

■週44H制の例■

	月	火	水	木	金	土	日
8H			休				休
4H							休

1日8時間の場合

$8H \times 5日 + 4H \times 1日 = 44H$

	月	火	水	木	金	土	日
7.5H						1H 休	休
3.75H							休

1日7時間30分の場合

$7.5H \times 5日 + 6.5H \times 1日 = 44H$

	月	火	水	木	金	土	日
7.33H							休
							休

1日7時間20分の場合

$7.33H \times 6日 = 44H$

■年間変形■

1日の労働時間	労働日数	休日日数	計	月当り平均労働日数	GW・お盆・年末年始の休日日数を12日とした場合の週当り平均労働日数
8時間	260日	105日	365日	21.67	5.2
7時間45分	269日	96日	365日	22.42	5.4
7時間30分	278日	87日	365日	23.17	5.6 (隔週2日休制)

隔週2日休制とするためのGW・お盆・年末年始休日日数

1日の労働時間	国民の祝日(15日)を休みとしない場合	国民の祝日(15日)を休みとした場合
8時間	26日	11日
7時間45分	17日	—
7時間30分	8日	—

■1ヶ月単位の変形■

	総労働時間	週1日休日をとり場合の1日当り平均労働時間	8Hの場合の労働日数
31日の月	177.27	6時間40分 (6.66H)	22
30日の月	171.26		21.5
29日の月	165.25		20.5
28日の月	160.24		20

月初又は月末に業務が集中する場合の例

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

月末集中型の場合

前半(1日~17日)は週休2日

前半(1日~17日)は1日6H

後半(18日~31日)は週休1日

後半(18日~31日)は1日8H

週末集中型の場合の例

	月	火	水	木	金	土	日
10H							休
8H		休	休	休			
6H	休						
4H							
2H							

勤務時間

0H 4H 4H 4H 10H 10H 8H 合計 40H