

出勤例

運輸本社

中島 美由紀

※重複有・・・翌日の出発時間が早い分だけ当日の拘束時間が加算される。

月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日

仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容

資材を高崎の工場へ納品

公休の振替休日

時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務
7:00	出社後始業点呼			2:45	始業点呼後積込場所へ	2:45	始業点呼後積込場所へ	2:15	始業点呼後積込場所へ	1:50	始業点呼後積込場所へ
7:15	積込場所へ移動			4:00	前橋発→高速（最寄りICまで）	4:00	前橋発→下道	3:30	前橋発→高速（東部湯の丸ICまで）	2:50	前橋発→下道
8:30	資材積込			6:45	厚木市1件目到着、荷卸し	6:45	川口市3分休憩	6:10	塩尻1件目到着、荷卸し	5:40	三郷1件目到着、荷卸し
9:00	前橋出発			7:30	出発	7:30	1件目到着、荷卸し	8:00	出発	6:30	出発
9:40	納品先到着後卸し			8:00	厚木市2件目到着、荷卸し	8:00	2件目到着、荷卸し	9:45	北安曇野2件目到着、荷卸し		越谷市7分休憩
10:00	出発			8:50	出発	11:10	3件目到着、荷卸し	10:45	安曇野3件目到着、荷卸し	8:30	越谷2件目到着、荷卸し
10:45	オイル交換のため整備工場へ			9:50	平塚市3件目到着、荷卸し	11:20	全配達終了後会社に報告し出発	11:45	全配達終了後会社に報告し出発	9:20	全配達終了後会社に報告し出発
11:00	帰庫後終了点呼			11:00	全配達終了後会社に報告し出発 (県央厚木IC～入間IC) 日高市3分休憩		羽生市3分休憩		高速使用（東部湯の丸～前橋南IC）	13:10	帰庫後翌週頭の仕事確認 及び終了点呼
					帰庫後翌日の仕事確認 及び終了点呼		帰庫後翌日の仕事確認 及び終了点呼		帰庫後翌日の仕事確認 及び終了点呼		
拘束時間	4 h	拘束時間	0 h	拘束時間	1 2 h 4 5 m	拘束時間	1 3 h 3 0 m (※重複有)	拘束時間	1 3 h 2 0 m (※重複有)	拘束時間	1 1 h 4 0 m

運輸本社

濱 晃市

月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日

仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容

資材を関西工場へ納品

資材卸し後、帰り荷を積み群馬へ

帰り荷卸し、横持ち

横持ち(倉庫間移動)

横持ち(倉庫間移動)

公休の振替休日

時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務
6:15	出社後始業点呼、運行指示	4:30	始業点呼後資材荷卸し	6:20	始業点呼後卸し場所へ	6:15	始業点呼後卸し場所へ	6:15	始業点呼後卸し場所へ		
8:10	積込場所へ	7:00	帰り荷の積込場所へ	卸した場所で横持ち分積込	8:00	卸した場所で横持ち分積込	8:00	卸した場所で横持ち分積込			
8:30	資材積込	8:45	積み上がり後会社へ出発連絡	9:30	出発	10:00	弊社倉庫で荷卸し	10:00	弊社倉庫で荷卸し		
	会社へ戻りシャワーを浴びる	11:50	神坂3分休憩	10:00	卸し、帰り荷積込場所へ	13:00	卸し	13:00	卸し		
10:00	前橋発	14:15	長野1時間休憩	11:10	帰り荷を卸し、待機	14:25	帰庫後翌日の仕事確認 及び終了点呼	14:50	帰庫後終了点呼		
10:00	高速（前橋南～大和まほろばIC）	17:30	帰庫後翌日の仕事確認 及び終了点呼	13:00	翌日横持ち分積込へ						
13:45	恵那3分休憩			14:30	帰庫後翌日の仕事確認 及び終了点呼						
17:30	大和郡山着→休憩へ 会社へ連絡し終了点呼										
拘束時間	1 3 h	拘束時間	1 3 h	拘束時間	8 h 1 5 m (※重複有)	拘束時間	8 h 1 0 m	拘束時間	8 h 3 5 m	拘束時間	0 h

運輸千葉

向後 和幸

月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日

仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容

流山方面2件配達

坂東方面2件配達

水戸方面4件配達

佐倉1件配達

美野里方面3件配達

水戸方面4件配達

時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務	
3:00	出社後始業点呼後、旭発	3:00	出社後始業点呼後、旭発	3:00	出社後始業点呼後、旭発	4:45	始業点呼後卸し場所へ	3:30	始業点呼後卸し場所へ	3:00	始業点呼後卸し場所へ	
5:00	1件目到着及び休憩	5:20	1件目到着、荷卸し	スタンズにて給油	6:00	納品先到着後休憩、荷卸し	6:00	1件目到着、荷卸し	4:20	1件目到着、荷卸し	5:10	水戸1件目到着後休憩
7:00	荷卸し後、出発	7:00	休憩	5:45	1件目到着、荷卸し	8:45	出発	5:30	出発	7:00	荷卸し	
7:10	2件目到着、荷卸し	8:10	出発	6:20	出発	10:00	リコールのため整備工場入庫	7:00	2件目到着、荷卸し	7:50	出発	
9:15	全配達終了後会社に報告し出発	8:30	2件目到着、荷卸し	7:00	2件目到着、荷卸し	10:50	整備工場出発	8:30	出発	8:15	水戸2件目到着、荷卸し出発	
11:30	帰庫	9:00	全配達終了後会社に報告し出発	8:10	出発	11:20	帰庫	9:15	3件目到着、荷卸し	9:00	水戸3件目到着、荷卸し出発	
12:50	翌日分積込終了後終了点呼	11:20	帰庫後翌日分積込まで休憩	8:50	3件目到着、荷卸し	13:00	翌日分積込終了後終了点呼	9:20	全配達終了後会社に報告し出発	11:55	旭4件目到着、荷卸し	
		13:00	終了点呼をし退社	9:10	出発			11:20	帰庫	12:00	全配達終了後会社に報告し出発	
				10:00	4件目到着、荷卸し			12:50	翌日分積込終了後終了点呼	12:20	帰庫	
				全配達終了後会社に報告し出発	全配達終了後会社に報告し出発					13:10	翌週頭分積込終了後終了点呼	
拘束時間	9 h 5 0 m	拘束時間	1 0 h	拘束時間	1 0 h 1 0 m	拘束時間	9 h 3 0 m (※重複有)	拘束時間	9 h 5 0 m (※重複有)	拘束時間	1 0 h 1 0 m	

運輸宮城

佐藤 万寿男

月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日

仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容 仕事内容

塩竈方面3件

富谷配達

鏡石方面3件配達

いわき2件配達

美里方面3件配達

有休

時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務	時間	業務
5:00	出社後始業点呼後、白石発	5:30	出社後始業点呼後、白石発	5:00	出社後始業点呼後、白石発	4:10	出社後始業点呼後、白石発	5:00	出社後始業点呼後、白石発		
6:30	1件目到着、荷卸し	7:20	納品先到着後休憩、荷卸し	6:50	1件目到着、荷卸し	6:30	1件目到着、荷卸し	6:40	1件目到着、荷卸し後出発		
8:20	出発	8:20	出発	7:25	出発	6:45	出発	7:40	2件目到着、荷卸し		
8:50	2件目到着、荷卸し	8:40	近くにいた乗務員の荷卸し手伝い	7:40	2件目到着、荷卸し	7:30	2件目到着、荷卸し	8:10	出発		
10:00	出発	9:30	出発	8:30	出発	9:30	全配達終了後会社に報告し出発	9:00	午後着のため大和にて休憩		
11:15	3件目到着、荷卸し後休憩	10:30	村田5分休憩後出発	9:00	3件目到着、荷卸し		国見1分休憩	12:00	3件目到着、荷卸し		
13:30	翌日配達分積込場所へ	12:00	帰庫	10:00	全配達終了後会社に報告し出発	13:20	帰庫	13:50	全配達終了後会社に報告し出発		
16:40	積込終了後出発 (荷待ち1h50m)	13:00	翌日配達分積込	二本松2分休憩		国見5分休憩		村田4分休憩			
17:50	終了点呼をし退社	14:00	終了点呼をし退社	9:15	帰庫	15:50	翌日分積込終了後終了点呼	16:40	帰庫後終了点呼		
				15:30	翌日分積込終了後終了点呼						
拘束時間	12:50	拘束時間	1 0 h (※重複有)	拘束時間	1 1 h 2 0 m (※重複有)	拘束時間	1 1 h 4 0 m	拘束時間	1 1 h 4 0 m	拘束時間	0 h