

## 公司上班時間9-18點, 12-13點午休, 這樣有違反勞基法第35條嗎?

 LU0000041 (一般會員) 勞動·工作／工時 2019-09-14 14:35

公司上班時間9-18點, 12-13點午休, 所以是：做3休1做5。

這樣有違反勞基法第35條「勞工繼續工作四小時，至少應有三十分鐘之休息。」嗎？

如果公司在15：00時安排15分鐘的休息時間，並將下班時間延後到18：15，是否就沒有疑問了？

---

 林法百 (進階會員)

讚：3 留言：11

2019-09-20 07:16

問1個問題可以分3個層次說明：

一、您的公司業務是否為輪班性質？

因為輪班性質的工作，不須有這條時間限制<sup>[1]</sup>，只要有給予適當的休息即可。

二、如果公司業務不是輪班制，但是因為業務性質的關係，而不能每4小時就休息的情況

公司假如是因為業務一來就必須趕快完成，譬如有連續性且超過4小時的必要<sup>[2]</sup>，則不受此限制。

三、如果不是輪班制或是業務有連續需求的情形

那麼，公司一定要遵守相關規定，每隔4小時就休息30分鐘，否則就是違反勞基法的規定<sup>[3]</sup>。

第2個問題，確實可以在下午時段安插休息時間，但仍必須是30分鐘，因為法條文字是這麼規定。

至於下班時間延後是可以的，因為此段時間「不計入工作時間」<sup>[4]</sup>。

---

### 註腳

[1] 第 35 條

勞工繼續工作四小時...但實行輪班制...者，雇主得在工作時間內，另行調配其休息時間。

[2] (88) 台勞動二字第 008685 號函要旨：事業單位基於工作連續性，若確已依勞動基準法第 35 條後段但書規定於 工作時間內調配其休息時間，則尚不違反該條規定。

[3] 下午連上5小時 勞動部：違法

<https://www.chinatimes.com/newspapers/20190608000259-260202?chdtv>

[4] 同註2函，函中說明的第三點內文

## ► 勞動基準法

匿名 (進階會員) 2021-06-24 09:05:30

請問上班4小時候休息30分鐘，在上4小時班後，就下班了 這樣有違反嗎？

匿名 (一般會員) 2021-09-04 13:28:16

請問若是學前教育人員，上班時間8:30-18:00（一星期兩天）8:30-18:30（一星期三天）中午休息1.5小時，但仍無法離開工作崗位，需要看顧幼生活辦理行政業務，請問這樣是否違反勞基法？

林法百 (進階會員) 2021-09-06 01:38:20

問：請問上班4小時候休息30分鐘，在上4小時班後，就下班了 這樣有違反嗎？答：沒有，因為這樣的模式符合勞基法35條，勞工繼續工作四小時，至少應有三十分鐘之休息的規定。問：請問若是學前教育人員，上班時間8:30-18:00（一星期兩天）8:30-18:30（一星期三天）中午休息1.5小時，但仍無法離開工作崗位，需要看顧幼生活辦理行政業務，請問這樣是否違反勞基法？答：按照您的描述，似乎工作性質是輪班制(一周兩天或一周三天)？如果是，則不受休息限制。您提到仍無法離開工作崗位，倘若仍有辦法休息個5分鐘、10分鐘等，因為按照文意，似乎仍然合於「已於工作時間內調配其休息時間」，不違法。但若是中午休息時，連5分鐘都沒辦法休息，那雇主就可能違反勞基法的規定。

匿名 (進階會員) 2021-11-14 13:10:21

上班時間6:00-10:00後休息至18:00上到22:00 上班時間9:00-15:00後休息至20:00上到

22:00 想請問這樣公司有違法嗎?(月薪制)月休六天排休

LU0009653 (一般會員) 2021-12-08 08:48:56

您好 請問我上班時間為07:00-16:00可自行調配休息1小時，而我如需要加班的話，是否可以把休息時間調配成連續休息1.5小時，謝謝

鄭豈勝 (進階會員) 2022-09-23 09:02:09

你好 請問 上班時間為15:00-00:00及23:00-08:00。因符合勞基法4小時休30分鐘，但因公司當下只有一個人上班沒有同仁可以安排輪休，可以休息但不可以離開工作崗位，想請問可以跟爭取那半小時的加班時間嗎？

匿名 (一般會員) 2022-10-09 09:26:48

我應徵工廠警衛工作.但公司當初應徵內容無清點貨品數量.品名這項工作.因為這項工作責任重.工作最困難工作攸關公司信譽.由兩位警衛負責清查.碰到一人休假由一人執行.每日400件-1000餘件.甚至打包清點網路訂購散裝.全部工作要1700前完成.如清點錯誤與倉管部門負連帶責任扣錢.我們領基本工資.多出來工作也不給加級.或可以不執行這項工作.工廠這符合規定嗎.不執行這項工作公司以開除我嗎

羅利民 (一般會員) 2023-03-16 15:37:01

餐飲業，早上10點到兩點，空班兩點到四點，下午四點上班到晚上九點，有超時工作嗎

匿名 (進階會員) 2023-03-21 19:13:39

我是長照機構人員-日班。公司上班時間為8~17：30，中午休息時間為12~13：30。 請問：

1、因為離家近，中午皆為回家吃午餐及午休，若是此間回家或上班途中發生車禍，可以算公傷假嗎？ 2、若公司硬性規定員工此休息時間不能返家吃飯及休息，須在公司吃飯休息，但沒給休息室，算違反勞基法規定嗎？大家應該知道機構照服是一份很累的工作，給休息時間又不能回家躺著休息，只能自己找椅子呆坐！這有休息跟沒休息有差嗎？

匿名 (進階會員) 2023-07-02 13:58:07

請問上班9小時 依規定雇主該給我們午休一小時 但主管未表明可午休一小時 因為是服務業 我們

吃飯時間都不到半小時就要輪替其他人的狀況下 這種狀況下我們能夠去申訴公司嗎？

匿名 (一般會員) 2025-05-08 18:25:43

請問若8:00上班中午午休1小時17:00下班但遇到要加班 很不巧基於勞基法每四小時要休息30分鐘才能加班 17:00需休息30分鐘 這樣不就變相增加在公司時間卻沒有休息時的加班費？這樣合

法？