

<令和7年度> 2025年4月～2026年3月

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

4月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	40
6	7	8	9	10	11	12	40
13	14	15	16	17	18	19	48
20	21	22	23	24	25	26	40
27	28	29	30				8
							176

5月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	32
11	12	13	14	15	16	17	48
18	19	20	21	22	23	24	40
25	26	27	28	29	30	31	48
							168

6月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	7	40
8	9	10	11	12	13	14	40
15	16	17	18	19	20	21	48
22	23	24	25	26	27	28	40
29	30						8
							176

7月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	32
6	7	8	9	10	11	12	40
13	14	15	16	17	18	19	48
20	21	22	23	24	25	26	24
27	28	29	30	31			32
							176

8月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
					1	2	16
3	4	5	6	7	8	9	40
10	11	12	13	14	15	16	16
17	18	19	20	21	22	23	48
24	25	26	27	28	29	30	48
31							168

9月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	40
7	8	9	10	11	12	13	40
14	15	16	17	18	19	20	40
21	22	23	24	25	26	27	32
28	29	30					16
							168

10月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
			1	2	3	4	24
5	6	7	8	9	10	11	40
12	13	14	15	16	17	18	40
19	20	21	22	23	24	25	40
26	27	28	29	30	31		40
							184

11月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
						1	8
2	3	4	5	6	7	8	32
9	10	11	12	13	14	15	48
16	17	18	19	20	21	22	48
23	24	25	26	27	28	29	40
30							176

12月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	48
7	8	9	10	11	12	13	40
14	15	16	17	18	19	20	48
21	22	23	24	25	26	27	40
28	29	30	31				
							176

1月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	40
11	12	13	14	15	16	17	40
18	19	20	21	22	23	24	40
25	26	27	28	29	30	31	48
							168

2月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	7	48
8	9	10	11	12	13	14	32
15	16	17	18	19	20	21	48
22	23	24	25	26	27	28	32
							160

3月							労働時間
日	月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	7	48
8	9	10	11	12	13	14	40
15	16	17	18	19	20	21	40
22	23	24	25	26	27	28	40
29	30	31					16
							184

月	暦日	休日日数	労働日数	労働時間	総労働時間
4月	30	8	22	8:00	176
5月	31	10	21	8:00	168
6月	30	8	22	8:00	176
7月	31	9	22	8:00	176
8月	31	10	21	8:00	168
9月	30	9	21	8:00	168
10月	31	8	23	8:00	184
11月	30	8	22	8:00	176
12月	31	9	22	8:00	176
1月	31	10	21	8:00	168
2月	28	8	20	8:00	160
3月	31	8	23	8:00	184
計	365日	105日	260日		2080 時間

赤字

法定休日

赤字

法定外休日

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	
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	
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	
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	