

はじめに

東京都では、労働相談情報センターにおいて、労働問題全般に関する相談に応じています。令和7年度の労働相談件数は50,003件となっており、相談内容をみると、「退職」や「職場の嫌がらせ」をはじめとする深刻な内容が多く寄せられています。

しかし、これらの相談の中には、もしかしたら労働法の知識があればトラブルにならずにすんだのではないかと、また、これほどの不利益を受けずにすんだのではないかとと思われるものも少なくありません。

そこで、東京都では、労働法に初めて触れる方を対象に、職場の中でいかに労働法が身近で、大切なものであるのかということを知っていただくために本冊子を作成しました。

本冊子には、労働法の重要な部分が、出来る限りわかりやすくまとめられています。労使がお互いに、より良い職場環境を築いていくための一助となれば幸いです。

令和8年6月

東京都産業労働局雇用就業部労働環境課

中小企業とは？

この冊子における「中小企業」とは、
下記の条件を満たす会社です。

①資本金の額または出資の総額が

小売業	5,000万円以下
サービス業	5,000万円以下
卸売業	1億円以下
上記以外	3億円以下

または

②常時使用する労働者数が

小売業	50人以下
サービス業	100人以下
卸売業	100人以下
上記以外	300人以下

目 次

第1章 働く人、雇う人のルール

1. はじめに－労働法のいみ－…………… 8
2. 労働契約とは……………14
3. 就業規則と労働契約……………15
4. 就業規則と労働契約の変更……………18
5. 人事権と配転・出向……………20

第2章 就職するときに

1. 労働条件ははっきりと……………22
2. 採用内定と試用期間……………28
3. 採用選考に関して会社が守るべきルール……………30
4. 不当な人身拘束の禁止……………31
5. 性別を理由とする差別の禁止……………32
6. 障害者への合理的配慮……………34
7. 労働契約期間の制限……………37
8. ユニオン・シヨップ協定……………39
9. 労働条件が約束と違っていたら……………40

第3章 賃金に関する基準

1. 労働法で保護される賃金の範囲……………41
2. 最低賃金の保障……………42
3. 賃金支払いの5原則……………44
4. 休業手当と平均賃金……………46
5. 制裁と減給……………48
6. 賃金（労働債権）の保護……………49

第4章 労働時間と休日・休暇

1. 労働時間は1日8時間・1週40時間が原則……………52
2. 休憩時間－自由な利用が原則－……………53
3. 労働から離れる日－休日－……………54
4. 労働時間規制等の適用除外……………56
5. 時間外労働・休日労働……………60
6. 時間外労働・休日労働の割増賃金……………67
7. 変形労働時間制……………70
8. みなし労働時間制……………73
9. 労働時間の把握と勤務間インターバル……………76
10. 年次有給休暇……………78
11. いわゆる固定残業代や年俸制について……………82

第5章 母性保護と育児・介護に関する制度

1. 母性を守るために…………… 84
2. 育児に関連する制度…………… 87
3. 介護に関連する制度…………… 94

第6章 多様な働き方

1. 均衡・均等待遇（同一労働・同一賃金）…………… 98
2. 無期転換ルール…………… 104
3. 派遣労働…………… 107

第7章 安全・快適な職場環境

1. 安全衛生…………… 115
2. 労災保険…………… 118
3. パワーハラスメント…………… 123
4. セクシュアルハラスメント…………… 126
5. マタニティハラスメント…………… 129
6. カスタマーハラスメント…………… 130
7. ハラスメントの防止・紛争解決…………… 132

第8章 雇用保険と健保・年金

1. 雇用保険……………137
2. 健康保険……………142
3. 厚生年金保険……………145

第9章 会社を離れるときに

1. 辞職・合意解約……………149
2. 解雇……………151
3. 雇止め……………154
4. 労働契約が終了すると……………156
5. 定年制・高年齢者の雇用等……………159

第10章 労働組合

1. 労働組合はどんな団体か……………160
2. 労働組合の要件……………164
3. 団体交渉とストライキ……………166
4. 労働協約……………169

働く人のための窓口

1. 労働相談情報センター	172
2. 東京都労働資料センター	177
3. 労政会館	177
4. 東京しごとセンター	178
5. 東京都労働委員会	178
6. 職業能力開発センター	179
7. 公共職業安定所（ハローワーク）	180
8. 労働基準監督署・総合労働相談コーナー	182
9. 東京労働局雇用環境・均等部	185
10. 東京労働局需給調整事業部	185
11. 全国健康保険協会（協会けんぽ）東京支部	185
12. 年金事務所	186
13. 内職の相談窓口	187
14. 裁判所	189
15. 日本司法支援センター（法テラス）	190
16. 東京法務局	190
17. 勤労福祉会館	191
18. 隣接県の労働行政機関	192
19. 労働と関連する相談先	192

※この冊子の内容は、特に記載がない限り令和8年6月1日現在で公になっている情報により作成しています。また、法律・規則・指針等の条号は、令和8年6月1日施行までの改正内容を反映して記載しています。