

出勤例

中島 美由記

月曜日	仕事内容	資材便高崎行
時間	業務	
7:00	出社後始業点呼	
7:15	積込場所へ移動	
8:30	資材積込	
9:00	前橋出発	
9:40	納品先到着後卸	
10:00	出発	
10:45	オイル交換のため整備工場へ	
11:00	帰庫後終了点呼	
拘束時間	4 h	

火曜日	仕事内容	公休の振替休日
時間	業務	
拘束時間		

水曜日	仕事内容	平塚方面3件配送
時間	業務	
2:45	始業点呼後積込へ	
4:00	前橋発(最寄ICまで全線高速)	
6:45	厚木市1件目	
7:30	出発	
8:00	厚木市2件目	
8:50	出発	
9:50	平塚市3件目	
11:00	配達終了後会社へ一報	
	高速道路(県央厚木~入間)	
	日高市30分休憩	
15:30	帰庫後終了点呼	
拘束時間	12h45m	

木曜日	仕事内容	三郷方面3件配送
時間	業務	
2:45	始業点呼後積込へ	
4:15	前橋発→下道	
	川口市30分休憩	
9:20	1件目	
10:00	2件目	
11:10	3件目	
11:20	配達終了後会社へ一報	
	羽生市30分休憩	
15:45	帰庫後終了点呼	
拘束時間	13h30m(※重複有)	

金曜日	仕事内容	塩尻方面3件配送
時間	業務	
2:15	始業点呼後積込へ	
3:30	前橋発	
	(東部湯の丸まで高速使用)	
6:10	塩尻市1件目	
9:45	北安曇野郡2件目	
10:45	安曇野市3件目	
11:45	配達終了後会社へ一報	
	高速(東部湯の丸~前橋南)	
15:00	帰庫後終了点呼	
拘束時間	13h20m(※重複有)	

土曜日	仕事内容	三郷方面2件配送
時間	業務	
1:50	始業点呼後積込へ	
2:50	前橋発→下道	
5:40	三郷1件目	
	越谷市75分休憩	
8:30	越谷2件目	
9:20	配達終了後会社へ一報	
13:10	帰庫後終了点呼	
拘束時間	11h20m	

濱 晃市

月曜日	仕事内容	資材便奈良配送
時間	業務	
6:15	出社後始業点呼	
	運行指示、出発前準備	
8:10	積込場所へ	
8:30	資材積込	
	会社に戻りシャワー	
10:00	出発	
	全線高速(前橋南~大和まほろば)	
13:45	恵那峡SA30分休憩	
17:30	大和郡山着→休息	
	電話終了点呼	
拘束時間	13h(※重複有)	

火曜日	仕事内容	資材卸後、帰荷群馬へ
時間	業務	
4:30	電話始業点呼	
	荷卸し	
7:00	帰り荷積込場所へ	
8:45	積込後会社へ一報	
	全線高速(大和まほろば~前橋南)	
11:50	神坂PA30分休憩	
14:15	千曲川さかきSA1h休憩	
17:30	帰庫後終了点呼	
拘束時間	13h	

水曜日	仕事内容	帰荷卸、横持
時間	業務	
6:20	出社後始業点呼	
	荷卸し場所へ出発	
	荷卸し後積込	
9:30	出発	
10:00	卸し、帰り荷積込	
11:10	帰り荷を卸し、待機	
13:00	翌日横持分積込	
14:30	帰庫後終了点呼	
拘束時間	8h15m(※重複有)	

木曜日	仕事内容	横持(倉庫間輸送)
時間	業務	
6:15	始業点呼	
	卸場所へ出発	
8:00	卸した場所で積込	
10:00	荷卸し後地場分荷物引取	
13:00	翌日横持分積込	
14:25	帰庫後終了点呼	
拘束時間	8h10m	

金曜日	仕事内容	塩尻方面3件配送
時間	業務	
6:15	始業点呼	
	卸場所へ出発	
8:00	卸した場所で積込	
10:00	荷卸し後地場分荷物引取	
13:00	翌日横持分積込	
14:50	帰庫後終了点呼	
拘束時間	8h35m	

土曜日	仕事内容	公休の振替休日
時間	業務	
拘束時間	0h	

向後 和幸

月曜日	仕事内容	流山方面2件配送
時間	業務	
3:00	始業点呼	
	出発	
5:00	1件目	
7:00	出発	
7:10	2件目	
9:15	配達終了後会社へ一報	
	出発	
11:30	帰庫後翌日配送分積込	
12:50	終了点呼	
拘束時間	9h50m	

火曜日	仕事内容	坂東方面2件配送
時間	業務	
3:00	始業点呼	
	出発	
5:20	1件目	
7:00	検品後休憩	
8:10	出発	
8:30	2件目	
9:00	配達終了後会社へ一報	
	出発	
11:20	帰庫後翌日配送分積込	
13:00	終了点呼	
拘束時間	10h	

水曜日	仕事内容	水戸方面4件配達
時間	業務	
3:00	始業点呼	
	GSにて給油	
5:45	1件目卸し後出発	
7:00	2件目卸し後出発	
8:50	3件目卸し後出発	
10:00	4件目	
	配達終了後会社へ一報	
	出発	
12:10	帰庫後翌日配送分積込	
13:10	終了点呼	
拘束時間	10h10m	

木曜日	仕事内容	佐倉1件配送
時間	業務	
4:45	始業点呼	
6:00	納品先到着後休憩、荷卸し	
8:45	出発	
10:00	リコールのため整備工場へ	
10:50	工場出発	
11:20	帰庫後翌日配送分積込	
13:00	終了点呼	
拘束時間	9h30m(※重複有)	

金曜日	仕事内容	美野里方面3件配送
時間	業務	
3:30	始業点呼	
	出発	
4:20	1件目	
5:30	出発	
7:00	2件目	
8:30	出発	
9:15	3件目	
9:20	配達終了後会社へ一報	
11:20	帰庫後翌日配送分積込	
12:50	終了点呼	
拘束時間	9h50m(※重複有)	

土曜日	仕事内容	水戸方面4件配送
時間	業務	
3:00	始業点呼	
	出発	
5:10	1件目到着後休憩	
7:00	荷卸し開始	
8:15	2件目卸し後出発	
9:00	3件目卸し後出発	
11:55	4件目	
12:00	配達終了後会社へ一報	
12:20	帰庫後翌日配送分積込	
13:10	終了点呼	
拘束時間	10h10m	