〈令和8年度〉 2026年4月～2027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

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

5月

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

6月

日	月	火	水	木	金	土	労働時間
	1	2	3	4	5	6	40
(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					16
							184

7月

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

8月

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

9月

日	月	火	水	木	金	土	労働時間
		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	16
(27)	28	29	30				24
							168

10月

日	月	火	水	木	金	土	労働時間
				1	2	3	24
(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	40
							184

11月

日	月	火	水	木	金	土	労働時間
(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	32
(29)	30						8
							168

12月

日	月	火	水	木	金	土	労働時間
		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	31			8
							176

1月

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

2月

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

3月

日	月	火	水	木	金	土	労働時間
	1	2	3	4	5	6	40
(7)	8	9	10	11	12	13	40
(14)	15	16	17	18	19	20	48
(21)	(22)	23	24	25	26	27	32
(28)	29	30	31				24
							184

(赤字) 法定休日

赤字 法定外休日

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	7	23	8:00	184
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	9	21	8:00	168
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

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