

Ment

NEWS *Club* OA

第85号

ブラック企業①
長時間労働

社会保険労務士事務所
ならいメンタルヘルスオフィス
代表 奈良井友彦



2025年6月10日発行

ブラック企業を考える①

【長時間労働】

「長時間働いているから即ブラック企業」とは言い切れません。
大切なのは、働かせ方や会社の対応をきちんと見て判断することです。
長時間労働がブラックかどうかを見分けるには、次の3つのポイントを
組み合わせて考えることが大切です。

① 労働時間の長さ

法律では、労働時間は「1日8時間・週40時間以内」「週1回以上の休み」
が基本です。

これを超えて働かせる場合、会社は割増賃金を払わなければいけません。

ただし、割増賃金を払っていれば無制限に働かせていいわけではなく、
以下の法的な上限も守る必要があります。

時間外労働の法的な上限

- 年間の時間外労働：720時間以内
- 月45時間超の時間外労働が許されるのは年6回まで
- 複数月の時間外労働・休日労働の平均：80時間以内
- 1ヶ月あたりの時間外労働・休日労働の合計：100時間未満

これらを超えて働かせるのは完全に違法であり、ブラック企業の典型です。

さらに、労働時間の実態には3つのパターンがあります：

1. 法定の上限を超えている（→違法＝ブラック）
2. 上限ギリギリで働くのが常態化している
3. 月20～40時間の残業が常態化している

② 割増賃金

残業代が払われているかも重要なポイントです。以下のように分けられます：

1. 全く払われない（いわゆる「サービス残業」）
2. 一部しか払われない
 - 例：月に50時間残業しても、20時間分しか支払われない
 - 例：1日の残業の30分未満の端数のを切り捨てる
3. 法律通りしっかり払われている

残業代を全く払わない、あるいは一部しか払わない場合は、ブラック企業と見なされる可能性が高いです。

③ 残業命令の出し方

残業をどう命じているかも判断材料です。以下の3つに分類されます：

1. 一方的に「残業しろ」と命令される
2. 命令はなく、本人に任せる（自主的にやっているように見せる）
3. 残業命令の前に本人の都合を確認してからお願いする

一見「任せている」ように見える②も、実は「帰りづらい雰囲気」や「暗黙の圧力」がある場合も多く、注意が必要です。

これら3つを組み合わせて考える

- 労働時間が法の上限を超えている → 他の条件に関係なく、ブラック企業です（法律違反なので完全アウト）。
- ギリギリの残業が常態化し、さらに残業代を払っていない・一方的に命令している → これもブラックです。
- ギリギリの残業が常態化し、残業代は払っているけど一方的に残業命令を出すか本人任せで体調を無視して働かせる → これも「安全配慮義務違反」としてブラックの可能性が高いです。
- ギリギリの残業が常態化し、本人の都合を聞いた上で残業をお願いし、きちんと残業代も払っている → この場合は、ブラック企業とは言えないでしょう。

- 月20～40時間の残業が常態化していても、きちんと残業代も払い、本人の都合を聞いた上で残業をお願いするか若しくは本人に任せる
→ この場合は、ブラック企業とは言えないでしょう。

ただし、どのパターンであっても、嫌がらせや見せしめ目的の残業をさせる会社は間違いなくブラック企業です。

結論

長時間労働＝即ブラックではありません。

「労働時間の長さ」「残業代の支払い」「命令の出し方」の3つを見て、会社の姿勢を判断しましょう。

社員の心身を守らず、法律も守らない会社は、働く価値はありません。

★奈良井先生に関する情報

FacebookまたはYoutubeから直接相談が可能です。

<https://www.facebook.com/narai.office/>
【facebook】



<https://www.youtube.com/@user-hg7ks1fm7u>

【youtube】

