の賃金は算入しません。

- ① 臨時に支払われる賃金（結婚手当など）
- ② 1か月を超える期間ごとに支払われる賃金（賞与など）
- ③ 所定労働時間を超える時間の労働に対して支払われる賃金（時間外割増賃金など）
- ④ 所定労働日以外の日の労働に対して支払われる賃金（休日割増賃金など）
- ⑤ 午後10時から午前5時までの間の労働に対して支払われる賃金のうち、通常の労働時間の賃金の計算額を超える部分（深夜割増賃金など）
- ⑥ 精進手当、通勤手当および家族手当

（※2）詳細な計算方法や、歩合給の場合の計算方法などは労働局または最寄りの労働基準監督署へ

業務改善助成金

最大600万円を助成

中小企業事業者の皆さん！

賃金引上げを支援する
「業務改善助成金」を活用しましょう！

業務改善助成金とは？ 「業務改善助成金」は、生産性を向上させ「事業場内で最も低い賃金（事業場内最低賃金）」の引上げを図る中小企業・小規模事業者を支援する助成金です。設備投資などを行った場合、支給の要件に応じてその費用の一部を助成します。

業務改善助成金コールセンター

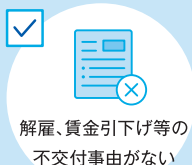
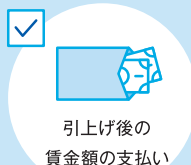
詳しくは、こちら

☎ 0120-366-440

業務改善助成金 検索



I 支給の要件



設備投資等に要した費用の一部を助成

概要を動画でチェック！



助成金支給までの流れ

1 交付申請書・事業実施計画などを、事業場がある都道府県労働局に提出



2 交付決定後、提出した計画に沿って事業実施

3 実施結果報告書・支給申請書を労働局に提出



4 支給

手続きを動画でチェック！



専門家による無料相談を実施

賃金引上げにお悩みの方は働き方改革推進支援センターにご相談ください。

詳しくは、こちら

働き方改革推進支援センター

検索

働き方改革推進支援資金

日本政策金融公庫では、事業場内最低賃金の引上げに取り組む事業者に対して、設備資金や運転資金の融資を行っています。

詳しくは、こちら

働き方改革推進支援資金

検索

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

(R7.9)

香川県最低賃金

働く人も、雇う人も、確認を忘れずに 

時間額 **1,036円**

令和7年10月18日から

前年比
66円
UP 

香川県最低賃金の概要

適用を受ける労働者の範囲	香川県の区域内の事業場で働くすべての労働者
最低賃金額	時間額 1,036円
最低賃金において算入しないことを定める賃金	① 臨時に支払われる賃金（結婚手当など） ② 1か月を超える期間ごとに支払われる賃金（賞与など） ③ 所定労働時間を超える時間の労働に対して支払われる賃金（時間外割増賃金など） ④ 所定労働日以外の日の労働に対して支払われる賃金（休日割増賃金など） ⑤ 午後10時から午前5時までの間の労働に対して支払われる賃金のうち、通常の労働時間の賃金の計算額を超える部分（深夜割増賃金など） ⑥ 精皆勤手当、通勤手当及び家族手当
効力発生年月日	令和7年10月18日

※ 最低賃金の適用を受ける使用者は、最低賃金の概要を、常時作業場の見やすい場所に掲示し、又はその他の方法で、労働者に周知させるための措置をとらなければなりません。

香川労働局 労働基準部賃金室 (087) 811-8919
労働基準監督署

高 松 (087) 811-8946

丸 亀 (0877) 22-6244

観音寺 (0875) 25-2138

坂 出 (0877) 46-3196

東かがわ (0879) 25-3137

ホームページは
こちら 



 香川労働局・労働基準監督署

(R7.9)

働くすべての人、そのご家族の皆さまへ

過労死等を防止するための対策BOOK

しごとより、 いのち。

過労死をゼロにし、健康で充実して
働き続けることのできる社会へ

STOP!
過労死

毎年11月は「過労死等防止啓発月間」です。

11月を中心に、全国47都道府県、
48か所で開催しています。

参加無料

過労死等防止対策推進シンポジウム▶0570-026-027

専用ナビダイヤル
(月～金 9:00～17:30)



厚生労働省ホームページ▶ <https://www.mhlw.go.jp>

詳しい情報や相談窓口はこちら

厚生省 過労死防止

検索

Q Question

過労死等とは？

Answer

業務における過重な負荷による脳・心臓疾患や業務における強い心理的負荷による精神障害を原因とする死亡やこれらの疾患の事です。

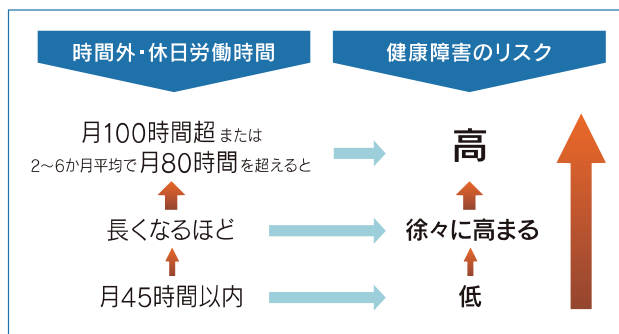
「過労死等の定義」

- ◎業務における過重な負荷による脳血管疾患・心臓疾患を原因とする死亡
- ◎業務における強い心理的負荷による精神障害を原因とする自殺による死亡
- ◎死亡に至らないが、これらの脳血管疾患・心臓疾患、精神障害

「長時間労働と過労死等」

長期間にわたる特に過重な労働は、著しい疲労の蓄積をもたらす最も重要な要因と考えられ、さらには脳・心臓疾患の発症に影響を及ぼすと言われています。脳・心臓疾患に係る労災認定基準においては、週40時間を超える時間外・休日労働がおおむね月45時間を超えて長くなるほど、業務と発症との関連性が徐々に強まり、発症前1か月間におおむね100時間又は発症前2か月間ないし6か月間にわたって1か月当たりおおむね80時間を超える時間外・休日労働が認められる場合は、業務と発症との関連性が強いと評価できるとされています。

■ 時間外・休日労働時間と健康障害リスクの関係



《 注意 》

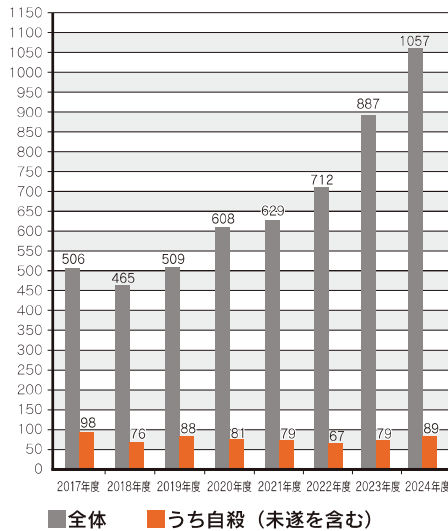
- ①上の図は、労災補償に係る脳・心臓疾患の労災認定基準の考え方の基礎となった医学的検討結果を踏まえたものです。
- ②業務の過重性は、労働時間のみによって評価されるものではなく、就労態様の諸要因も含めて総合的に評価されるべきものです。
- ③「時間外・休日労働時間」とは、休憩時間を除き1週間当たり40時間を超えて労働させた場合におけるその超えた時間の事です。
- ④2～6か月平均でおおむね月80時間を超える時間外・休日労働時間とは、過去2か月間、3か月間、4か月間、5か月間、6か月間のいずれかの月平均の時間外・休日労働時間が、おおむね80時間を超えるという意味です。

また、業務における強い心理的負荷による精神障害で、正常な認識、行為選択能力や自殺行為を思いとどまる精神的抑制力が著しく阻害され、自殺に至る場合があるとされています。



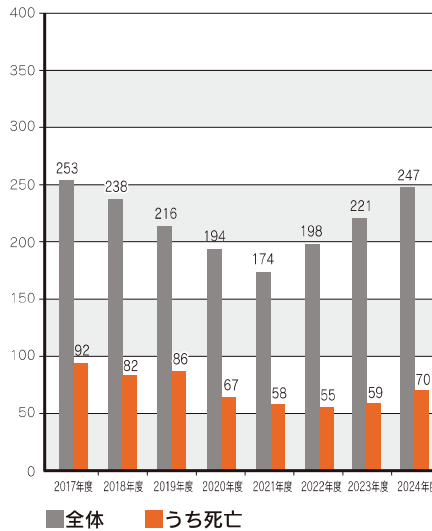


■精神障害に係る労災認定件数の推移



注) 労災認定件数は、当該年度内に「業務災害」及び「複数業務要因災害」と認定した件数で、当該年度以前に請求があったものを含む。

■脳・心臓疾患に係る労災認定件数の推移



注) 労災認定件数は、当該年度内に「業務災害」及び「複数業務要因災害」と認定した件数で、当該年度以前に請求があったものを含む。

過労死等の原因の一つである長時間労働を削減し、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）を図るとともに、労働者の健康管理に係る措置を徹底し、良好な職場環境（職場風土を含む）を形成の上、労働者の心理的負荷を軽減していくことは急務となっています。

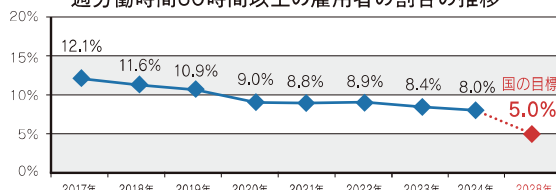
「過労死等防止は喫緊の課題」

過労死等防止のための対策に関する大綱の数値目標（R6.8月変更）

過労死をゼロとすることを目指し、以下の目標を設定しています。

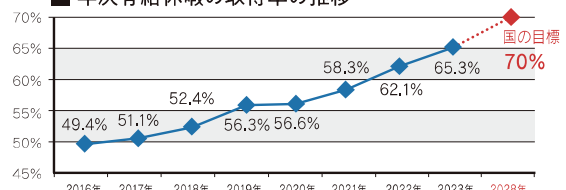
- ◎ 週労働時間40時間以上の雇用者のうち、週労働時間60時間以上の雇用者の割合を5%以下（2028年まで）
特に、重点業種等のうち週労働時間60時間以上の雇用者の割合が高いものについて重点的に取組を推進する。
- ◎ 勤務間インターバル制度について、労働者数30人以上の企業のうち、
（1）制度を知らなかった企業割合を5%未満（2028年まで）
（2）制度を導入している企業割合を15%以上（2028年まで）
特に、勤務間インターバル制度の導入率が低い中小企業への導入に向けた取組を推進する。
- ◎ 年次有給休暇の取得率を70%以上（2028年まで）
- ◎ メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合を80%以上（2027年まで）
- ◎ 使用する労働者数50人未満の小規模事業場におけるストレスチェック実施の割合を50%以上（2027年まで）
- ◎ 自分の仕事や職業生活に関することで強い不安、悩み又はストレスがあるとする労働者の割合を50%未満（2027年まで）

■週労働時間40時間以上の雇用者のうち、週労働時間60時間以上の雇用者の割合の推移



※資料出所：総務省「労働力調査」 ※資料は非農林業雇用者数により作成。

■年次有給休暇の取得率の推移



※資料出所：厚生労働省「就労条件総合調査」

「過労死等防止に関連する国の目標」

Q

Question

長時間労働の削減に向けて、 事業主が取り組むべきことは？

Answer

労働者の労働時間を正確に把握しましょう。
時間外・休日労働協定(36協定)の内容を労働者に周知し、
週労働時間が60時間以上の労働者をなくすように努めましょう。

「適正な労働時間の把握」

使用者は労働基準法及び労働安全衛生法により、労働者の労働時間を適切に管理し、労働時間の状況を適正に把握する責務があります。現状では割増賃金の未払いや過重な長時間労働といった問題などの背景に、使用者が労働時間を適切に管理できていないケースも見られます。

「労働時間適正把握ガイドライン」で
詳しく解説しています。



「時間外・休日労働協定(36協定)」の周知を」

使用者が法定労働時間(原則、1日8時間、週40時間)を超えて時間外労働をさせる場合、または休日労働をさせる場合には、労働基準法第36条に基づき、36協定を過半数労働組合(ない場合には過半数代表者)と締結し、労働基

準監督署に届け出ることが義務づけられています。過半数代表者は、36協定を締結するための過半数代表者を選出することを明らかにした上で、投票、挙手などにより選出する必要があります。36協定が適切に結ばれるように、過半数代表者の要件を周知してください。また、届け出られた36協定は見やすい場所へ掲示するなどして周知してください。

！関連する国の目標

週労働時間40時間以上の雇用者のうち、週労働時間60時間以上の雇用者の割合を5%以下とする(2028年まで)

働き方改革関連法により、時間外労働の上限規制が、大企業には2019年4月から、中小企業には2020年4月から適用されました。

時間外労働の上限は、原則として、月45時間、年360時間とし、臨時的な特別の事情がなければこれを超えることができません。また、長時間労働を削減するためには、労働時間等設定改善法に規定された勤務間インターバル制度の導入等、各取組を行うことが効果的です。



Q
Question働きすぎによる健康障害を
防止するために必要なことは？

Answer

事業主は労働者の健康づくりに向け
積極的に支援すること、
労働者は自らの健康管理に努めることが必要です。



「睡眠時間の確保および健康づくりを」

過重労働による健康障害の防止のために、時間外・休日労働時間の削減、労働者の健康管理に係る措置の徹底を図りましょう。労働者の必要な睡眠時間を確保し、生活習慣病の予防などの健康づくりに取り組むことも重要です。また、裁量労働制対象労働者、高度プロフェッショナル制度対象労働者や管理監督者についても、事業主に健康確保の責務があることから、労働安全衛生法に基づき、医師による面接指導等の必要な措置を講じなければなりません。

労働者も睡眠時間の確保や健康管理などを意識しましょう。

「若年労働者などにも配慮した対策を」

若年労働者、高齢労働者、障害者である労働者などについては、心身ともに充実した状態で意欲と能力が発揮できるように、事業主は、各々の特性に応じた過重労働防止のための配慮を行う必要があります。

例えば、入社間もない若年労働者が長時間に及ぶ時間外労働を強いられることがないように、ワークライフ・バランスのとれた働き方の促進や、メンタルヘルス不調の発生防止のための対策などを講じましょう。

高齢労働者への取り組みは「高齢労働者の安全衛生対策について」で詳しく解説しています。
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/newpage_00007.html



Q

Question

働き方はどのように
見直せばよいですか？

A

Answer

事業主はワーク・ライフ・バランスのとれた働き方ができる職場環境づくりを推進しましょう。
使用者と労働者で話し合って
計画的な年次有給休暇の取得などに取り組みましょう。



「ワーク・ライフ・バランスのとれた働き方ができる職場環境を」

過労死等の防止のためには、単に法令を遵守するだけではなく、これまでの働き方を改め、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）のとれた働き方ができる職場環境づくりを進める必要があります。長時間労働や休日出勤、休暇が取得できない状態が続くと、労働者の仕事への意欲や効率の低下だけでなく、健康状態や精神状態の悪化にもつながります。仕事にやりがい・充実感を得ながら責任を果たすためには、適切な労働時間で効率的に働き、しっかりと休暇を取得できる職場環境・業務体制の構築が不可欠です。

！関連する国の目標

年次有給休暇の取得率を70%以上とする(2020年まで)

年次有給休暇（年休）は、法律で定められた、労働者に与えられた権利です。労働基準法において①6か月間の継続勤務②全労働日の8割以上の出勤の条件を満たした労働者（パート・アルバイトも同様）は、取得することができます。労使で話し合って、年休の計画的な取得を推進しましょう。

2019年4月から、全ての企業において、法定の年休付与日数が年10日以上全ての労働者に対して、年休の日数のうち年5日については、使用者が時季を指定して取得させることが義務づけられました。



Interval

！関連する国の目標

- 勤務間インターバル制度について、労働者数30人以上の企業のうち、
- (1) 制度を知らなかった企業割合を5%未満に、
 - (2) 制度を導入している企業割合を15%以上とする(2028年)

↓ 制度を導入する中小企業への助成金があります。

↓ 勤務間インターバル制度の導入・運用する際のポイント等を取りまとめたマニュアル、導入事例があります。

2019年4月から、勤務間インターバル制度の導入が事業主の努力義務になりました。

Q Question

勤務間インターバル制度とは？

A Answer

勤務間インターバル制度は、終業時刻から翌日の始業時刻までの間に一定時間以上の休息時間を設ける制度で、働く人の生活時間や睡眠時間を確保し、健康な生活を送るために有効なものです。労使で話し合い、制度の導入に努めましょう。

勤務間インターバル制度導入がもたらすメリット

勤務間インターバル制度を導入することによって、事業主、従業員双方に以下のようなメリットが期待されます。

メリット1 従業員の健康の維持・向上につながります。

インターバル時間が短くなるにつれてストレス反応が高くなるほか、起床時疲労感が残ることが研究結果から明らかになっています。十分なインターバル時間の確保が、従業員の健康の維持・向上につながります。

メリット2 従業員の定着や確保が期待できます。

労働力人口が減少するなか、人材の確保・定着は、重要な経営課題になっています。十分なインターバル時間の確保により、ワーク・ライフ・バランスの充実を図ることは、職場環境の改善等の魅力ある職場づくりの実現につながり、人材の確保・定着、さらには、離職者の減少も期待されます。

メリット3 生産性の向上につながります。

十分なインターバル時間の確保は、仕事に集中する時間とプライベートに集中する時間のメリハリをつけることができるようになります。このため、仕事への集中度が高まり、製品・サービスの品質水準が向上するのみならず、生産性の向上にも期待できます。

導入・運用マニュアル、導入事例を紹介しています。

<https://work-holiday.mhlw.go.jp/interval/download.html>



働き方改革推進支援助成金
(勤務間インターバル導入コース)について

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000150891.html>



Q

Question

心の健康を保つために 取り組むべきことは？

Answer

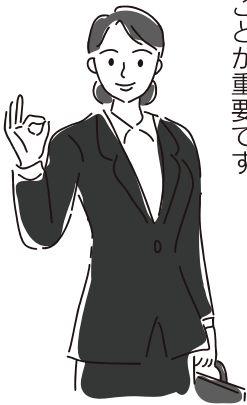
事業主はメンタルヘルス対策を積極的に推進し、労働者はストレスチェックにより、自身のストレスの状況に気づき、セルフケアに努めましょう。

「メンタルヘルスケアが重要」

働く方の7割近くが、仕事や職業生活に関することで強い不安、悩み、ストレスを感じています。心の健康を保つためには労働者自身がストレスに気づき、これに対処することが必要です。

また、メンタルヘルス不調等の場合、職場の上司・同僚が不調のサインに気づき、必要に応じて専門家等につなげることが重要です。

そのためには、事業主がメンタルヘルスケアのための体制づくりや労働者等への教育・情報提供・相談窓口の設置を計画的に実施することが重要です。



「ストレスチェックの実施を」

毎年1回労働者を対象にストレスの程度について検査（ストレスチェック）を実施し、高ストレス者で必要な者に対して医師による面接指導を行うことが必要です（労働者数50人未満の事業場についても、令和7年5月に公布された改正労働安全衛生法により、義務となります（施行は公布後3年以内））。

労働者はストレスチェック結果により、自身のストレス状況に気づき、セルフケアに努めましょう。また、事業主は集団分析をもとに職場改善に取り組みしましょう。

！関連する国の目標

- メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合を80%以上とする（2027年まで）
- 使用する労働者数50人未満の小規模事業場におけるストレスチェック実施の割合を50%以上とする（2027年まで）

「ストレスチェック実施プログラム（無料）」

<https://stresscheck.mhlw.go.jp/>



ストレスチェックの企業向けの相談窓口

「ストレスチェック制度サポートダイヤル」

0570-031050（平日10時～17時 土・日・祝日、12月29日～1月3日を除く）



職場におけるハラスメントを防止するために講ずべき措置

※事業主は、これらの措置を必ず講じる必要があります。

● 事業主の方針の明確化及びその周知・啓発

- ① ハラスメントの内容・ハラスメントを行ってはならない旨の方針を明確化し、労働者に周知・啓発すること
- ② ハラスメントの行為者を厳正に対処する旨の方針・対処の内容を就業規則等の文書に規定し、労働者に周知・啓発すること

● 相談(苦情を含む)に応じ、適切に対応するために必要な体制の整備

- ③ 相談窓口をあらかじめ定め、労働者に周知すること
- ④ 相談窓口対応者が、内容や状況に応じ適切に対応できるようにすること

● 職場におけるハラスメントへの事後の迅速かつ適切な対応

- ⑤ 事実関係を迅速かつ正確に確認すること
- ⑥ 事実関係の確認ができた場合には、速やかに被害者に対する配慮のための措置を適正に行うこと
- ⑦ 事実関係の確認ができた場合には、行為者に対する措置を適正に行うこと
- ⑧ 再発防止に向けた取組を講ずること

● 併せて講ずべき措置

- ⑨ 相談者・行為者等のプライバシーを保護するために必要な措置を講じ、労働者に周知すること
- ⑩ 事業主に相談したこと等を理由として、解雇その他の不利益な取扱いをされない旨を定め、労働者に周知・啓発すること

● 職場における妊娠・出産・育児休業等に関するハラスメントの原因や背景となる要因を解消するための措置

- ⑪ 業務体制の整備など、事業主や妊娠等した労働者その他の労働者の実情に応じた必要な措置の実施

※カスタマーハラスメント対策が中小企業を含む全ての企業の義務となります(施行日:公布日(令和7年6月11日)から1年6月以内の政令で定める日)。事業主が講ずべき具体的な措置の内容等は、今後、指針において示す予定です。

ハラスメント対策について厚生労働省HPで詳しく解説しています。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/seisaku06/index.html



ハラスメント対策の総合情報サイト「あかるい職場応援団」もご活用ください。
<https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/>



Q Question

労働者の取組

事業主の取組

職場のハラスメントの防止に向けて取り組むべきことは？

A Answer

事業主は、予防から再発防止に至るまでの一連の防止対策に取り組み、職場のハラスメントを防止する必要があります。労働者とその周囲の方は、ハラスメントに気づいたら相談窓口へ連絡しましょう。

Q

Question

新しい働き方を導入する場合は どのように対応すべき？

Answer
テレワークなどの働き方の導入にあたっては、
企業も労働者も安心して取り組むことができる
環境を整備することが重要です。

「テレワーク」

テレワークは、業務効率化による時間外労働の削減や生産性の向上に資する等、労使ともにメリットがある働き方です。

一方で、「仕事と生活の時間の区別が曖昧となり、労働者の生活時間帯の確保に支障が生じる」「顔を合わせる機会が減り、心身の不調に気づきにくい」等の理由による健康障害のおそれや、テレワーク時のハラスメントの発生について留意する必要があります。
労使双方で十分に話し合い、適切なテレワーク環境の整備に努めましょう。

「副業・兼業」

労働者が自身のスキルアップや収入面の安定の手段として副業・兼業を行うことは、企業にとっても優秀な人材の獲得・流出防止等のメリットがあります。

副業・兼業を進める上では、長時間労働によって労働者の健康が阻害されないように、長時間労働を防止することや健康確保を図ることが重要です。労使「コミュニケーション」をとり、必要な措置を講じるようにしましょう。

「フリーランス」

フリーランスが安心して働くことのできる環境を整備するため、フリーランスとの取引の適正化とフリーランスの就業環境の整備を図ることを目的とする「フリーランス・事業者間取引適正化等法」が施行されました。

この法律では、取引条件の明示やハラスメント防止のための措置を講じること等をフリーランスに業務委託を行う発注事業者に対し義務付けています。詳しい情報は、厚生労働省HPをご確認ください。

テレワークの適切な導入
及び実施の推進のための
ガイドライン



副業・兼業については
厚生労働省HPへ



フリーランス・事業者間
取引適正化等法につい
ては厚生労働省HPへ



【労働者用】自宅等においてテレワークを行う
際の作業環境を確認するためのチェックリスト



【事業者用】テレワークを行う労働者の
安全衛生を確保するためのチェックリスト



Q
Question労働者が過労死等の危険を感じた場合に
備えて取り組むべき対策は？

労働者は自身の不調に気がついたら、

早めに周囲の人や、医師などの専門家に相談しましょう。

事業主は労働者が相談に行きやすい環境づくりが必要です。

上司・同僚等も労働者の不調の兆候に気づき、産業保健スタッフ等につなぐことができるようにしていくことが重要です。

A
Answer

「相談しやすい環境の整備を」

現在、国や民間団体により相談窓口が多く設置されています。事業主は、事業場において相談体制を整備するほか、こうした窓口の周知を行います。また、職場において労使双方が過労死等の防止のための対策の重要性を認識し、労働者が過重労働や心理的負荷による自らの身体面、精神面の不調に気づくことができるようにしていくとともに、上司、同僚も労働者の不調の兆候に気づき、産業保健スタッフ等につなぐことができるようにしていくことが重要です。

さらに、職場以外においては、家族・友人等も過労死等の防止のための対策の重要性を認識し、過重労働による労働者の不調に気づき、相談に行くことを勧めるなど適切に対処できるようにすることが必要です。労働者も自身の不調に気がついたら、ためらわずに周囲の人や専門家に相談することを心がけましょう。

① 関連する国の目標

自分の仕事や職業生活に関することで強い不安、悩み又はストレスがあるとする労働者の割合を50%未満とする(2027年まで)

▼相談窓口は、p13・p14へ

- 本チェックリストでは、健康障害防止の視点から、これまでの医学研究の結果などに基づいて、疲労蓄積度が判定できます。
- このチェックリストは、労働者の疲労蓄積を、自覚症状と勤務の状況から判定するものです。
- あなたの仕事による疲労蓄積度を把握し、対策に役立ててください。

記入年月日 年 月 日

2.最近1か月間の勤務の状況 各質問に対し、最も当てはまる項目の□に✓を付けてください。

1. 1か月の労働時間 (時間外・休日労働時間を含む)	☐ ない又は適当 (0)	☐ 多い (1)	☐ 非常に多い (3)
2. 不規則な勤務 (予定の変更、突然の仕事)	☐ 少ない (0)	☐ 多い (1)	—
3. 出張に伴う負担 (頻度・拘束時間・時差など)	☐ ない又は小さい (0)	☐ 大きい (1)	—
4. 深夜勤務に伴う負担 ^{※2}	☐ ない又は小さい (0)	☐ 大きい (1)	☐ 非常に大きい (3)
5. 休憩・仮眠の時間数及び施設	☐ 適切である (0)	☐ 不適切である (1)	—
6. 仕事についての身体的負担 ^{※3}	☐ 小さい (0)	☐ 大きい (1)	☐ 非常に大きい (3)
7. 仕事についての精神的負担	☐ 小さい (0)	☐ 大きい (1)	☐ 非常に大きい (3)
8. 職場・顧客等の人間関係による負担	☐ 小さい (0)	☐ 大きい (1)	☐ 非常に大きい (3)
9. 時間内に処理しきれない仕事	☐ 少ない (0)	☐ 多い (1)	☐ 非常に多い (3)
10. 自分のペースでできない仕事	☐ 少ない (0)	☐ 多い (1)	☐ 非常に多い (3)
11. 勤務時間外でも仕事のことが気にかけて仕方がない	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
12. 勤務日の睡眠時間	☐ 十分 (0)	☐ やや足りない (1)	☐ 足りない (3)
13. 終業時刻から次の始業時刻の間にある休息時間 ^{※4}	☐ 十分 (0)	☐ やや足りない (1)	☐ 足りない (3)

※2:深夜勤務の頻度や時間数などから総合的に判断して下さい。深夜勤務は、深夜時間帯(午後10時～午前5時)の一部または全部を含む勤務を言います。

※3:肉体的作業や寒冷・暑熱作業などの身体的な面での負担 ※4:これを勤務間インターバルといいます。

【勤務の状況の評価】 各々の答えの()内の数字を全て加算してください。

合計 点

A 0点 B 1～5点 C 6～11点 D 12点以上

疲労蓄積予防のための対策

疲労蓄積度の点数が2～7の人 は、疲労が蓄積されている可能性があり、
チェックリストの2に掲載されている“勤務の状況”の項目の改善が必要です。

- ・個人の裁量で改善可能な項目については、それらの項目の改善を行ってください。
- ・個人の裁量で改善不可能な項目については、勤務の状況を改善するよう上司や産業医等に相談してください。

- 仕事以外のライフスタイルに原因があつて自覚症状が多い場合も見受けられます。
睡眠や休養などを見直すことも大切です。
- 時間外・休日労働時間が月45 時間を超えていれば、労働時間の短縮を検討してください。

労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト

1. 最近1か月間の自覚症状 各質問に対し、最も当てはまる項目の□に✓を付けてください。

1. イライラする	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
2. 不安だ	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
3. 落ち着かない	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
4. ゆうつだ	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
5. よく眠れない	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
6. 体の調子が悪い	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
7. 物事に集中できない	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
8. することに間違いが多い	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
9. 仕事中、強い眠気に襲われる	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
10. やる気が出ない	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
11. へとへとだ(運動後を除く) ^{※1}	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
12. 朝、起きた時、ぐったりした疲れを感じる	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
13. 以前とくらべて、疲れやすい	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)
14. 食欲がないと感じる	☐ ほとんどない (0)	☐ 時々ある (1)	☐ よくある (3)

※1: へとへと: 非常に疲れて体に力がなくなったさま

【自覚症状の評価】 各々の答えの()内の数字を全て加算してください。

合計 点

I	0～2点	II	3～7点	III	8～14点	IV	15点以上
---	------	----	------	-----	-------	----	-------

総合判定

1,2の結果を次の表を用い、自覚症状、勤務の状況の評価から、あなたの疲労蓄積度の点数(0～7)を求めてください。

【仕事による負担度点数表】

		勤務の状況			
		A	B	C	D
自覚症状	I	0	0	2	4
	II	0	1	3	5
	III	0	2	4	6
	IV	1	3	5	7

判定	点数	疲労蓄積度
	0～1	低いと考えられる
	2～3	やや高いと考えられる
	4～5	高いと考えられる
	6～7	非常に高いと考えられる

※ 糖尿病、高血圧症等の疾患がある方は判定が正しく行われない可能性があります。

あなたの疲労蓄積度の点数は 点(0～7)

職場における健康管理やメンタルヘルス対策に関するご相談は・・・

●産業保健総合支援センター

全国で、事業者、産業保健スタッフ（産業医、衛生管理者など）に向けた、健康管理やメンタルヘルス対策のための個別訪問支援や専門的な相談などの対応を無料で行っています。また、産業保健スタッフへの研修や、事業者・労働者向けの啓発セミナーを開催しています。

<https://www.johas.go.jp/shisetsu/tabid/578/Default.aspx>



●こころの耳（ポータルサイト）

職場におけるメンタルヘルス対策に関する最新情報や取組事例、働く方のセルフケアに役立つツール等、様々なコンテンツを提供しています。

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>



●こころの耳電話相談、メール相談、SNS相談

働く方やその家族等からのメンタルヘルス不調等について無料で相談に応じています。

電話相談 0120-565-455 月～金 17:00～22:00／土・日 10:00～16:00（祝日及び年末年始を除く）

メール相談 24時間受付

SNS相談 月～金 17:00～22:00／土・日 10:00～16:00（祝日及び年末年始を除く）



●まもろうよこころ

「死にたい」、「消えたい」などの悩みや不安を抱えていたら、相談してください。電話やSNSの相談窓口を紹介しています。

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



◎過労死等防止のための取組

●厚生労働省 過労死等防止対策

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000053725.html>



●過労死等防止調査研究センター（RECORDs）

過労による労働災害の解明と防止を目標に研究成果を公開しています。

<https://records.johas.go.jp/>



◎過労死の防止のための活動を行う民間団体の相談窓口

●過労死等防止対策推進全国センター

<https://karoshi-boushi.net/>



●全国過労死を考える家族の会

<https://karoshi-kazoku.net/>



●過労死弁護団全国連絡会議（過労死110番全国ネットワーク）

<https://karoshi.jp/>



◎労働条件や健康管理に関する相談窓口等一覧

労働条件等に関するご相談は・・・

お近くの都道府県労働局労働基準部監督課、労働基準監督署、
総合労働相談コーナーにご相談ください。(開庁時間 平日8:30～17:15)



●労働条件相談ほっとライン(電話相談)

労働条件に関することについて無料で相談に応じています。日本語の他、13言語に対応しています。
“Labour Standards Advice Hotline” Foreign language support is also available.

0120-811-610 平日 17:00～22:00/土・日・祝日 9:00～21:00(12/29～1/3を除く)



●確かめよう労働条件(ポータルサイト)

労働条件や労務管理に関するQ&Aを、労働者やそのご家族向け、
事業主や人事労務担当者向けにその内容を分けて掲載しています。

<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/>



ハラスメントに関するご相談は・・・

●総合労働相談コーナーのご案内

パワーハラスメントを含む労働問題に関するあらゆる分野について相談を受け付けています。

<http://www.mhlw.go.jp/general/seido/chihou/kaiketu/soudan.html>



●都道府県労働局雇用環境・均等部(室)一覧

セクシュアルハラスメントなどの相談はこちら。

<https://www.mhlw.go.jp/content/000177581.pdf>



●あかるい職場応援団(ポータルサイト)

ハラスメント対策に役立つ情報の提供を行っています。

<https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/>



働き方・休み方の見直しに関する取組支援を希望する場合は・・・

●働き方・休み方改善コンサルタント

労働時間、休暇・休日などに関するご相談に対し、電話のほか、個別訪問により、改善に向けた
アドバイスを無料で行っています。

お近くの都道府県労働局雇用環境・均等部(室)にお問い合わせください。

<https://www.mhlw.go.jp/content/000177581.pdf>



●働き方・休み方改善ポータルサイト

企業や社員が「働き方」や「休み方」を自己診断することで、
自らの「働き方」や「休み方」を「見える化」し、改善のヒントを見つけられるサイトです。

<https://work-holiday.mhlw.go.jp/>



11月は過労死等防止啓発月間です。

過労死等啓発月間には、**過重労働解消キャンペーン**を実施しています

1

労使の主体的な取組を促進します

使用者団体や労働組合に対し、長時間労働削減に向けた取組に関する周知・啓発等について、協力要請を行います。

2

労働局長によるベストプラクティス企業の職場訪問等を実施します

都道府県労働局長が管内の企業を訪問する等により、当該企業の長時間労働削減に向けた積極的な取組事例を収集し、広く紹介します。

3

長時間労働が疑われる事業場などへの重点監督を実施します

長時間労働が行われていると考えられる事業場等に対して、重点的に監督指導を行います。

4

労働相談を実施します

11月1日(土)を特別労働相談受付日として、「過重労働解消相談ダイヤル」(無料)を全国一斉に実施し、過重労働をはじめ労働条件全般にわたり、都道府県労働局の担当官が相談に応じます。

相談無料

令和7年11月1日(土)
9:00~17:00

なくしましょう 長い残業
☎ 0120-794-713

11月1日~7日を過重労働相談受付集中期間とし、都道府県労働局・労働基準監督署のほか、「労働条件相談ほっとライン」で相談をお受けしています。

相談窓口の詳細 ▶ <https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/>



5

過重労働解消のためのセミナーを開催します

事業主や人事労務担当者などを対象として、10月から1月を中心に、「過重労働解消のためのセミナー」【委託事業】を開催します(無料でどなたでも参加できます)。*詳細は専用ホームページをご覧ください。

参加費無料

専用ホームページ ▶ <https://shuugyou-seminar.mhlw.go.jp/kajyu-kaishou/>



11月を中心に「過労死等防止対策推進シンポジウム」を開催します

過労死をゼロにし、健康で充実して働き続けることのできる社会の実現に向け、過労死等とその防止について考えるシンポジウムを、11月の過労死等防止啓発月間を中心に開催します。

*全国47都道府県で全48回開催(無料でどなたでも参加できます)。詳細は専用ホームページをご覧ください。

専用ホームページ ▶ <https://www.mhlw.go.jp/karoshi-symposium/>

参加費無料



11月は「しわ寄せ」防止キャンペーン月間でもあります

大企業・委託事業者による長時間労働の削減等の取組が、取引先中小事業者への「しわ寄せ」を生じさせないように、適正なコスト負担を伴わない短納期発注や急な仕様変更などはやめましょう。

「しわ寄せ」防止特設サイト ▶ <https://work-holiday.mhlw.go.jp/shiwayoseboushi/>



広報誌のご案内

お役立ち 安全衛生情報をお届けします



お届けする陸災防広報誌「陸運と安全衛生」の内容

- 会員事業場の安全衛生活動内容の紹介、災害事例とその対策などを掲載しています。
- 毎月 10 日に陸災防本部より E メールにてお届けします。

登録料・購読料は無料です。

下記、お届け先登録申込書に必要事項を記入の上、F A X にてお申込みください。

お届け先登録申込書

申込先 陸上貨物運送事業労働災害防止協会本部

▶▶▶ F A X 03-3453-7561

事業場名または 個人名			
電話番号		F A X 番号	
都道府県			
メールアドレス			

(注) 次の URL から「陸運と安全衛生」配信規約をご覧ください。https://fofa.jp/rikusai/a.p/101/
登録完了のメールをお送りします。もし、届かない場合は下記の「お問い合わせ先」までご連絡ください。
お申込みいただいたメールアドレス等の情報は、広報誌や陸災防からの情報をご提供する目的のみに利用させていただきます。なお、会員の確認等のため、陸災防支部に登録情報を提供することがあります。

講習のご案内

フォークリフト講習・はい作業主任者講習 等の日程は、下記ホームページ
をご覧ください。

<http://www.rikusaibou-kagawa.jp/>

陸運労災防止協会香川

検索

お問い合わせ先



厚労省所管
災害防止団体

陸運労災防止協会香川県支部
TEL 087-851-6251



会員名簿の変更等について

令和7年11月1日

当協会発行の会員名簿(令和7年度版)について、下記のとおり変更等をお願いします。

(一社)香川県トラック協会

ページ	会 社 名 他	変 更 内 容
5	合同会社 エイチケイエス	【 変 更 】 会 社 名 株式会社 エイチケイエス 代 表 者 長澤 芳治 所 在 地 〒762-0021 香川県坂出市西庄町711-4 TEL(0877)43-6333 FAX(087)898-8613
5	大東実業 株式会社 高松営業所	【 入 会 】 代 表 者 青木 賢司 指定代表者 大平 和也 所 在 地 〒761-0121 香川県高松市牟礼町牟礼字久通3720-580 TEL(087)814-3161 FAX(087)814-3162
7	株式会社 三紀	【 退 会 】
8	新晃陸送 有限会社	【 退 会 】
9	若宮産業 株式会社	【 入 会 】 代 表 者 若宮 達也 所 在 地 〒760-065 香川県高松市朝日町4-14-1 TEL(087)851-4824 FAX(087)851-4831
9	株式会社 ハセトランスポート	【 入 会 】 代 表 者 長谷川 純 所 在 地 〒761-8002 香川県高松市生島町399-200 TEL(080)6286-7007 FAX(087)880-3329

ページ	会 社 名 他	変 更 内 容
18	株式会社 妹尾道路	【 入 会 】 代 表 者 妹尾 孝 所 在 地 〒763-0081 香川県丸亀市土器町西4丁目68番地 TEL(0877)23-6408 FAX(0877)23-7626

※名簿の変更等ございましたら、香ト協宛（TEL:087-851-6381）ご連絡下さい。