

〈令和5年〉 令和5年1月1日～令和5年12月31日

〈記入例〉(対象期間が1年間の場合)

1年単位の変形労働時間制による『労働時間チェックカレンダー』

1月 1日7時間								2月 1日7時間								3月 1日7時間															
日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間								
1	2	3	4	5	6	7	21.0	29	30	31	1	2	3	4		26	27	28	1	2	3	4									
8	9	10	11	12	13	14	35.0	5	6	7	8	9	10	11	35.0	5	6	7	8	9	10	11	35.0								
15	16	17	18	19	20	21	42.0	12	13	14	15	16	17	18	42.0	12	13	14	15	16	17	18	42.0								
22	23	24	25	26	27	28	42.0	19	20	21	22	23	24	25	35.0	19	20	21	22	23	24	25	35.0								
29	30	31	1	2	3	4	(42.0)	26	27	28	1	2	3	4	(42.0)	26	27	28	29	30	31	1	(35.0)								
4月 1日7時間								5月 1日7時間								6月 1日7時間															
日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間								
26	27	28	29	30	31	1		30	1	2	3	4	5	6		28	29	30	31	1	2	3									
2	3	4	5	6	7	8	42.0	7	8	9	10	11	12	13	35.0	4	5	6	7	8	9	10	35.0								
9	10	11	12	13	14	15	42.0	14	15	16	17	18	19	20	35.0	11	12	13	14	15	16	17	42.0								
16	17	18	19	20	21	22	35.0	21	22	23	24	25	26	27	42.0	18	19	20	21	22	23	24	42.0								
23	24	25	26	27	28	29	35.0	28	29	30	31	1	2	3	(42.0)	25	26	27	28	29	30	1	(35.0)								
30	1	2	3	4	5	6	(21.0)	7月 1日8時間								8月 1日8時間								9月 1日8時間							
日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間								
25	26	27	28	29	30	1		30	31	1	2	3	4	5		27	28	29	30	31	1	2									
2	3	4	5	6	7	8	48.0	6	7	8	9	10	11	12	32.0	3	4	5	6	7	8	9	48.0								
9	10	11	12	13	14	15	40.0	13	14	15	16	17	18	19	32.0	10	11	12	13	14	15	16	40.0								
16	17	18	19	20	21	22	40.0	20	21	22	23	24	25	26	48.0	17	18	19	20	21	22	23	32.0								
23	24	25	26	27	28	29	48.0	27	28	29	30	31	1	2	(48.0)	24	25	26	27	28	29	30	40.0								
30	31	1	2	3	4	5	(48.0)	10月 1日8時間								11月 1日8時間								12月 1日8時間							
日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間								
1	2	3	4	5	6	7	48.0	29	30	31	1	2	3	4		26	27	28	29	30	1	2									
8	9	10	11	12	13	14	40.0	5	6	7	8	9	10	11	48.0	3	4	5	6	7	8	9	48.0								
15	16	17	18	19	20	21	48.0	12	13	14	15	16	17	18	40.0	10	11	12	13	14	15	16	40.0								
22	23	24	25	26	27	28	48.0	19	20	21	22	23	24	25	40.0	17	18	19	20	21	22	23	40.0								
29	30	31	1	2	3	4	(40.0)	26	27	28	29	30	1	2	(48.0)	24	25	26	27	28	29	30	32.0								
12月 1日8時間								12月 1日8時間								12月 1日8時間															
日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間	日	月	火	水	木	金	土	労働時間								
1	2	3	4	5	6	7	48.0	29	30	31	1	2	3	4		26	27	28	29	30	1	2									
8	9	10	11	12	13	14	40.0	5	6	7	8	9	10	11	48.0	3	4	5	6	7	8	9	48.0								
15	16	17	18	19	20	21	48.0	12	13	14	15	16	17	18	40.0	10	11	12	13	14	15	16	40.0								
22	23	24	25	26	27	28	48.0	19	20	21	22	23	24	25	40.0	17	18	19	20	21	22	23	40.0								
29	30	31	1	2	3	4	(40.0)	26	27	28	29	30	1	2	(48.0)	24	25	26	27	28	29	30	32.0								

※この祝日は令和4年9月現在のものであり、祝日法などの改正により、祝日・休日が一部変更になることがあります。

月	暦日	休日日数	労働日数	労働時間	総労働時間
1月	31	9	22	7:00	154時間 00分
2月	28	6	22	7:00	154時間 00分
3月	31	7	24	7:00	168時間 00分
4月	30	7	23	7:00	161時間 00分
5月	31	9	22	7:00	154時間 00分
6月	30	6	24	7:00	168時間 00分
7月	31	7	24	8:00	192時間 00分
8月	31	8	23	8:00	184時間 00分
9月	30	8	22	8:00	176時間 00分
10月	31	6	25	8:00	200時間 00分
11月	30	7	23	8:00	184時間 00分
12月	31	9	22	8:00	176時間 00分

チェック1	対象期間の総労働日数が限度を超えていないか	OK
チェック2	1日及び1週間の労働時間が限度を超えていないか	OK
チェック3	連続して労働させる日数が限度を超えていないか	OK
チェック4	対象期間の総労働時間が限度を超えていないか	OK

※このカレンダーは、初日（1月1日）を起算日と

計	365日	89日	276日	2071時間 00分
---	------	-----	------	------------

して労働時間をチェックするため、曜日の配列も1月1日を基準としています。