

働く時間に関する調査

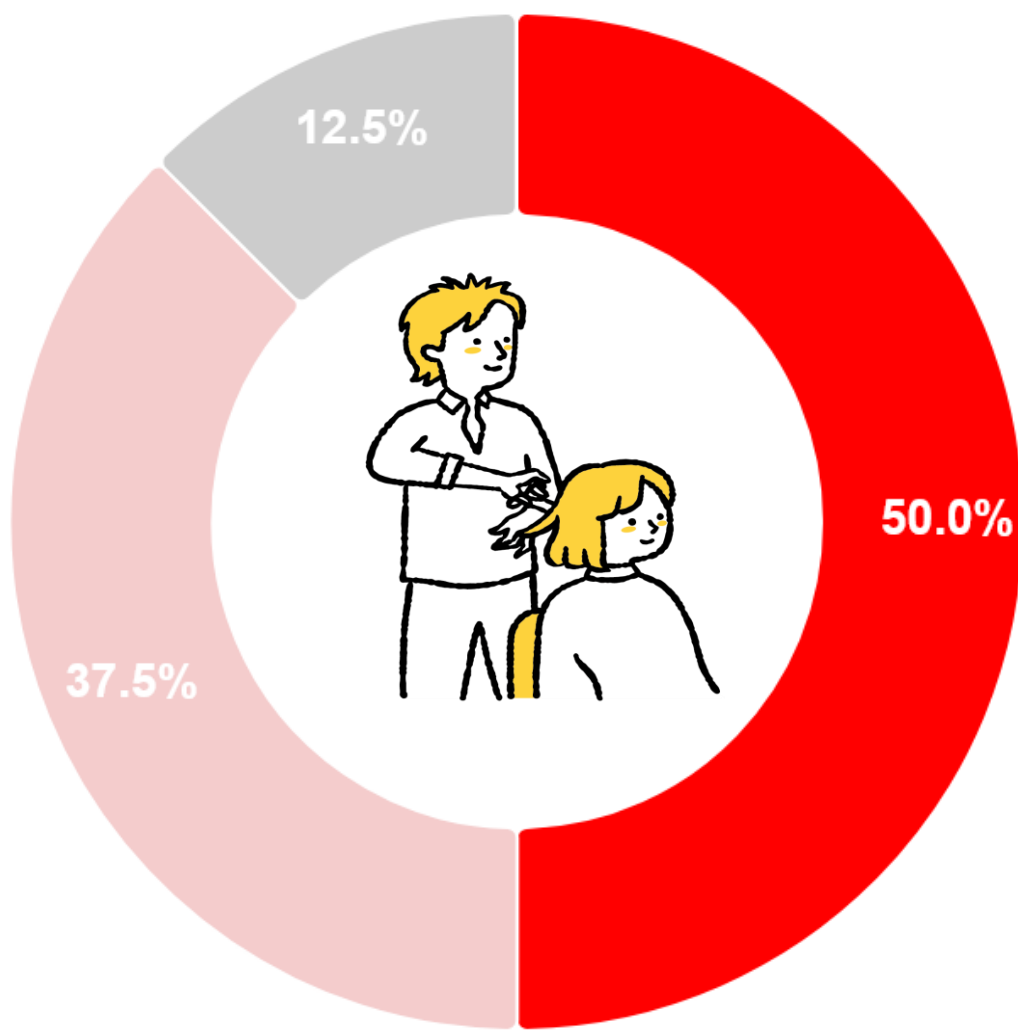
【実施期間】

2025年2月

長時間労働のなりやすさ

—あなたの業界では、一般的に長時間労働になりやすいですか？

美容業



■ 非常にしやすい ■ ある程度しやすい ■ どちらとも言えない ■ あまりなりやすすくない ■ 全くなりやすすくない

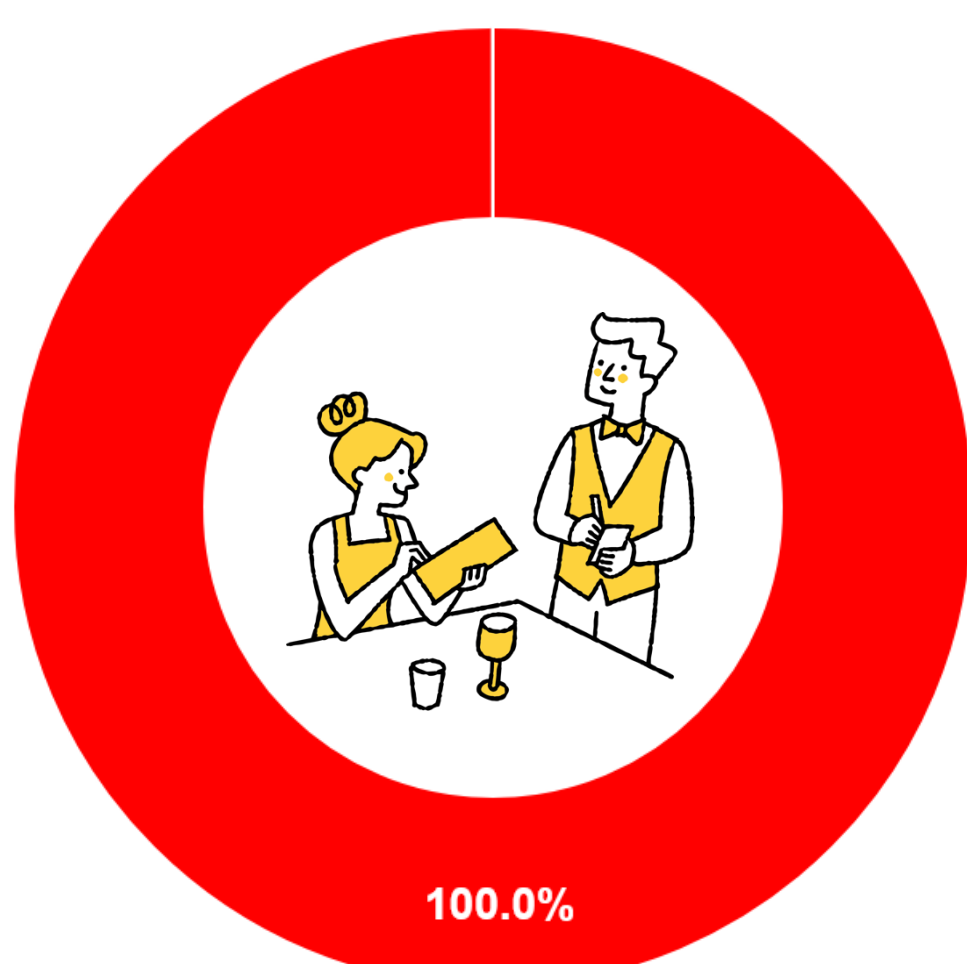
非常にしやすい&ある程度しやすい

- 接客業であり、技術職なのでお客様のメニューにより変化する
- 労働単価が低いいため、働くしかないし効率化もできない仕事である
- 営業時間が基本8時間以上で交代制にするほどの規模のお店が少ない
- 客商売が大前提になるので、相手の都合に合わせないといけない
- 自由に働けるため時間が長くなりやすい
- 練習に費やす時間や、そもそも残業という概念自体がない経営者もいる
- 練習があったり、会社の規定で、営業時間、受付時間があるので、早く帰れない
- 受付時間内であれば、ロングメニューも受け付けるので残業になりやすい
- 時間単価が高くないので8時間接客して、準備後片付け、帳簿つけて長くなる
- 朝の練習、夜の練習を含めると営業時間合わせてながくなる
- 美容業界全体として長時間労働の体質がある
- お客様に合わせた接客になるのですがどうしても遅くなる
- 客商売のため、労働時間に波があることが多い
- 定時などの決まった時間があるわけではない
- やはりお客様優先になるので、時間外でも予約とってしまう
- 拘束時間がながく、休憩時間もまちまちになる
- 忙しいと休憩が取れない営業時間が長い終わってから練習があるなど拘束時間が長い
- 営業終わりのミーティングや練習会、勉強会がある
- 営業時間が10時間と基本的な労働時間が他業種に比べて長い
- お客さんのお店の滞在時間が比較的長めなので、営業時間を短くし過ぎると、客数が取れなくなる
- 業界の特性上、営業時間はおお客様のメニュー構成に左右される
- お客様のご予約時間と施術メニュー次第では遅くなる場合がある
- 体力勝負なのと時間がかかるので長時間になりやすい
- 技術内容やお客さまの事情に左右されることが多い
- 営業時間以外に教育するのにも時間を費やすため労働時間が長くなる
- 業務委託で働く時間が長いほど稼げるようになってる
- お客様の都合を優先することが多いので空き時間が発生したり拘束時間が長くなる

どちらとも言えない

- オープンとクローズの時間が決まっている
- 働き方が、それぞれ違うのでどちらとも言えない
- 予約を入れれない方は仕方なく営業時間外で予約を入れる
- 技術レッスンの時間を取る必要があるので、営業時間にできなければ営業時間後になる
- 昔は長時間労働だったが、いまは違うように感じる

飲食業

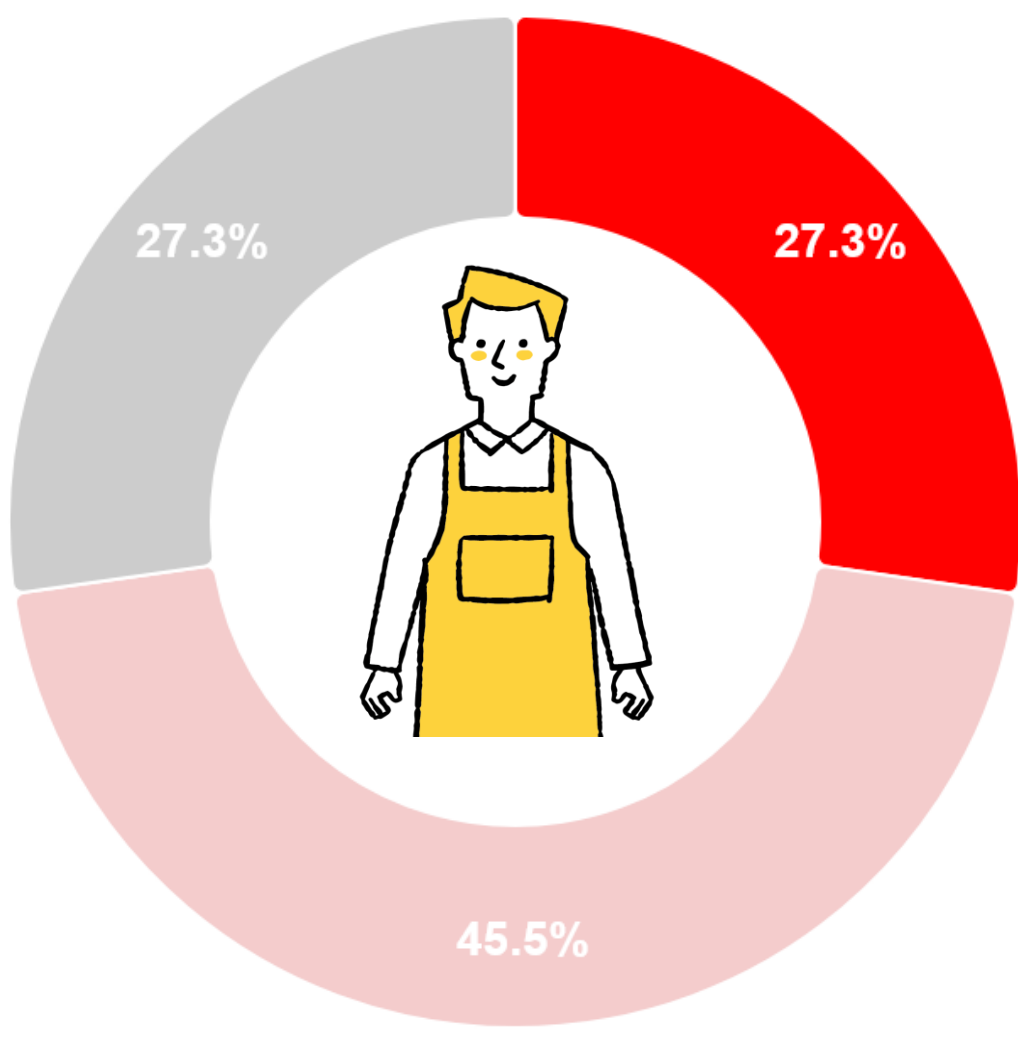


■ 非常にしやすい ■ ある程度しやすい ■ どちらとも言えない ■ あまりなりやすすくない ■ 全くなりやすすくない

非常にしやすい&ある程度しやすい

- 飲食業は仕込み、買い出し、清掃、調理など、やる事が多い
- 仕込みが多いためどうしても長時間になりがち
- 仕込みの買い物から始まり片付けまでの時間拘束される

小売業



非常にしやすい ある程度しやすい どちらとも言えない あまりなりやすすくない 全くなりやすすくない

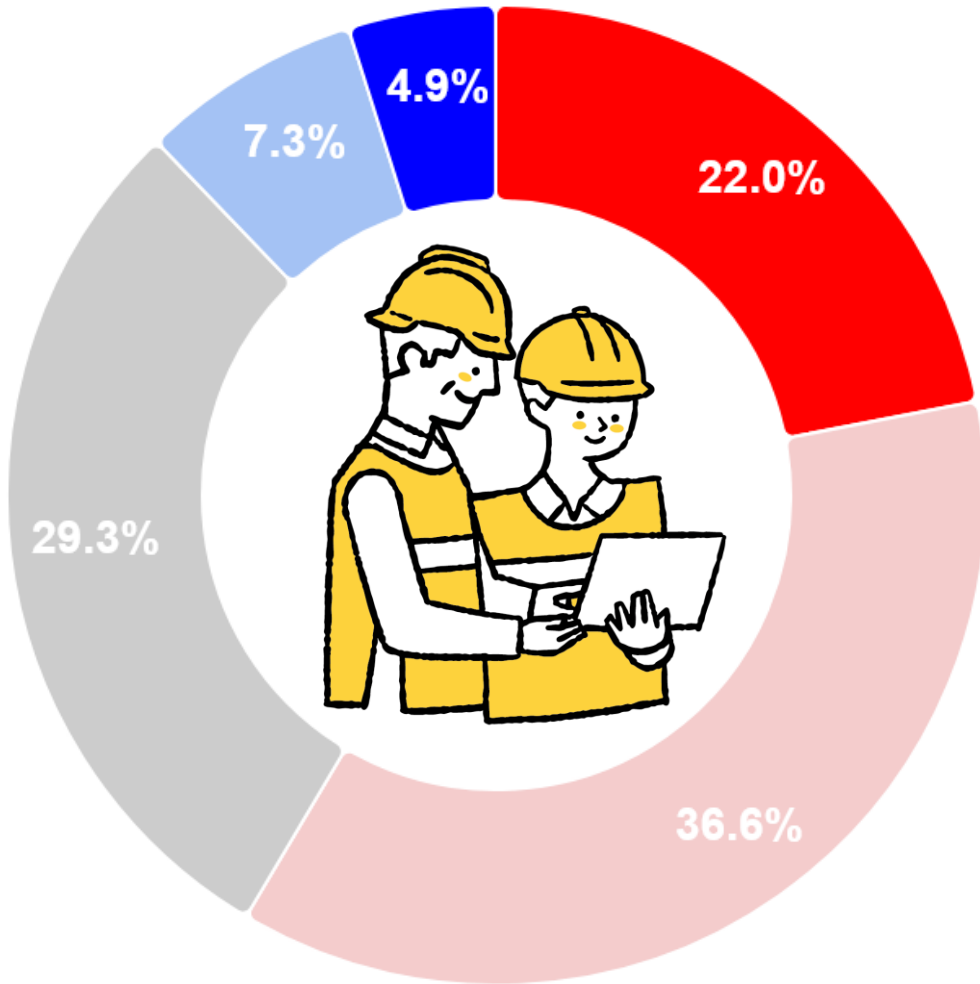
非常にしやすい&ある程度しやすい

- 製造と販売をどちらもこなす小売店なので、人材不足が長時間労働に直結する
- 24時間営業の為シフトが埋まらなければ全ての時間対応しないといけない為
- 一つの商品を完成させるまでに非常に時間がかかるため、個人店は特に長時間労働になってしまう
- 急にバイトが休みになったりすると時間長くなる
- 週休がないので週、月、年間の労働時間が長くなる
- 時間に制限がなく、また通勤等がなくどこでも働ける環境のため
- 自分次第で長時間労働もできますが、ある程度自分で調整できる
- 基本的には1日のプランを組んで仕事をしますが、サービス業のためどうしてもお客様の意向で予定が大きく変わることが多い

どちらとも言えない

- 取り扱い商品のラインナップ数、性質によって忙しさが変化する
- ある程度コントロールが効くため急に忙しくなることは少ない
- ネットビジネスは必ずしも従業員が事務所に来て仕事をする必要が無いため、様々な業務を外注化しやすい。外注化をどこまでやっているかによる

建設業



非常にしやすい ある程度しやすい どちらとも言えない あまりなりやすすくない 全くなりやすすくない

非常にしやすい&ある程度しやすい

- 工事期間が決まっているので残業や日曜日出勤がほとんど
- お客様の都合に合わせるが多いため、長時間の仕事になることが多い
- 一人作業が多いためどうしても残業になる
- トラックでの資材搬入もしておりまして搬入時間が決まっているなかで休憩もとれず走ることもある
- 自分の現場なので自分次第だが詰まっていたら早く仕事しないといけない
- 営業時間が特に決まっていないし工期があるのでどつしても重なってしまった時は忙しくなる
- 不測の事態等が発生しやすいため、それにより作業時間がオーバーしやすい
- 天候に左右される仕事なので雨で仕事出来なかった分、晴れの時に遅れた長時間労働になる
- 自然相手の仕事なので、天気や気候の変化に対応しないといけないから、仕事時間にムラがある
- 緊急的な工事もあり、夜中まで仕事することがある
- お客様の都合でその日に工事完了をしなければならない時は残業になることが多い
- 工事の工程が短い時とかは長時間労働になる時がある
- 配送物が決められているので全て配り切らなければならない
- 一通りの作業を終わらせる必要があり、途中で追われせることができない作業が多い
- 役所や依頼者からのデータ提出期限次第で長時間になる場合もある
- 仕事の進み具合で次の現場に影響する
- リフォームでやる作業によっては途中で休憩を入れることができない
- 期日までに仕上げないといけないため、前で遅れた分の負担がかかる
- 肉体作業の手作業の為一日がかりの仕事になる

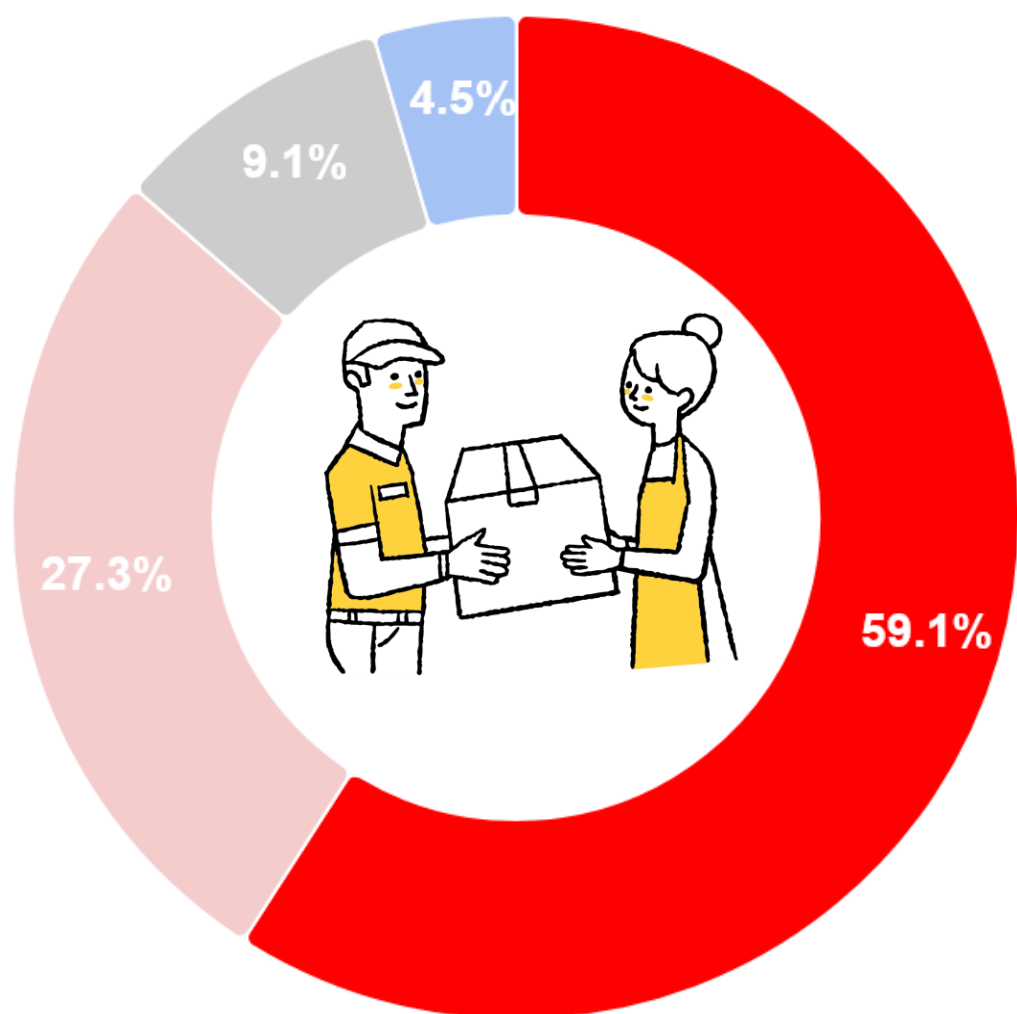
あまりなりやすすくない&全くなりやすすくない

- 自分で決めてるので休みは作りやすい
- 基本的に人役の仕事が多いので比較的残業はない
- 余程忙しく無い限り定時で終わるように段取りしている
- 来た案件をこなすだけなので、どちらかと言うとサラリーマンの方より短い
- 住居されている現場が多いことと、マンションが多いので9:00-17:00でしか工事できない

どちらとも言えない

- 現場次第
- 時期によってバラツキがあるため、一概には言えない
- 仕事の納期が決まっているため、遅れていれば必然的に長くなる。 早くなることもある
- 仕事量が多く、工期が短い時は残業で調整する
- 日によって作業内容が違うので、短時間の日もあれば長時間の日もある
- 工期に間に合えばいいので、工程を自分で考えてやるのでその日によって大きく変わる
- 自分の仕事の進行次第で早くも帰れる

運送業



非常にしやすい ある程度しやすい どちらとも言えない あまりなりやすすくない 全くなりやすすくない

非常になりやすい&ある程度なりやすい

- お客様が来てからの仕事になるので待ち主体になる
- 宅配なので不在等があると再配達をしなければならない
- 個人宅配送は夜の時間指定が19時~21時までなので夜の荷物量によっては21時近くまで配達がある
- 人員不足や配達時間の指定サービスがある
- 荷物の仕分けやドライバーへの振り分けを1人で行うことがあり長時間労働になる
- 配送業は8:00から21:00までが配送の時間帯なのでそれプラス前後1時間以上は拘束される
- 職業柄、好きな時間に休憩などできますが全体的な拘束時間はかなり長い
- 荷量が増えると荷物の仕分けが多くなり出発時間が遅くなる。そのため、長時間稼働になりやすい
- フードデリバリーは夜間17時~21時が忙しいため朝~晩遅くまで働くことが多い
- 人力で行う仕事なので人が動かなければ売上が立たない
- 待機時間が多く、拘束時間が長くなりやすい
- 顧客のニーズに合わせて、時間帯や場所などを設定している
- 宅配業界の個人事業主ですが、夜の配達があるので、どうしても長時間労働になる
- 配送業の為、トラブルや渋滞などにより長時間労働になることがある

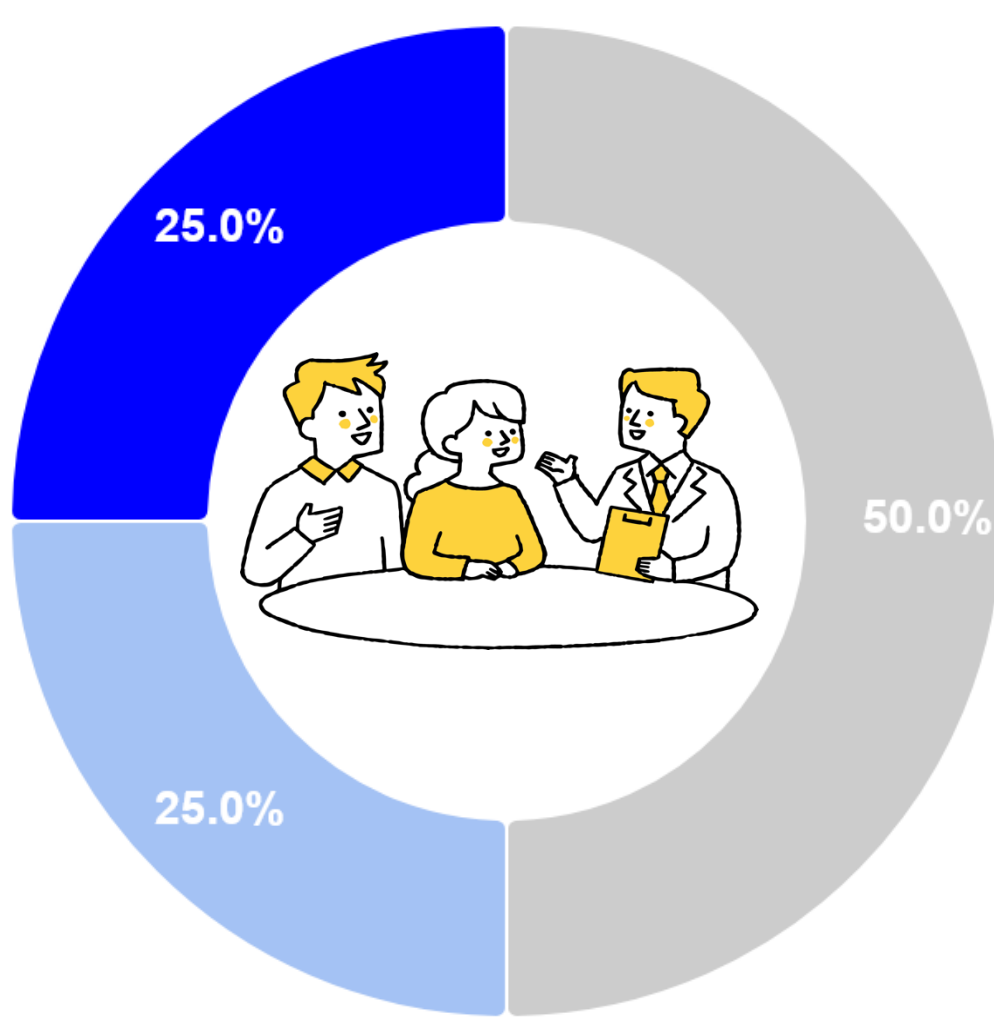
あまりなりやすすくない&全くなりやすすくない

- 業務委託の配送なのである程度の荷物の量は調整してくれているので長時間労働にはなりにくい

どちらとも言えない

- タクシーなので好きな時間に仕事して好きな時間に帰れるので働きたければ長時間になるし休みたかったら休めばいいので自由
- 個人個人好きに休みや時間をきめて働ける

不動産業



非常になりやすい ある程度なりやすい どちらとも言えない あまりなりやすすくない 全くなりやすすくない

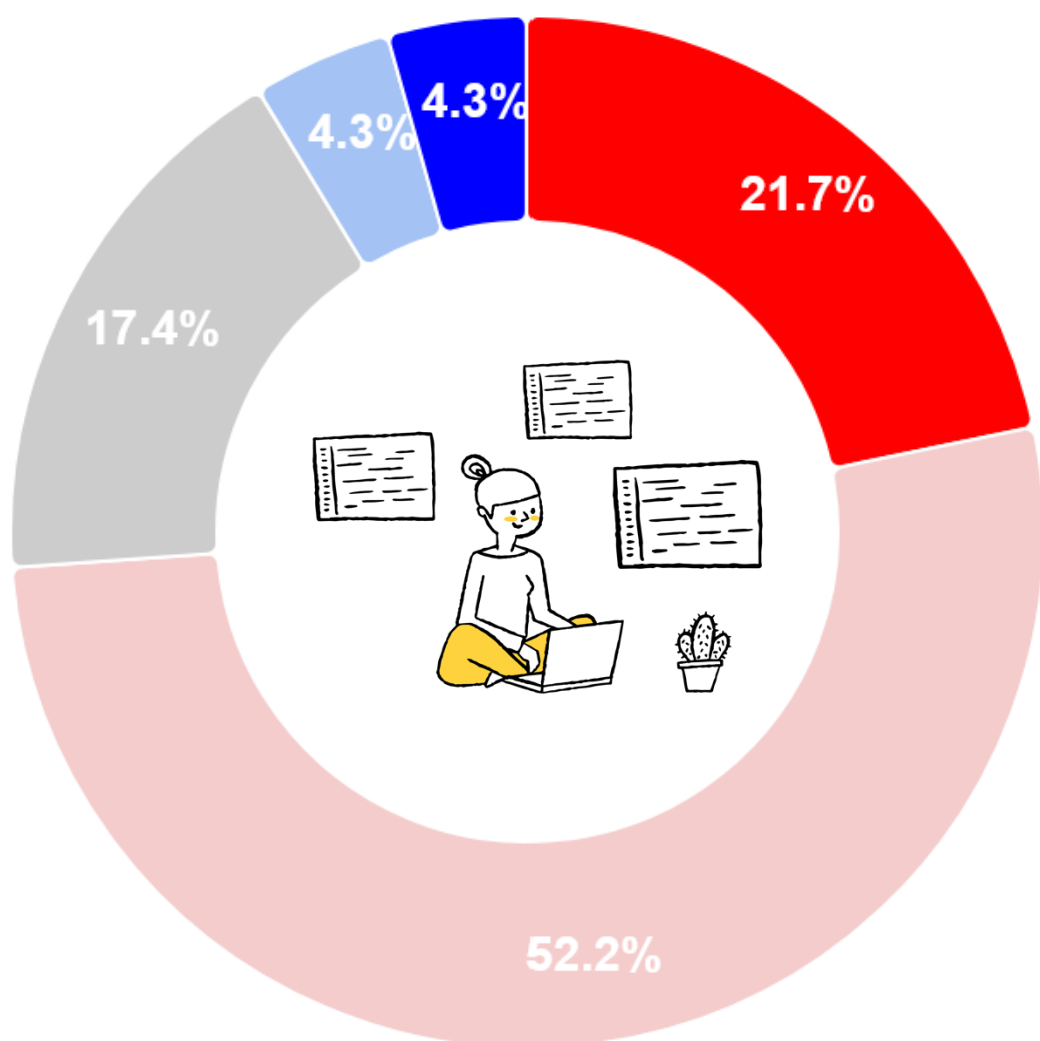
あまりなりやすすくない&全くなりやすすくない

- 新規プロジェクトや緊急対応以外は、拘束時間も短く自分で柔軟に時間の調整が出来る
- 賃貸アパートは具体的な管理業務を管理会社に委託しているため、自分自身が実際に直接行う業務は金銭管理位だから

どちらとも言えない

- 定刻の時間で動いているわけではないので、ばらつきがある
- 自分で仕事の時間を調整できるだけにメリハリがつけにくい

WEBサービス業



非常になりやすい ある程度なりやすい どちらとも言えない あまりなりやすすくない 全くなりやすすくない

非常になりやすい&ある程度なりやすい

- 単純に作業量の多さや、ハマったときの解決の難しさ、急な仕様変更などにより長時間になる
- 常にパソコンの前にいる事業なので、画面の前では仕事関連の情報を集めがち
- システム開発業界は、長時間労働になりやすい
- 人材不足ということもあり、一人一人が負う作業が多い
- プログラムの構築に時間がかかることが多くある
- 基本在宅、PCがあれば出来てしまうので、自分で区切りをつけないと無限に出来てしまう
- システムトラブルなど、緊急での対応が必要になる場合がある
- 無茶な納期などが多いため、残業は比較的多い
- 結果が伴わないといけないため、出来るまでやる傾向がある
- 形のないものを作っているため納期に間に合わせるために長時間労働が発生しやすい
- Web技術は日々進化しており、自己学習や情報収集に時間を費やす必要がある
- 納期に間に合わすために長時間労働になる時がある
- 突然のインシデントなどの対応がたまにある
- IT業界は納期重視で突発対応が多い
- フレックスではあるが、先方に合わせて活動するので、故に時間が長くなることもある
- ある程度記事の数を稼がないといけない関係で、長時間労働になりやすい

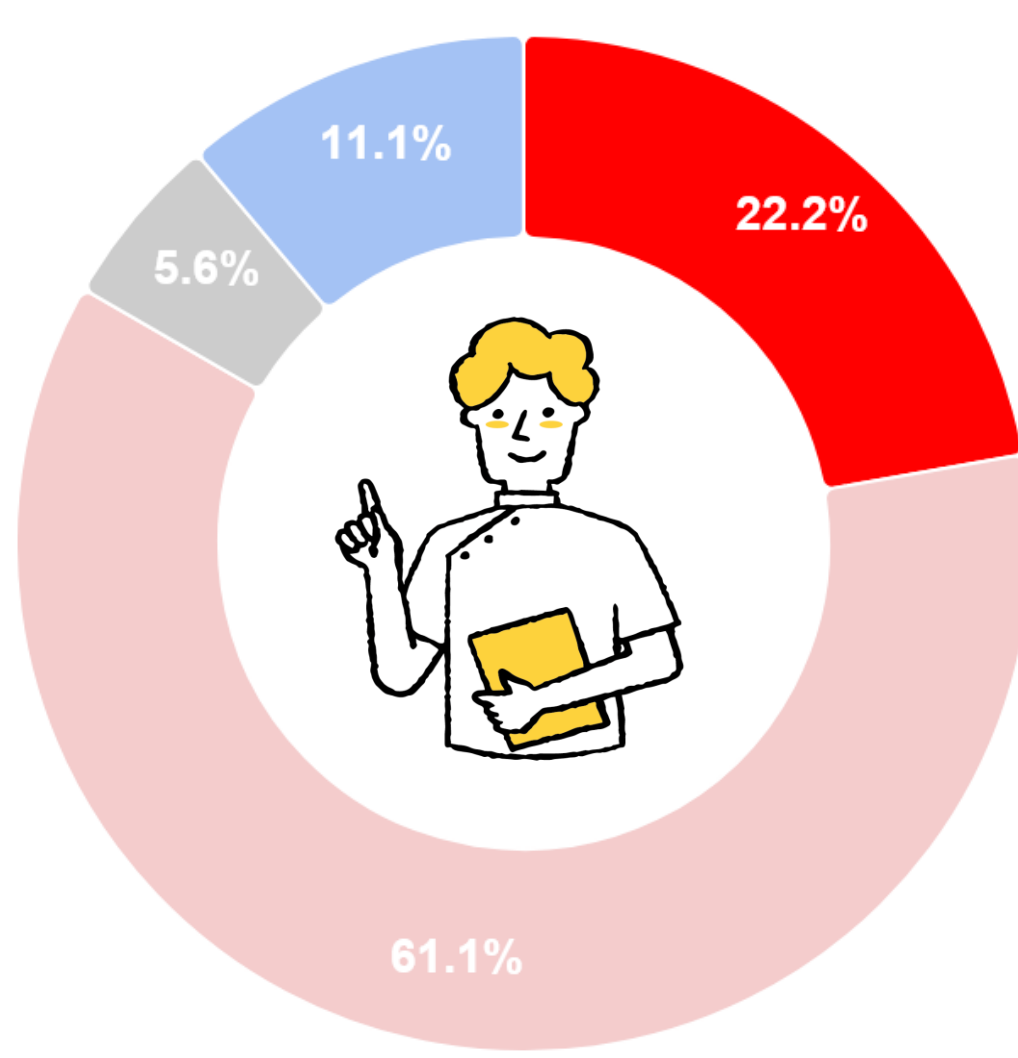
あまりなりやすすくない&全くなりやすすくない

- 固定労働時間ではなく、自身の裁量で労働時間を決められるかつ作業量もさほど多くない
- 時間な比例する仕事ではないので、全く該当しない

どちらとも言えない

- さくっとできる時もあれば時間がかかる時もあるので、どちら、とは言い難い
- ある程度は自分でコントロール出来るが、お客様の要望や時期によっては長時間になることがある
- オンラインでの授業を提供するにあたり授業のコマ数等は自身である程度自由に設定できる
- 業務量は自分で調整できるので、本人次第である

医療業・福祉業



■ 非常にしやすい ■ ある程度しやすい ■ どちらとも言えない ■ あまりなりやすすくない ■ 全くなりやすすくない

非常にしやすい&ある程度しやすい

- 施術含めた稼働時間に加えて、事務作業も発生するため
- 週休2日などはないので、拘束時間は長くなる
- 患者さんが仕事帰り等に来たい人も居る
- ハンドメイドなので時間がかかるのと、数を作らないとダメなため、長時間労働になりやすい
- 繁忙期はとくに、患者さんが途絶えることなく来客される
- 売上を追い求めていくとおのずと労働時間が多くなる
- 働いていた時間が稼ぎになるので、どうしても労働時間が長くなる
- 周りの医院と同じ位まで診療しないと患者さんが来ない為
- 売上を考慮すると朝から晩まで働かざるを得ない
- 待ちの状態の営業形態であり、売り上げを上げる為に長時間労働になりやすい
- クリニックなので拘束時間がかなり長い
- 勤務時間が9:00～19:30と拘束時間が長い

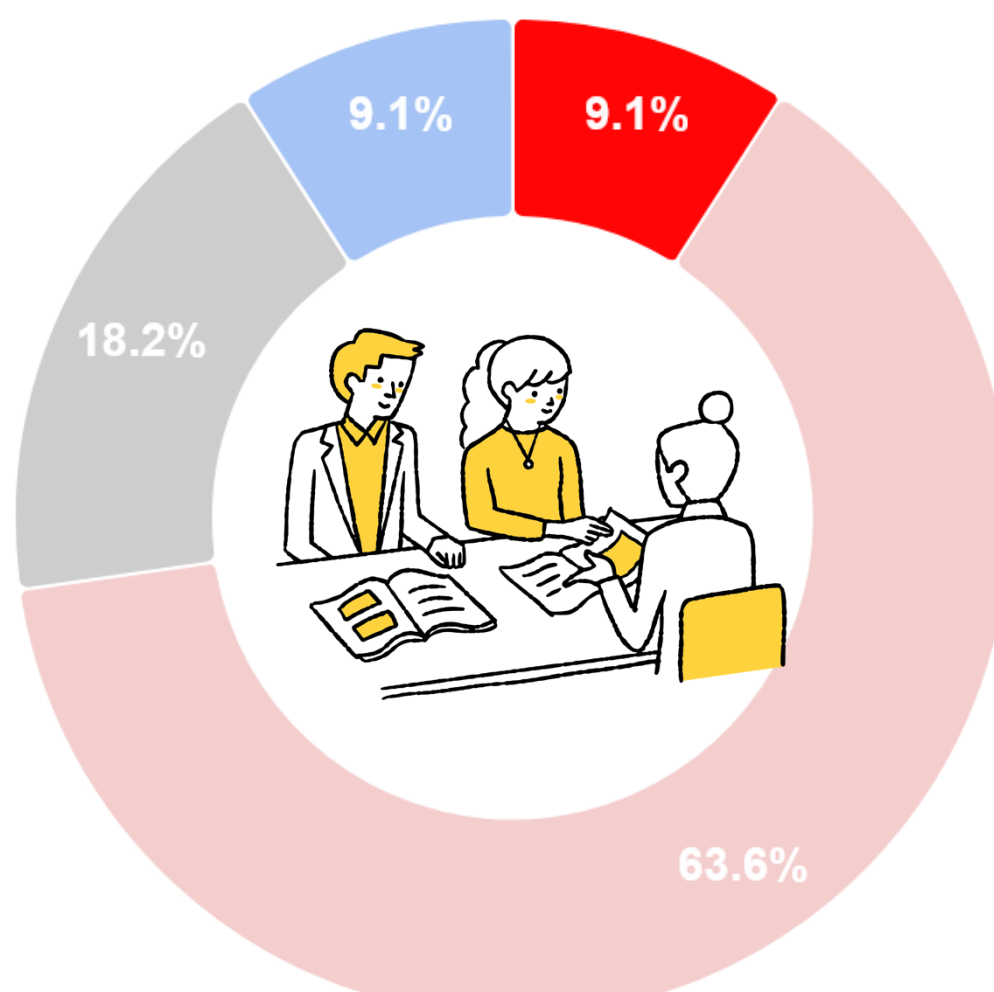
あまりなりやすすくない&全くなりやすすくない

- 独立している人が多くて自分で労働時間を決める事が出来る
- 長時間にするも短時間にするも自分の自由

どちらとも言えない

- 残業はない

専門家(士業・FP・コンサルなど)



■ 非常にしやすい ■ ある程度しやすい ■ どちらとも言えない ■ あまりなりやすすくない ■ 全くなりやすすくない

非常にしやすい&ある程度しやすい

- コンサルティング業務なので時間をかけようと思えばいくらでもかけられる
- オンオフが明確になされない
- 顧問契約ではなくスポットでの契約であるため意図して業務を分散化させることはできず、タイミングによっては特定の時期に業務の受任が集中してしまう
- 繁閑の差が大きい業界であるため、繁忙期は長時間労働になりやすい
- 個人の能力によって差はあるが、手作業となる部分がまだあるため、繁忙期は複数のプロジェクトが同時進行、業務量が増加し、労働時間が増えてしまう
- 顧客のニーズを満たせるかどうかが評価ポイント
- お客様次第となるので全て合わせなければいけない

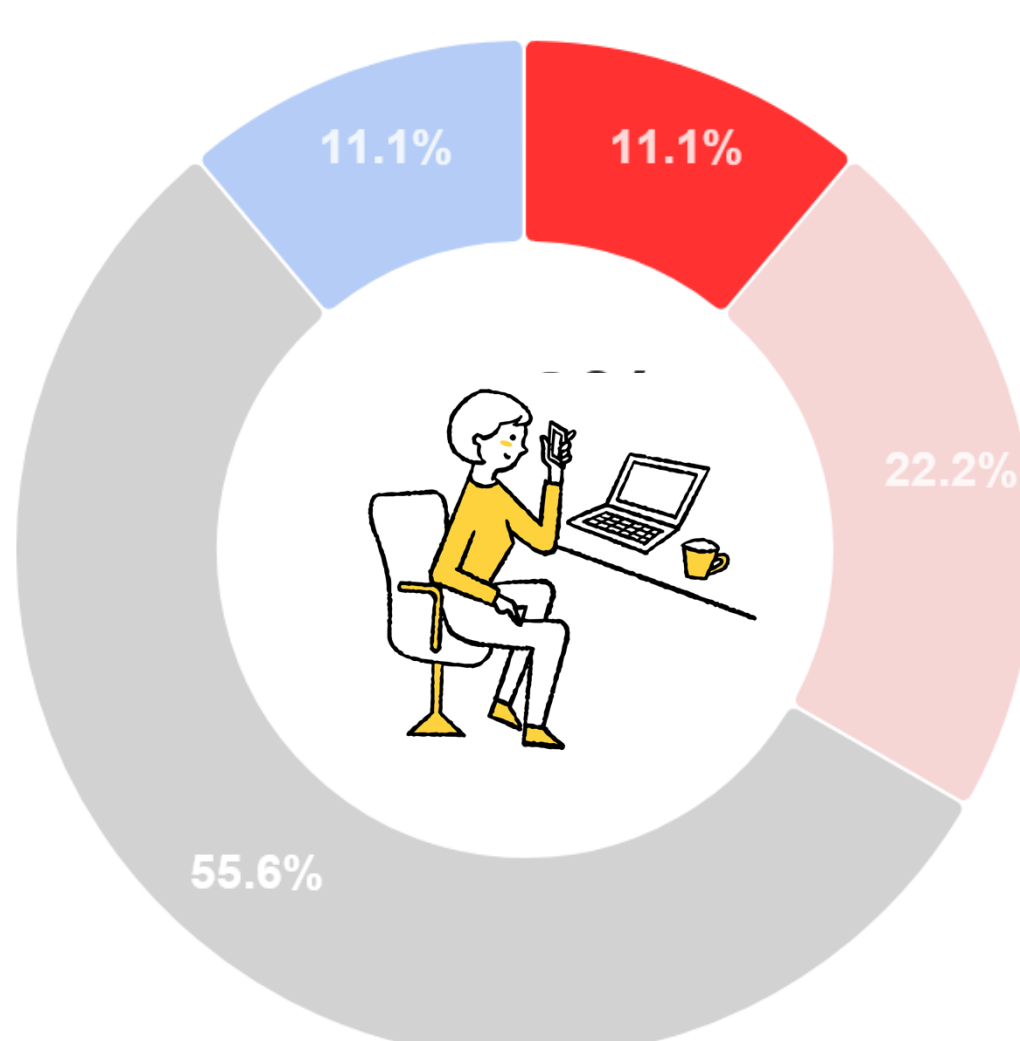
あまりなりやすすくない&全くなりやすすくない

- 保険募集人は自分の予定でスケジュールも決まるため長時間労働にはならない

どちらとも言えない

- スタートした当初はほぼ休みなく稼働して事業を軌道に乗せる必要がある
- 仕事をしなかったら給料に反縁されないため時間が長いと感じたことがない

個人投資家



■ 非常にしやすい ■ ある程度しやすい ■ どちらとも言えない ■ あまりなりやすすくない ■ 全くなりやすすくない

非常にしやすい&ある程度しやすい

- FXは土日を除いて平日は1日中相場が動いている
- 暗号資産の相場は24時間価格が動いている
- 時間やって稼いでいる

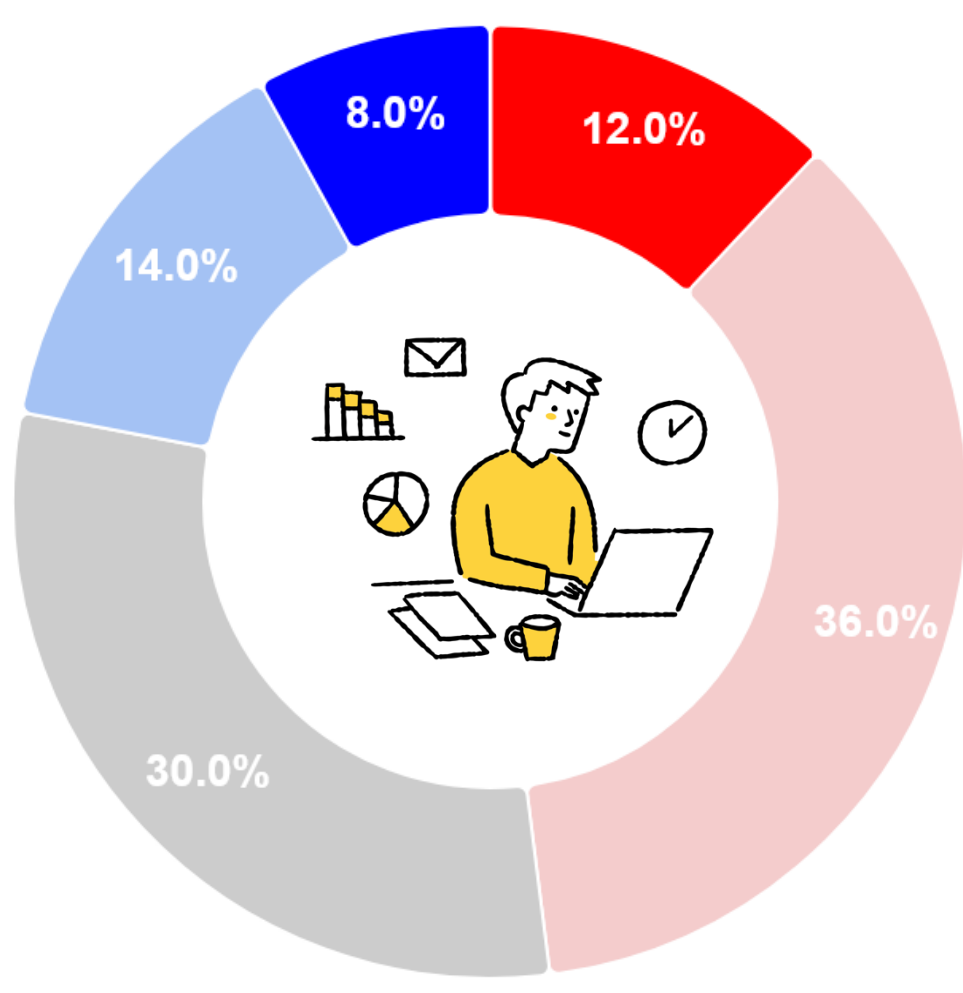
あまりなりやすすくない&全くなりやすすくない

- 個人投資家としては、時間的な拘束はほぼない

どちらとも言えない

- ボラティリティや出来高が高い時は一日中パソコンでチャートを眺めていたりする
- 纏まった金額を利確する場合は値動きを監視する必要があるので長時間になりやすい
- 自分でどこまで働くかやるかを全部自分次第

その他



■ 非常になりやすい ■ ある程度なりやすい ■ どちらとも言えない ■ あまりなりやすすくない ■ 全くなりやすすくない

非常になりやすい&ある程度なりやすい

- 製造過程の工程が多く、リスクも高いので厳しい状況になる事が多い
- エラーなどが直接業務に関わる事が多いため
- 単純に作業量が多いので終わらないことが多い
- 零細企業なので仕事量の調整が難しい
- 繁忙期だとギリギリまで仕事を詰めてくるので、遅くなる事がある
- 定時にルーティンワークを行い、時間外に顧客対応を行う場合が多い
- お客様の時間に合わせると、曜日な時間などは全く関係なくなり、稼働時間も不規則に
- 自分の頑張りで仕事を引き受けすぎてしまう
- 締め切りのある仕事が多く、見積り通りに進捗しない場合に残業して補ったりする
- 時間指定がある為朝早くから夜まで労働している
- クライアントの状況により、プラスアルファの業務を求められることがある
- 顧客に合わせた時間に面談しなければならない
- 映像や動画制作のクオリティーをあげるのに、ここまででOKという基準がない

あまりなりやすすくない&全くなりやすすくない

- 体力的に限界のある仕事なので、あまり長くなることはないし、長くなりそうな時は次の日に持ち越すように時間に余裕を持って仕事をしている
- 一面談の所要時間は1〜2時間と決めており、何時間にもならないようにしている
- 保険業務はお客様によって、時間などが様々である
- 子供が学校から帰ってきてから夜寝るまでの間が基本的なビジネスアワーなので、そこまで長時間にはなりにくい
- 基本的に就業時間内に終わるように仕事を入れている
- アパート経営において、新規、退去、クレーム対応以外は、既存建物に付いては長時間労働はない
- 契約している会社さんと固定時間での稼働を約束している
- 高齢者が多い業界なので、無理せずに働く風潮
- 契約のやり方が簡素化されて面談する必要がなくなり時間ができた
- 委託契約で働いているので年間で時間数が決まる

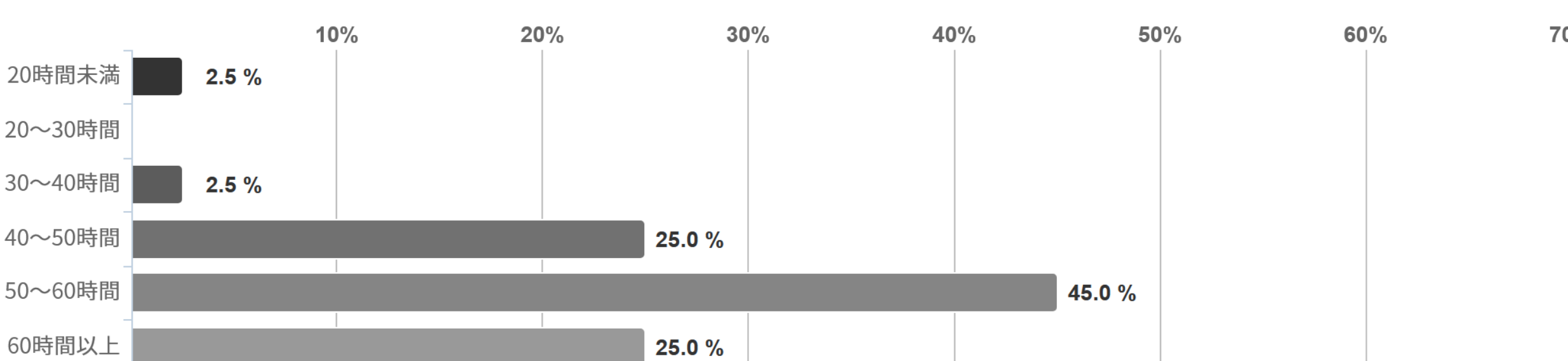
どちらとも言えない

- 営業の考え方や営業手法によってまちまちのため
- 炎上したプロジェクトなどに参画していると、長時間労働になる可能性もあるが、昨今は各企業も労務管理を遵守し始めているので、少なくなっている傾向もある
- 自分で全てスケジュールを決めるので本人次第
- 団体練習自体はそんなに長くない。自主練習が主になってくる
- 自分自身でアポ、スケジュール調整が出来る
- 注文次第で長時間になることもあるが逆に早く済むこともある
- 障害などの突発的な出来事があると、長時間対応になることがある
- 人によって仕事の進め方や区切りの個人差が強い
- 自分で働く日程や時間を調整出来る為負担の内容に調整をかける事が可能
- システムのリリース時期前後に稼働が上がる傾向にある
- 会社員の場合は繁忙期には残業は増える

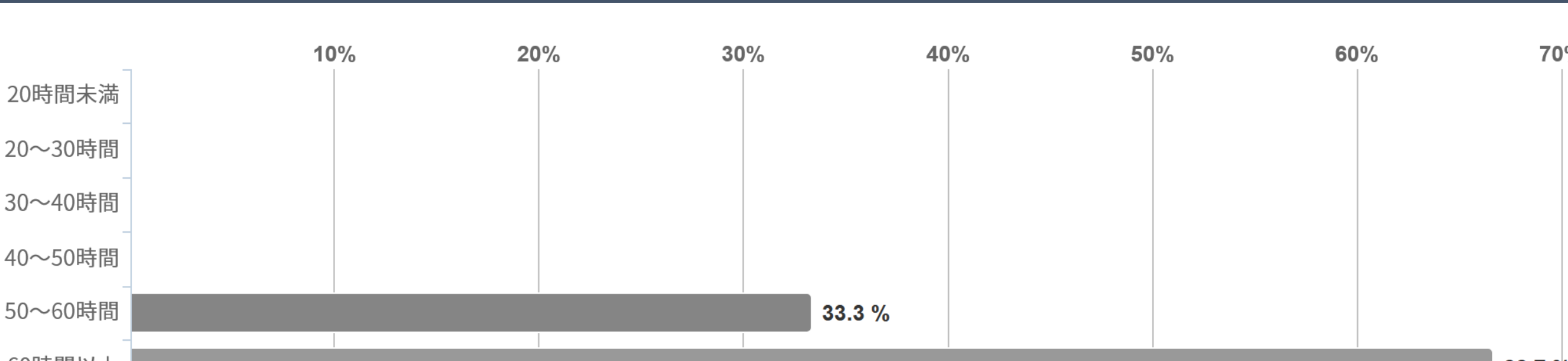
1週間の平均労働時間

ーあなたの業界での、1週間の平均労働時間はどれくらいですか？

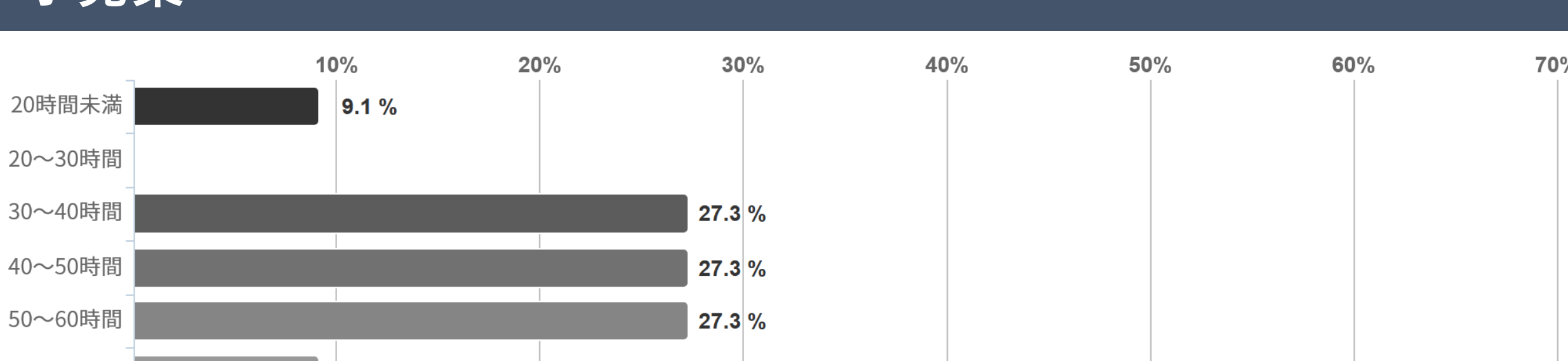
美容業



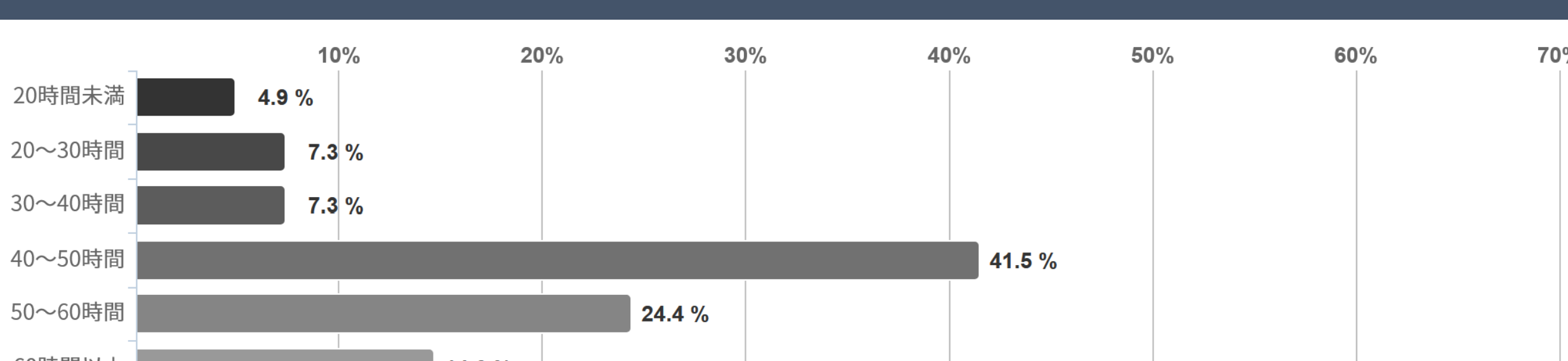
飲食業



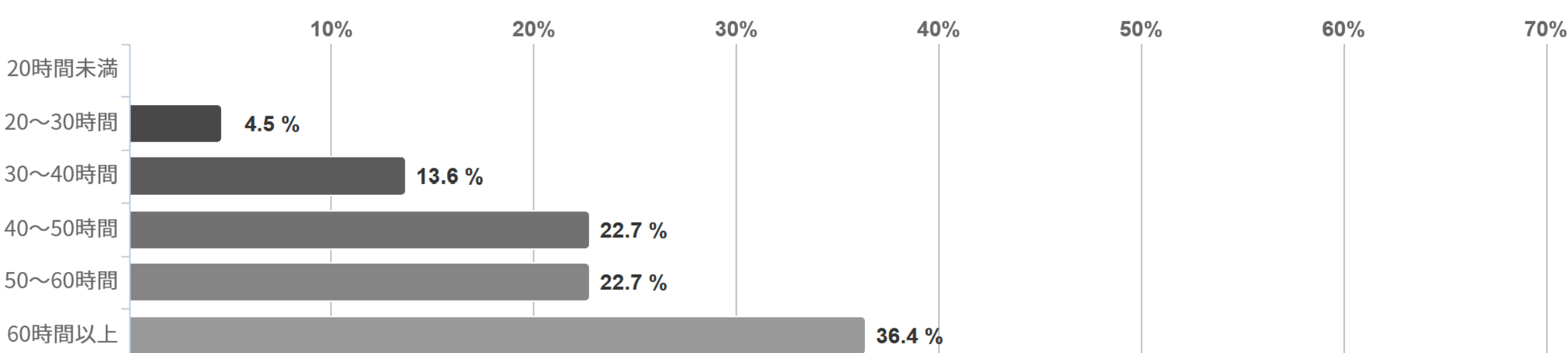
小売業



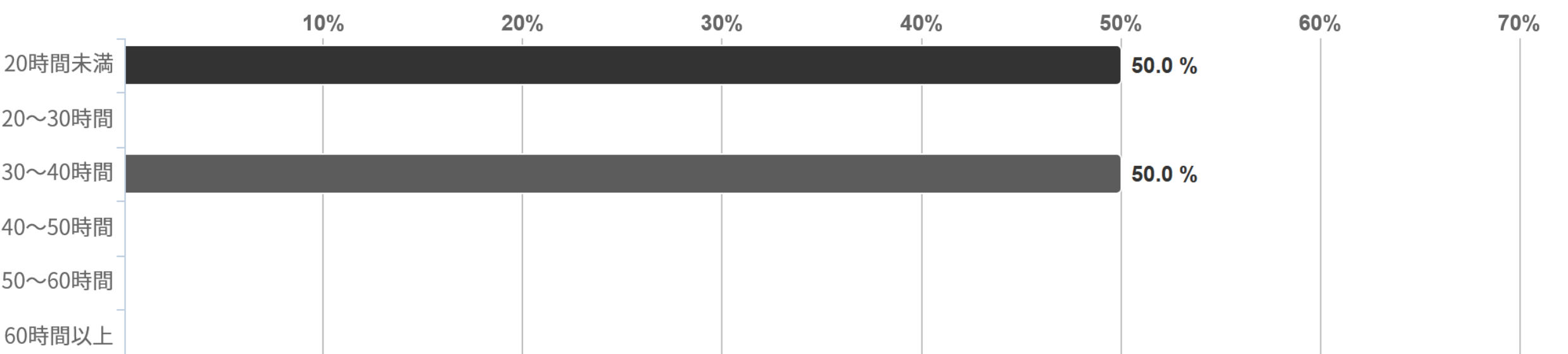
建設業



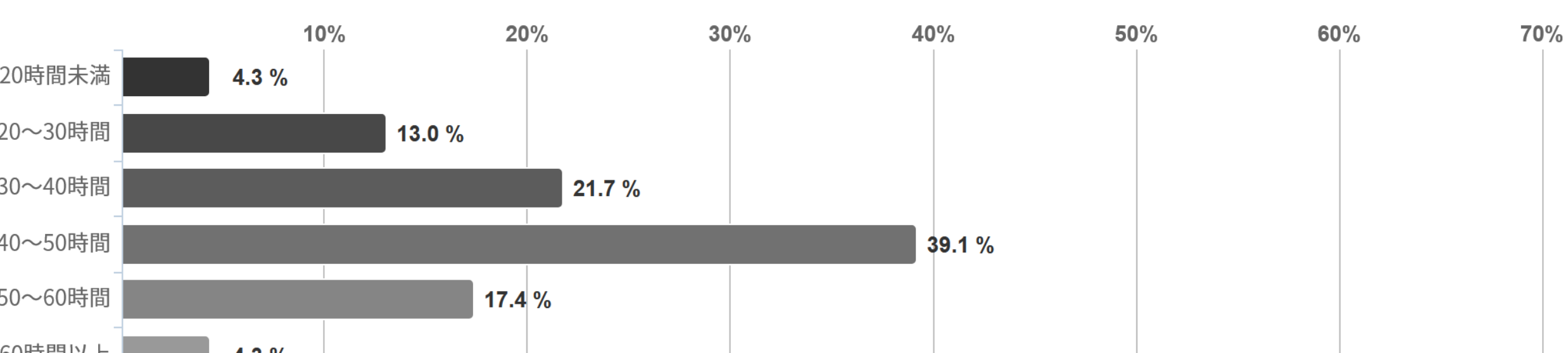
運送業



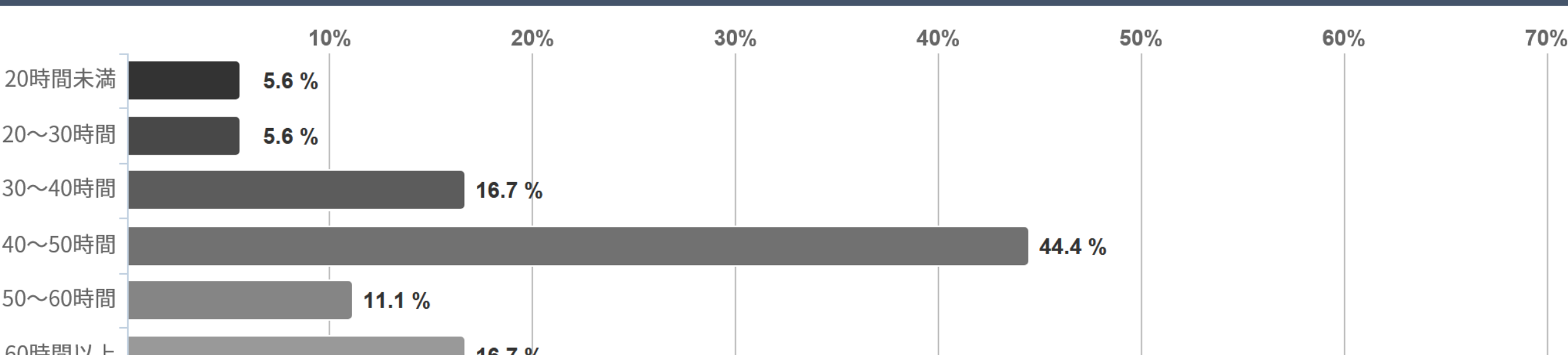
不動産業



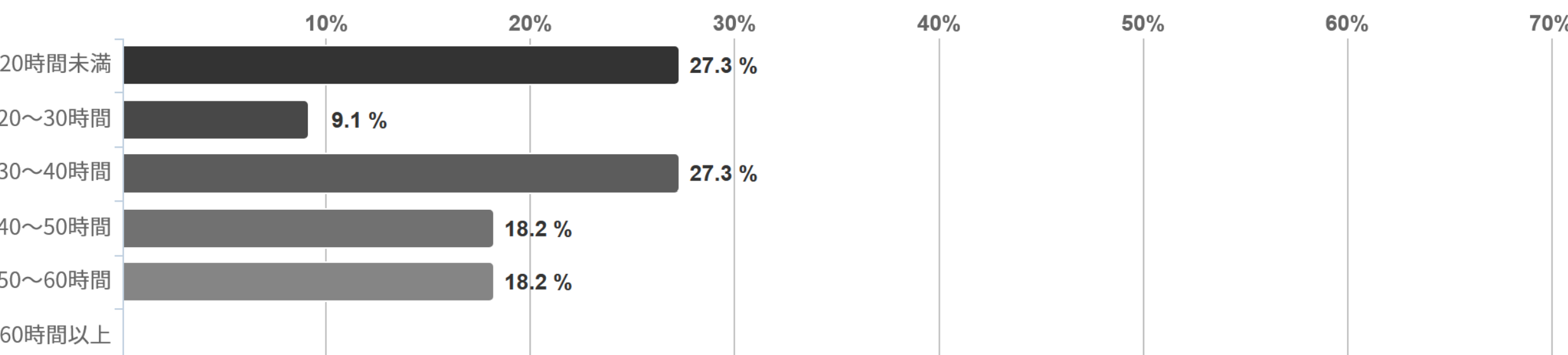
WEBサービス業



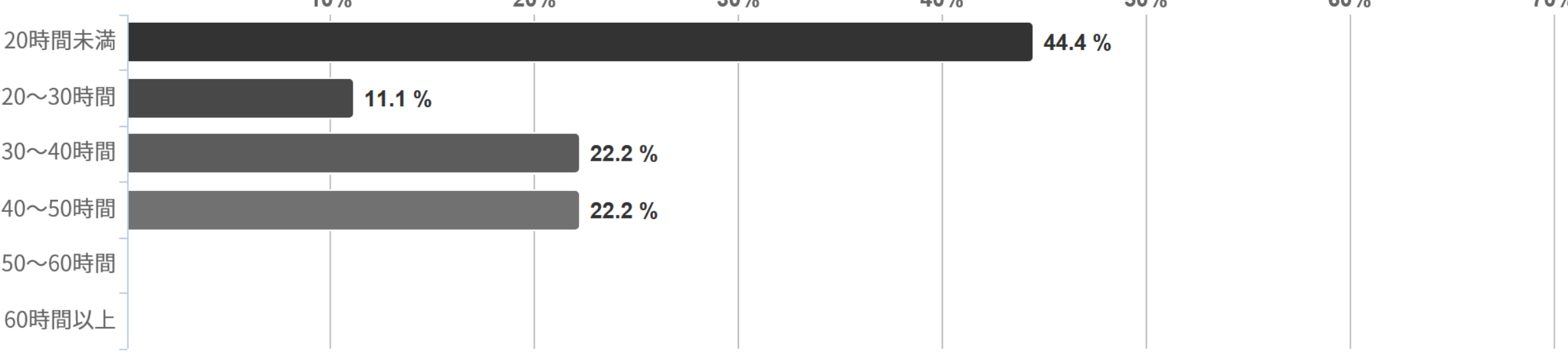
医療業・福祉業



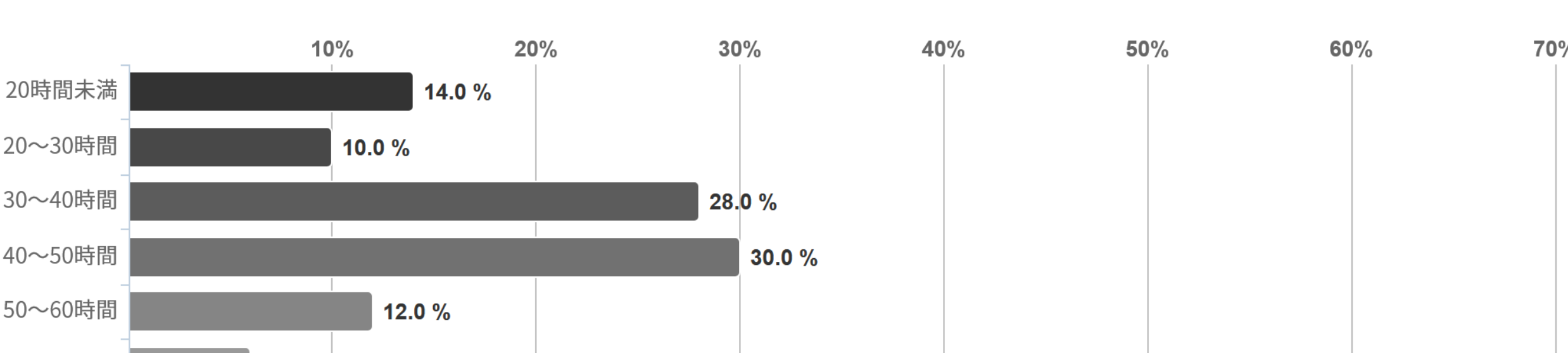
専門家(士業・FP・コンサルなど)



個人投資家



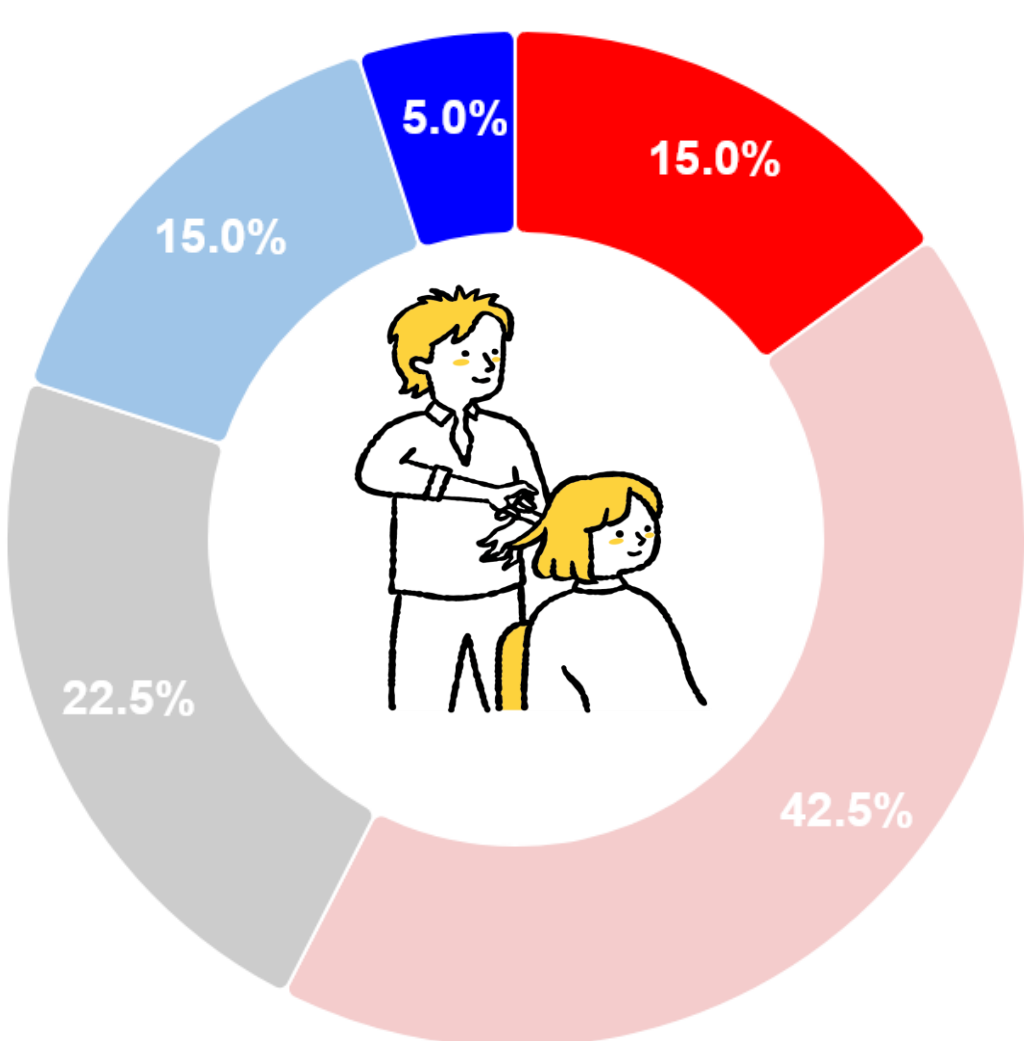
その他



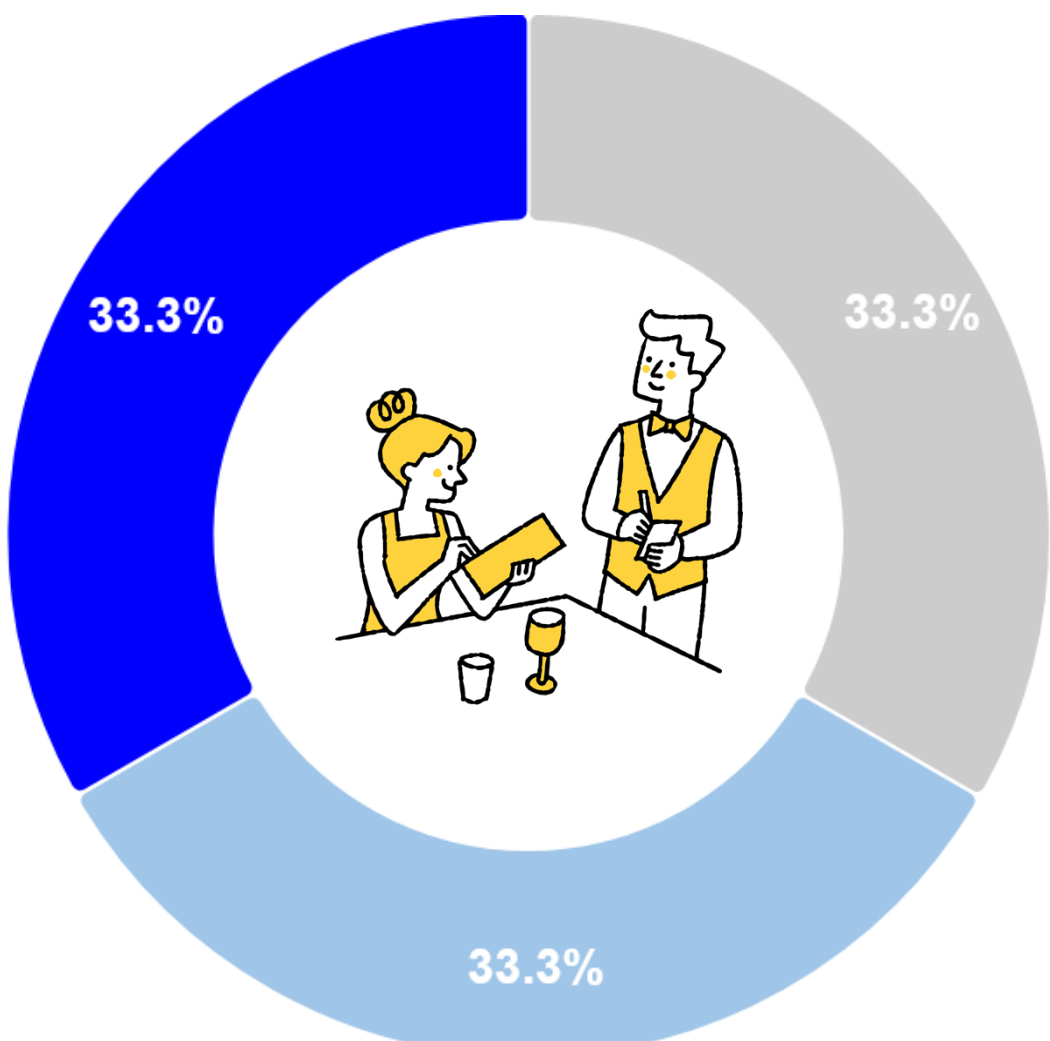
労働時間への満足度

—あなた自身は、現在の労働時間について満足していますか？

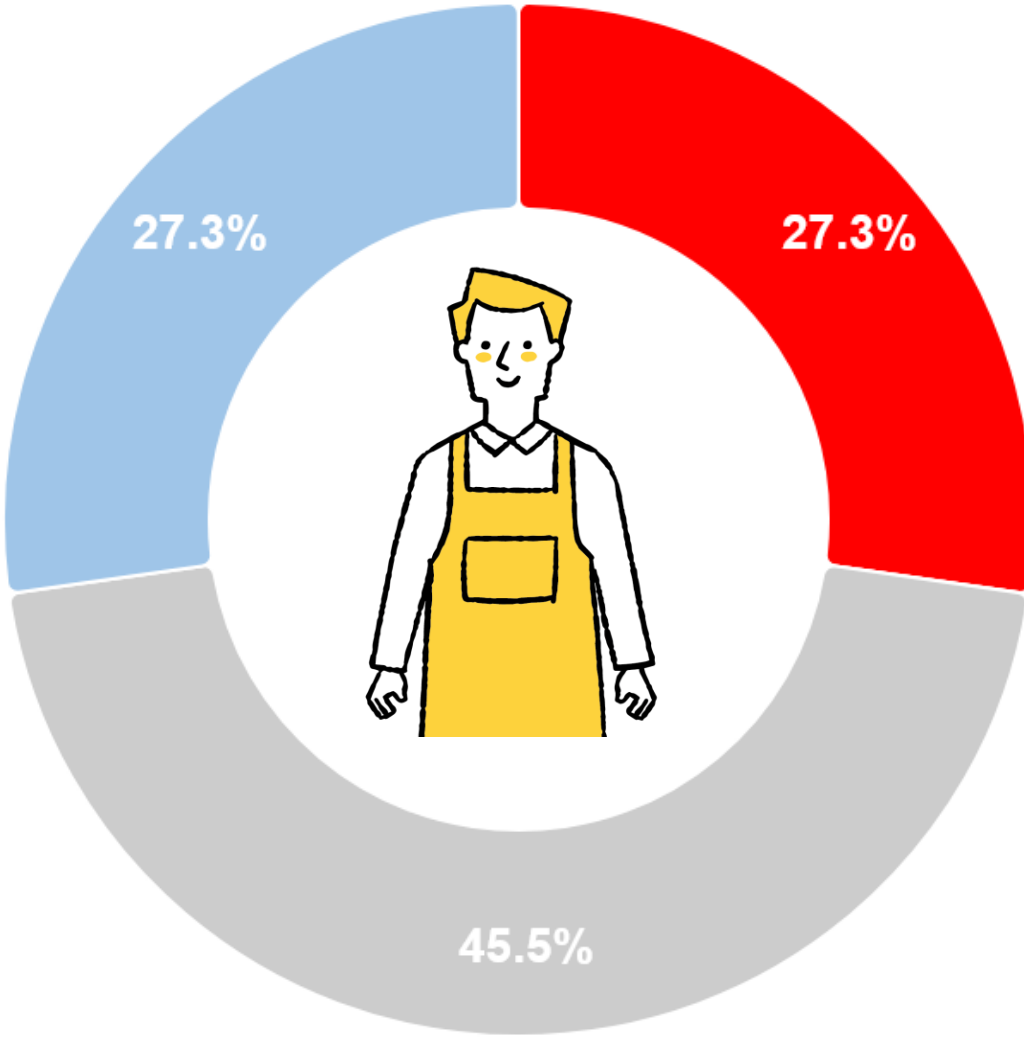
▼ 美容業



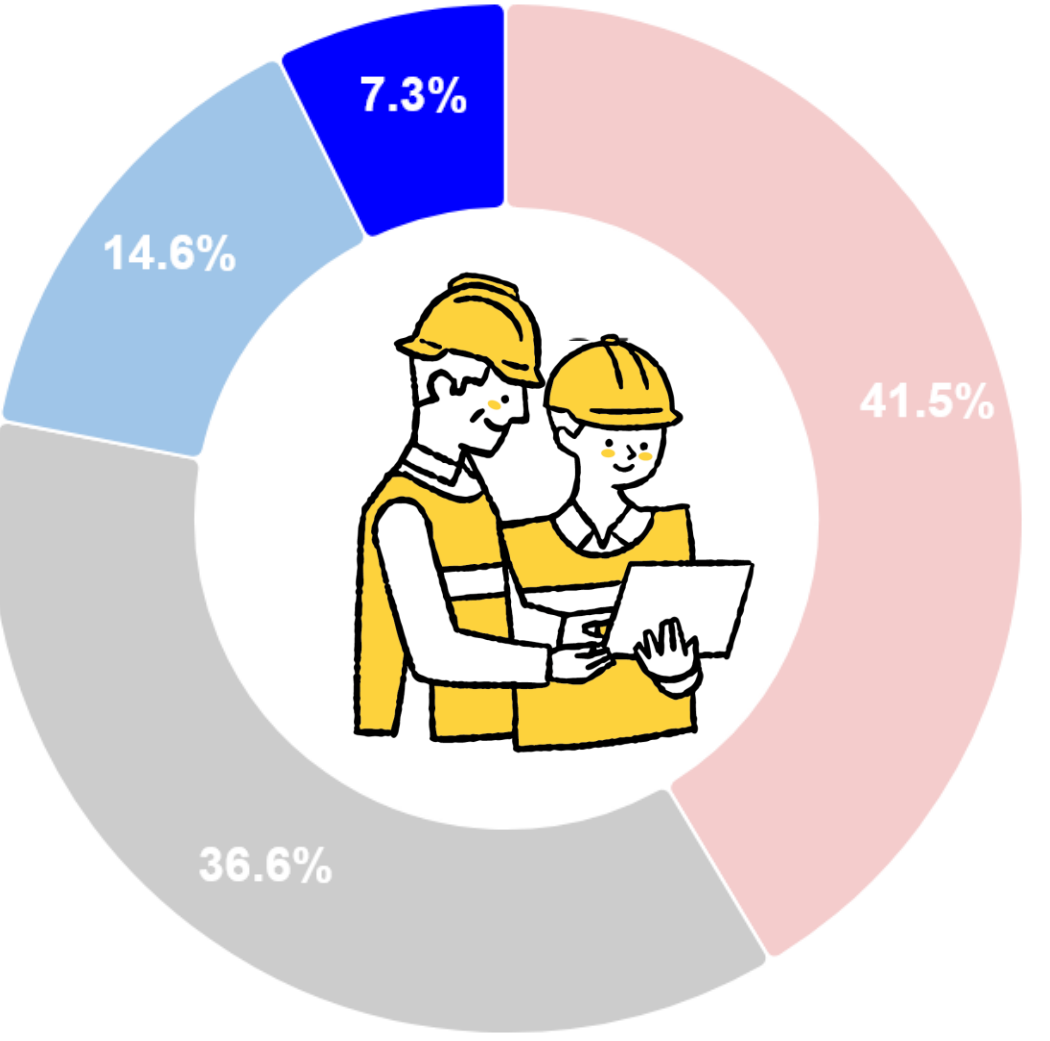
▼ 飲食業



▼ 小売業

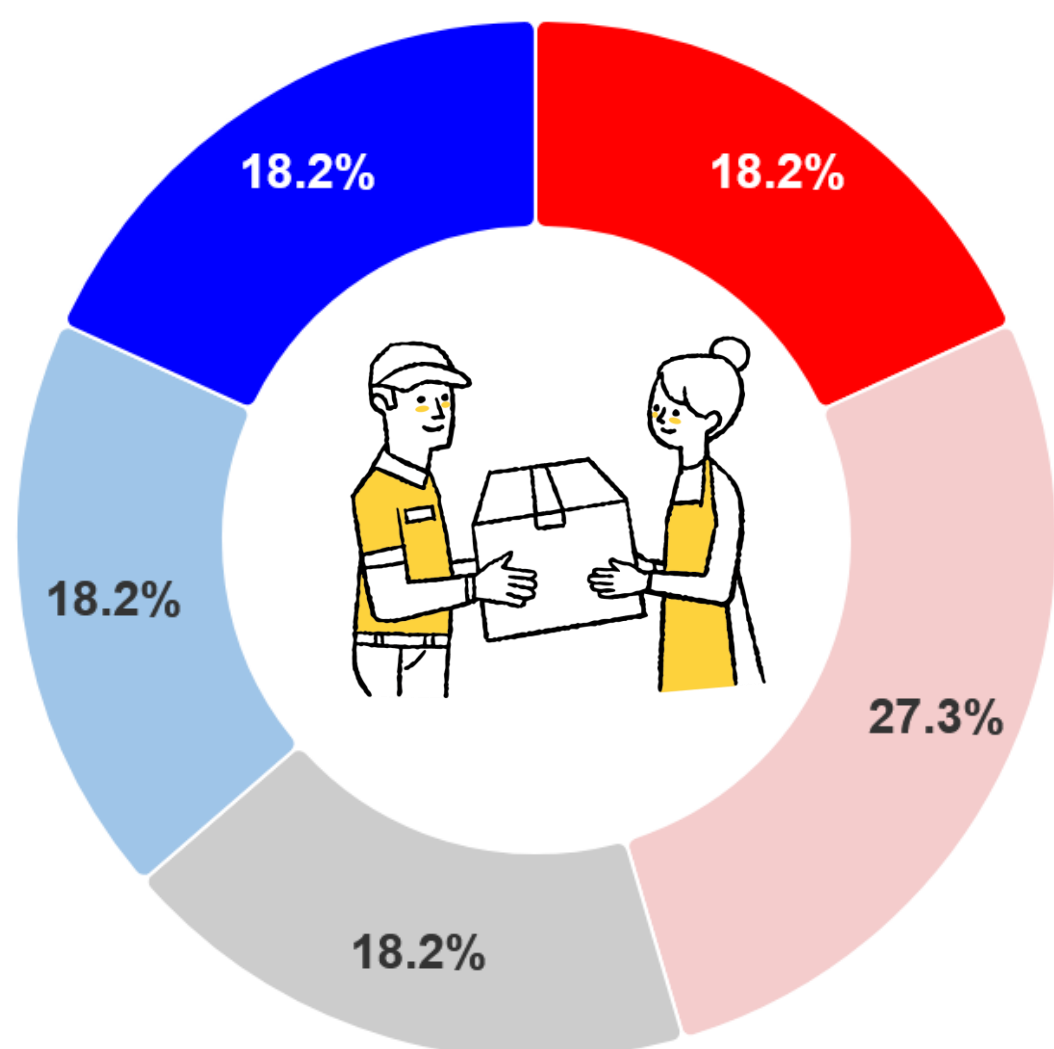


▼ 建設業

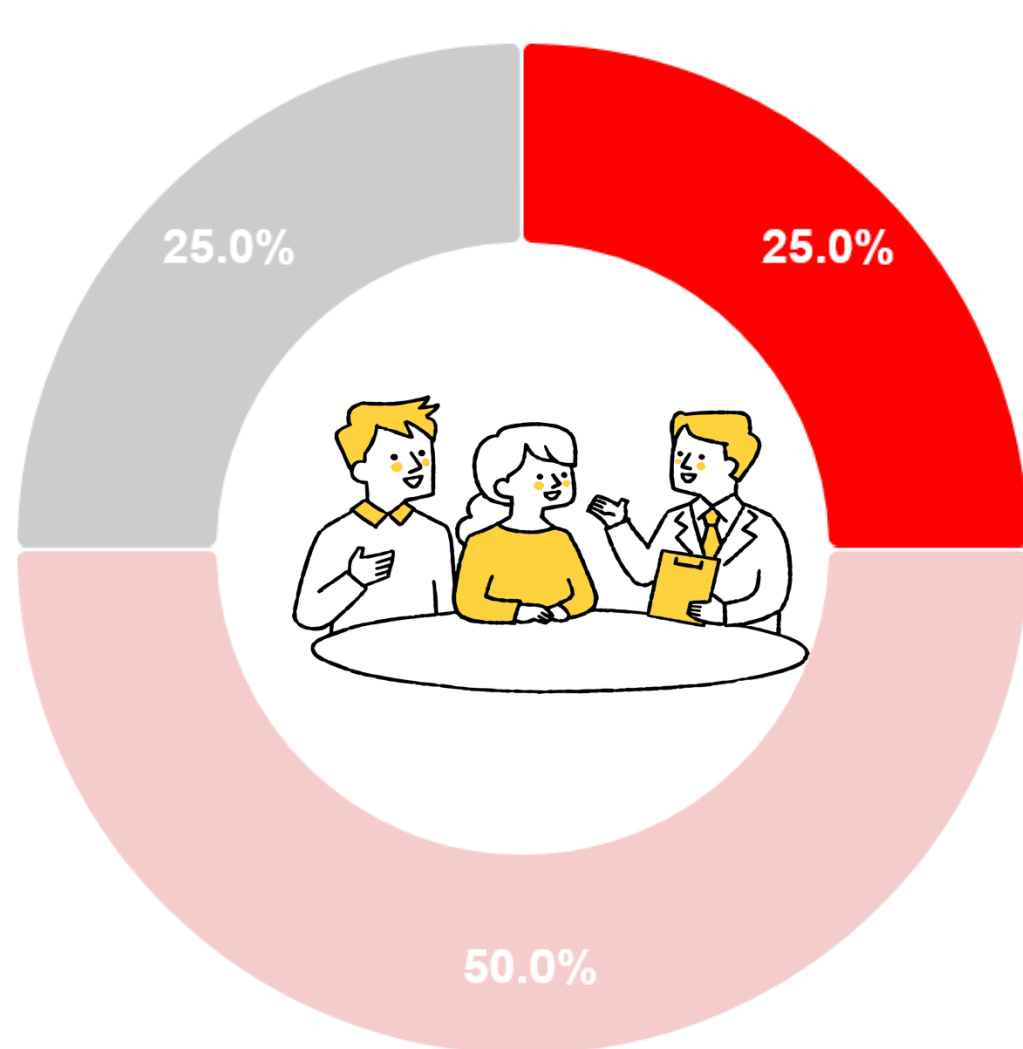


とても満足している まあまあ満足している どちらとも言えない あまり満足していない 全く満足していない

▼ 運送業

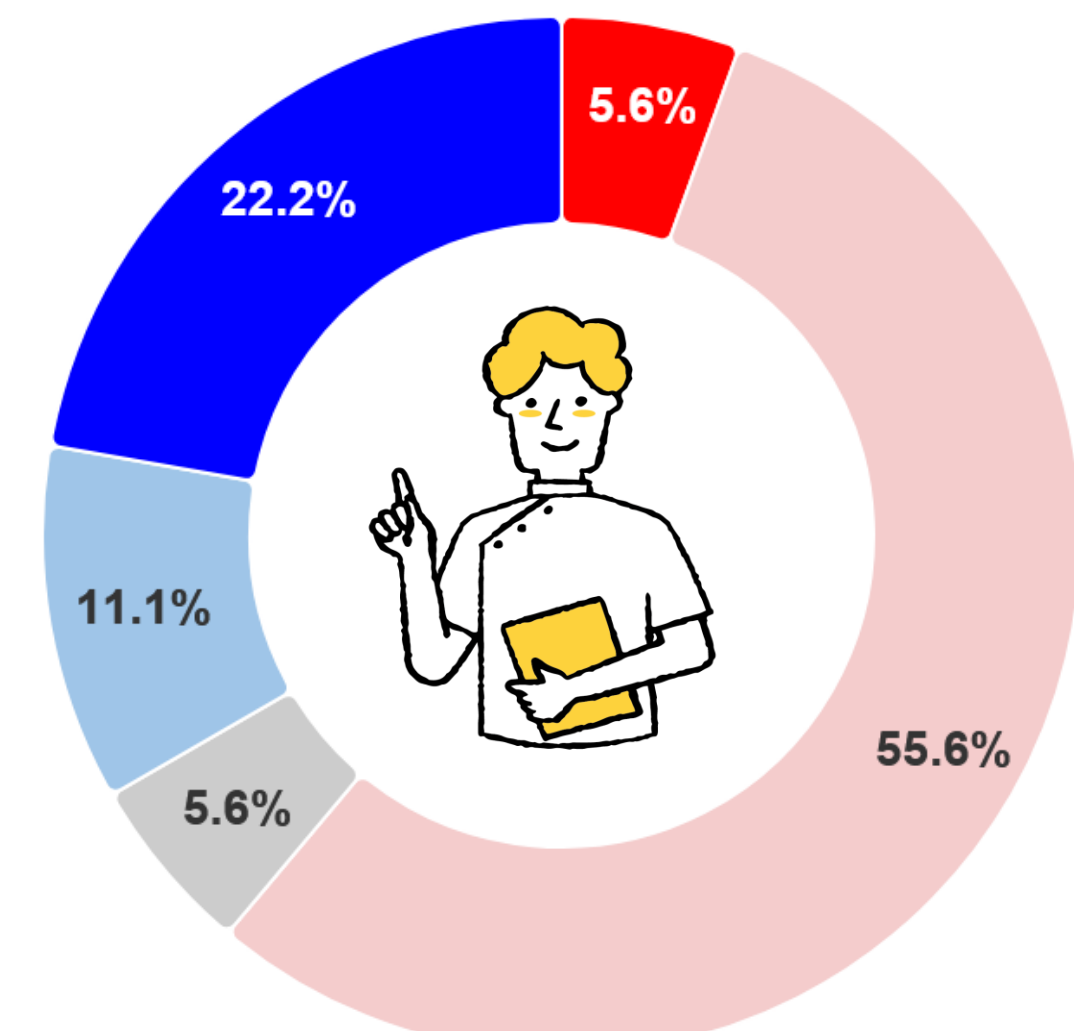
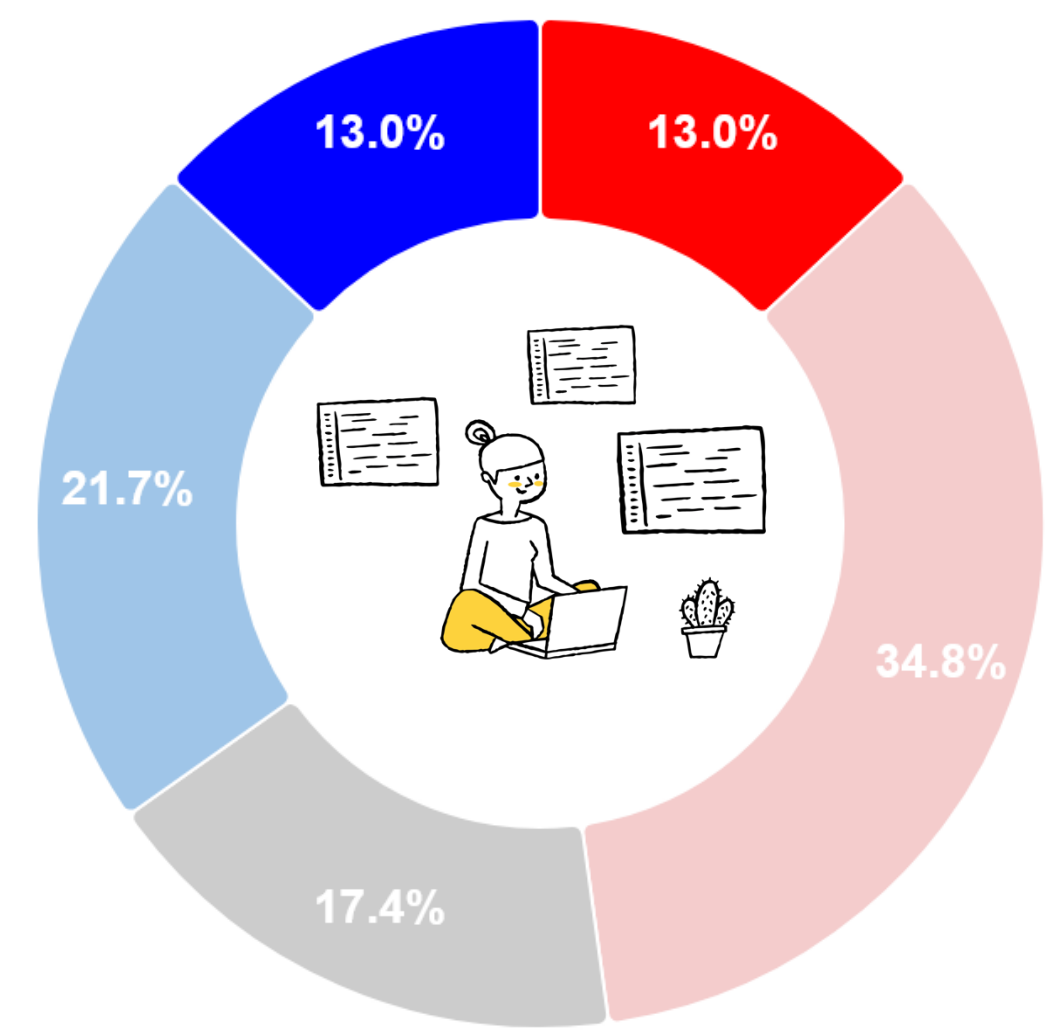


▼ 不動産業



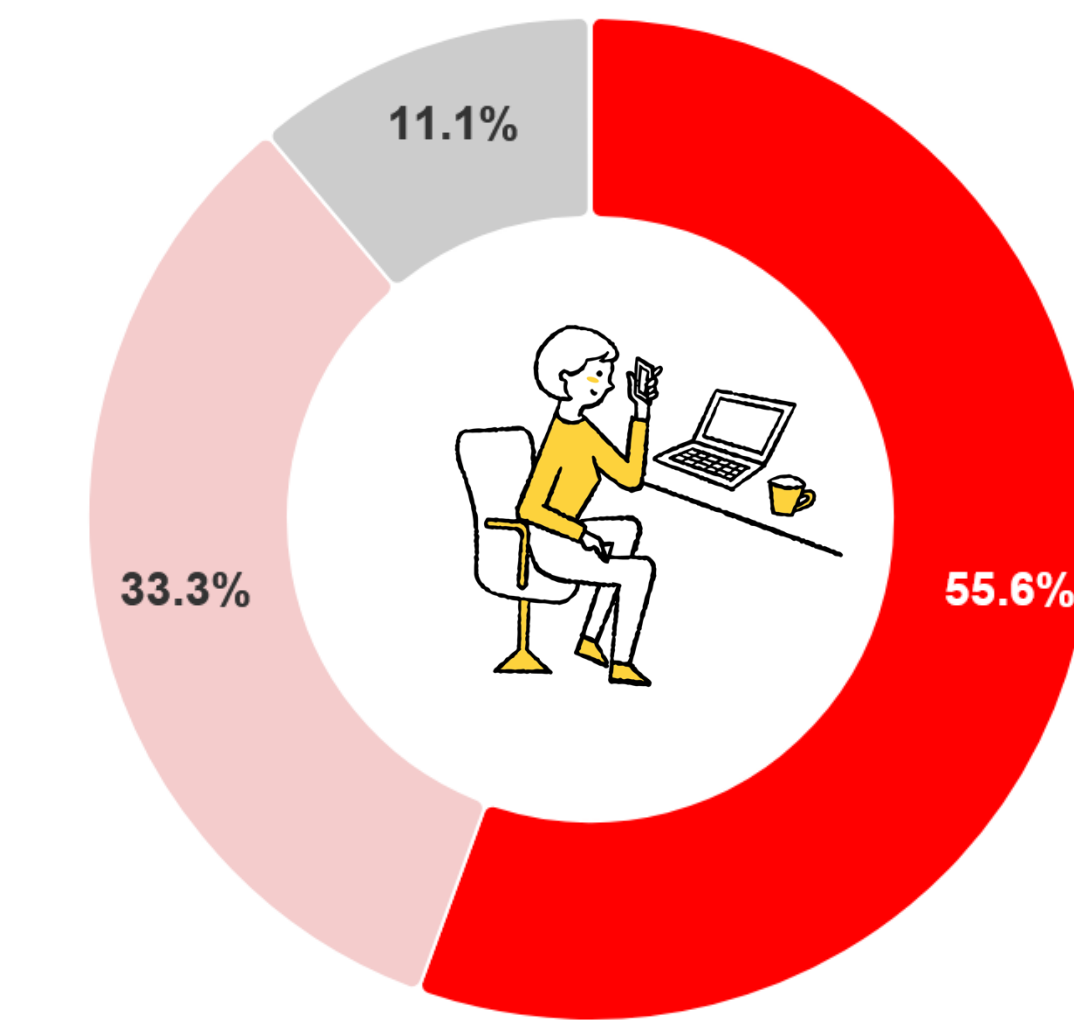
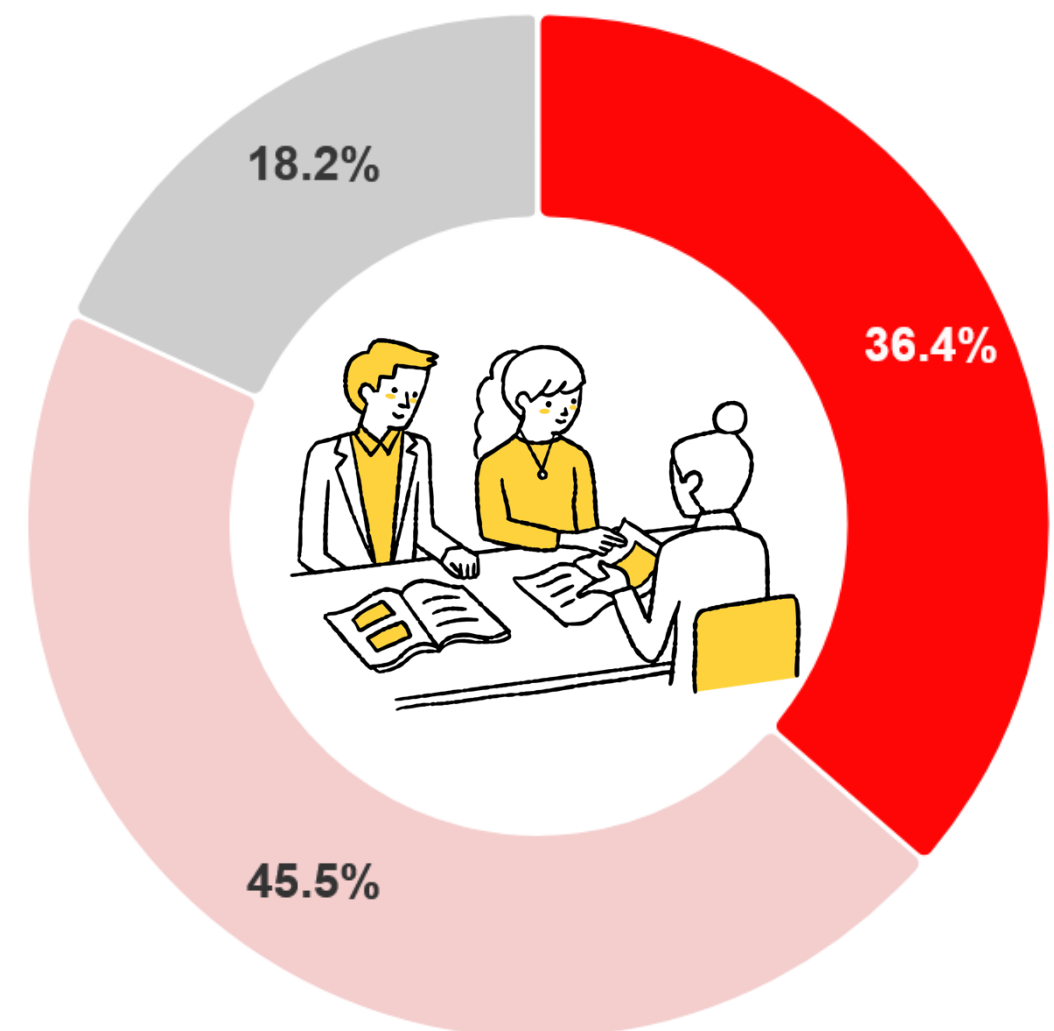
▼ WEBサービス業

▼ 医療業・福祉業

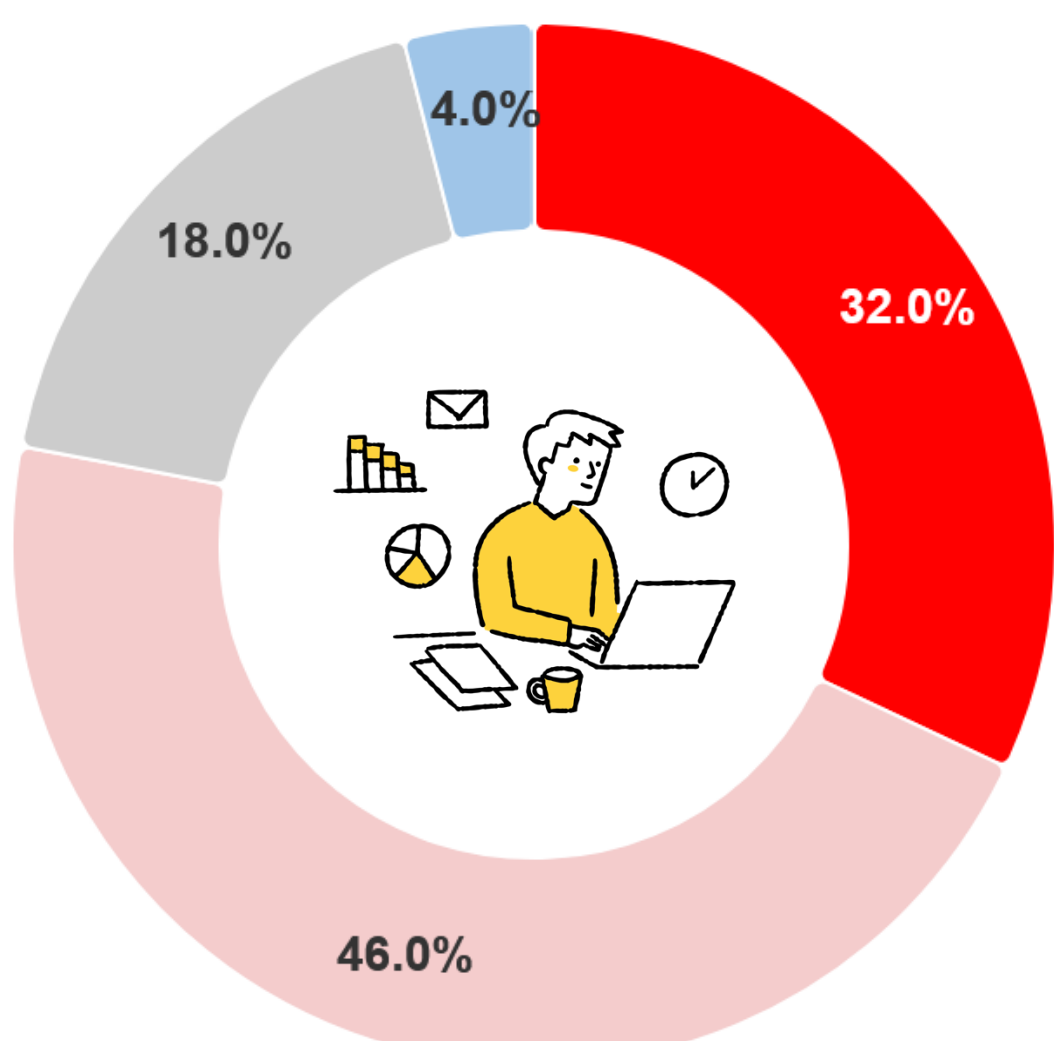


▼ 専門家(士業・FP・コンサルなど)

▼ 個人投資家



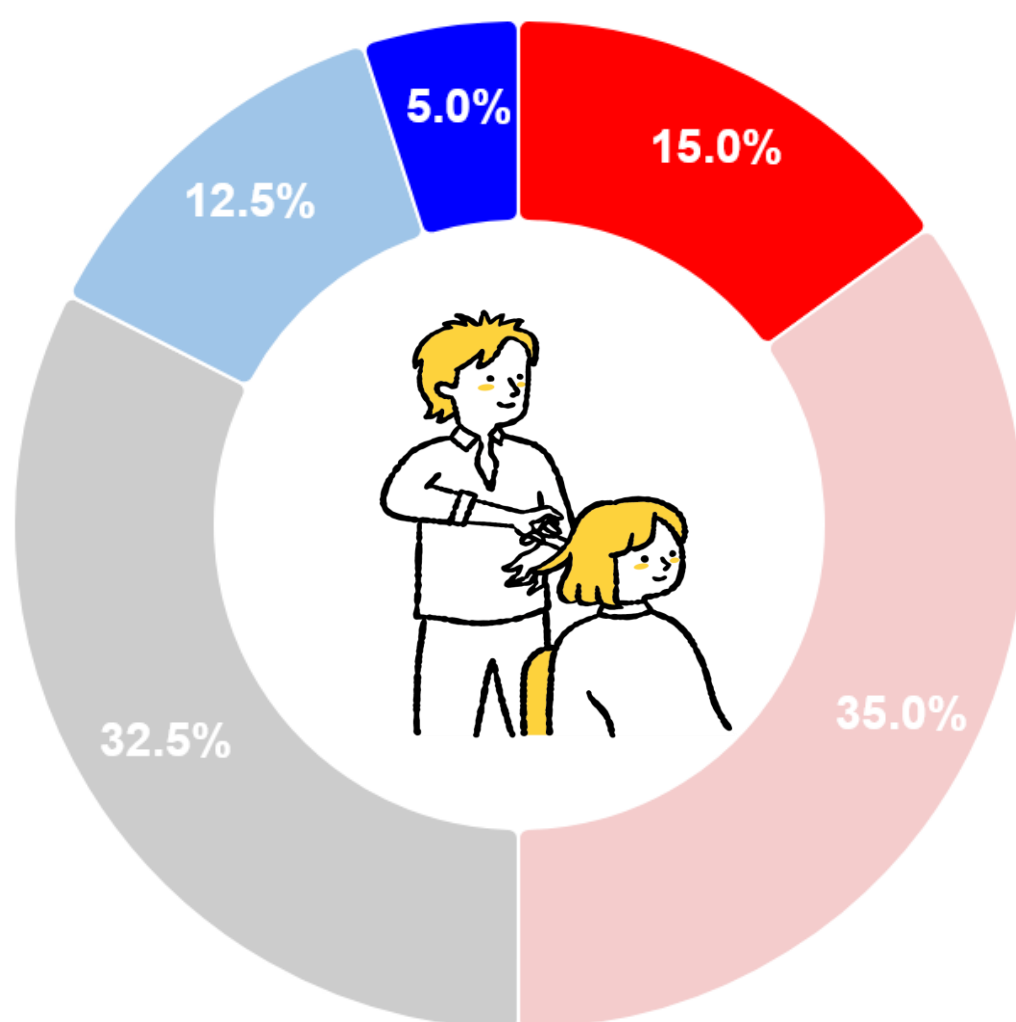
▼ その他



仕事とプライベートの時間

－あなたの業界では、仕事とプライベートの時間をうまく分けられていますか？

美容業



しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 持ち帰る仕事は基本的に雇われであればないので、プライベートに仕事に来ることはない
- 仕事量と休み色々自分の裁量で働けている
- 休みは休みでお客さんを取らなければしっかり休める
- 業務委託になってからは、自分で営業日も休みも決められる
- 自分で予約しめたり調整できるので、プライベートの時間は意外ととれる
- 自営業者でもあるので、自分で休日を決めたり出来る
- 設備のメンテナンスや銀行など定休日でないといけない業務がある
- 就業後や休日には一切仕事を入れない(講習会や会議なども含む)
- 完全予約制で行なっている為、時間の管理がしやすい
- 営業日と休みをしっかり分けて休む時には休む
- 休日や労働時間が比較的定時で終了できるように守られているから

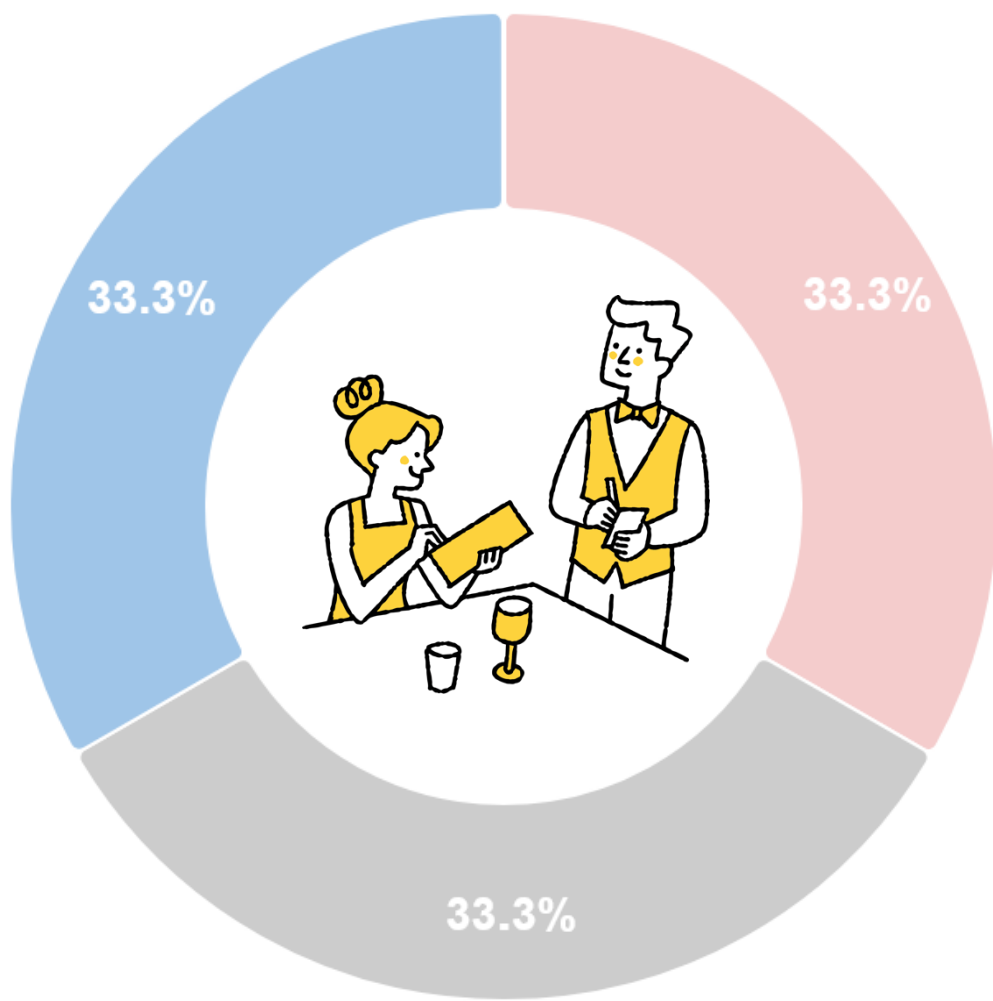
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 休みの日も講習会やモデルハントなど実務とは違う活動が多い
- 休みの日にも勉強会や講習会に行く必要がある
- 営業外の時間を使って自身のブランディングや宣伝活動を行うことが一般的ですので、仕事の延長としてプライベートな時間も使わざるを得ないことがある
- 休みの日も練習会、勉強会、撮影などでつぶれてしまう
- 予約問い合わせなど営業時間外や休日でも対応が必要な事があるためきっちり分ける事は難しい
- 技術職なために常に勉強が必要。休みの日も考えたりトレーニングしてしまう
- 経営をしているので営業とは別にやらなければならないことが多い

どちらとも言えない

- ある程度お店や仕事のことを考えて日常を送っている
- 自宅兼店舗にしてあるので、休みや営業時間外の電話などに対応する事がある
- 仕事の時間外でも予約管理やメールのやりとりが必要
- 休みを使って講習に行ったりしなければならない。業界的に仕事が好き人が多い
- 個人事業主は、自分で予定を組めるのでいいが、雇われの人は、難しい
- 仕事を趣味感覚でやっている美容師さんもいるので、楽しみながら仕事ができる
- お店や人によってだいぶん違いがある
- 勤めているお店のスタンスで働き方は大分違うので何とも言えない

飲食業



■ しっかり分けられている ■ ある程度分けられている ■ どちらとも言えない ■ あまり分けられていない ■ 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 毎回ではないのですが休日もお付き合いが多いのでプライベートな時間は取られます

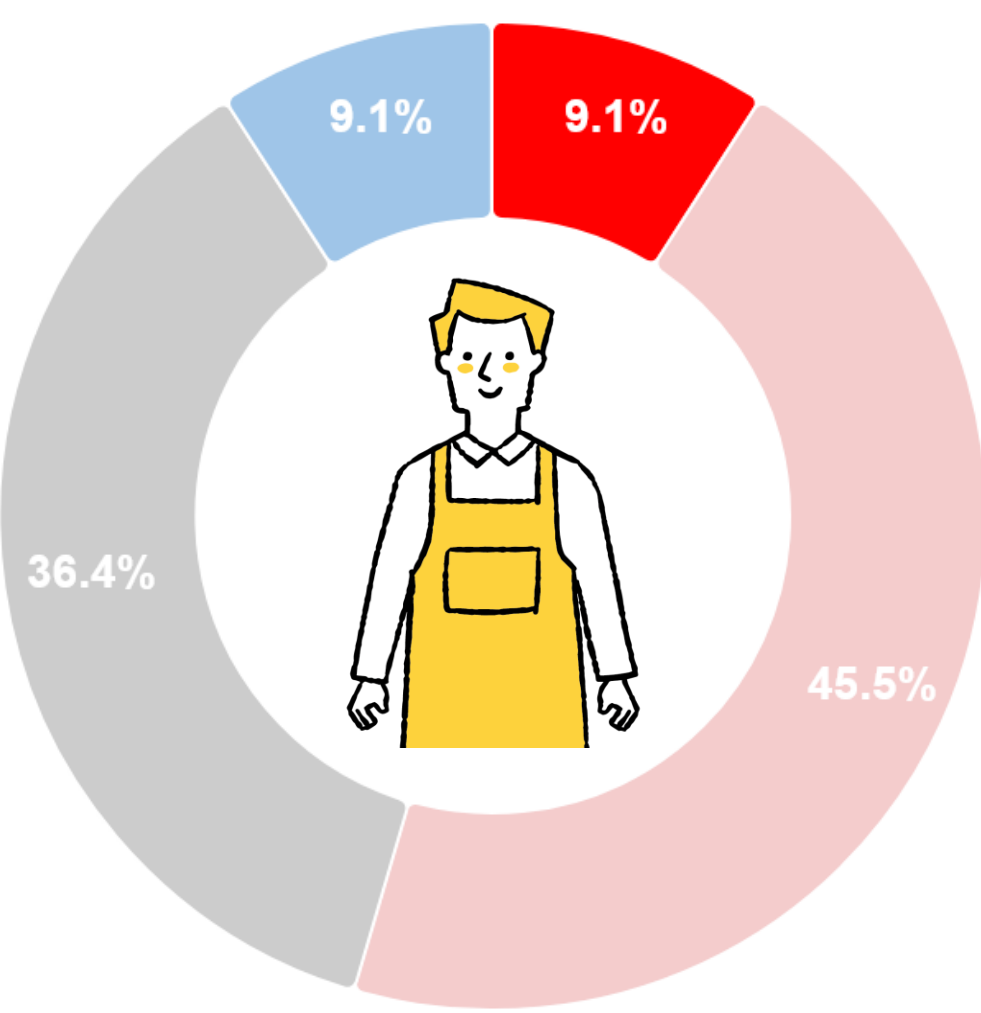
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 飲食業は営業時間が長く、繁忙期も多いため、仕事とプライベートの境界が曖昧になりやすい

どちらとも言えない

- 良きも悪いも付き合いや、勉強などがある

小売業



■ しっかり分けられている ■ ある程度分けられている ■ どちらとも言えない ■ あまり分けられていない ■ 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 自分でシフトが作れるので人がいると好きな日に休める
- 日々のタスクはそこまで多くなく、休みたい時に休める環境ではある
- 自分で自由な時間を作ることができる
- 1日の労働時間が長い分、プライベートはしっかり分けるよう工夫している
- 去年から奇数月1, 3, 5, 7, 9, 11月は真剣に働き、偶数月はほとんど働かないという体制を取っているため、1ヶ月仕事をほとんどしない代わりに趣味や旅行などやりたいことが充実できる環境にいる。海外の方相手のビジネスなので、1ヶ月休みにしても理解が得られやすい

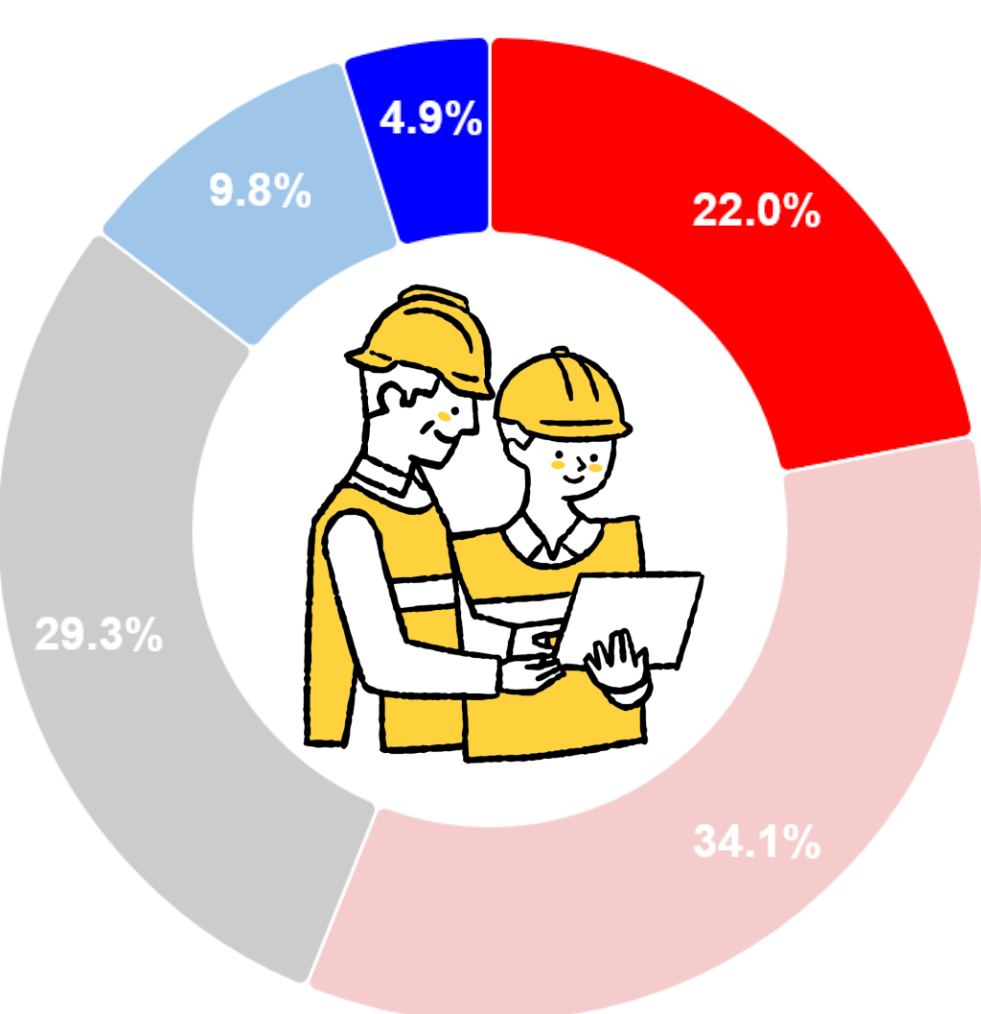
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 店舗営業なので、営業時間中はその場になくても就労中と判断され問い合わせがくる

どちらとも言えない

- 24時間営業の為、休んでいても対応しないといけない場合がある
- 個人的に労働時間と余暇の境が良く分からない
- 基本的には自分の気持ち的にも、仕事は仕事で分けているが、従業員のタイミングやお客様の要望に応じて自宅で仕事をしたりすることもある

建設業



■ しっかり分けられている ■ ある程度分けられている ■ どちらとも言えない ■ あまり分けられていない ■ 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 休みは多め。連休も平均より長い
- 人だけ入れていれば終わる仕事が多いので休みを入れたい日は人だけいれておく
- 基本17時には仕事が終わるため家に早く帰れる
- インドアなため、帰宅後に時間が取ればストレスは感じない
- 日曜日は休みなので切り替えができています
- プライベートはプライベートで仕事は考えない
- 現場が早く終われば休みをとることもできる
- 時期によっては、プライベートの時間は取れないが、じぶん次第である
- 良い点は好きな時に休みやすい事や時間の自由
- 工期が短い時はどうしても残業や休日出勤で対応する
- 夏や冬の繁忙期を除けば、比較的作業量が減るため、閑散期にはプライベート時間を取りやすい
- 個人事業主なので、ある程度時間に対して調整が出来る
- 基本的に自分の裁量で時間配分をすることが出来る
- 仕事はたいてい現場に行って作業するので、終了した時点で切り替えができる
- 現場によっては時間が決まっているので、時間内作業になる

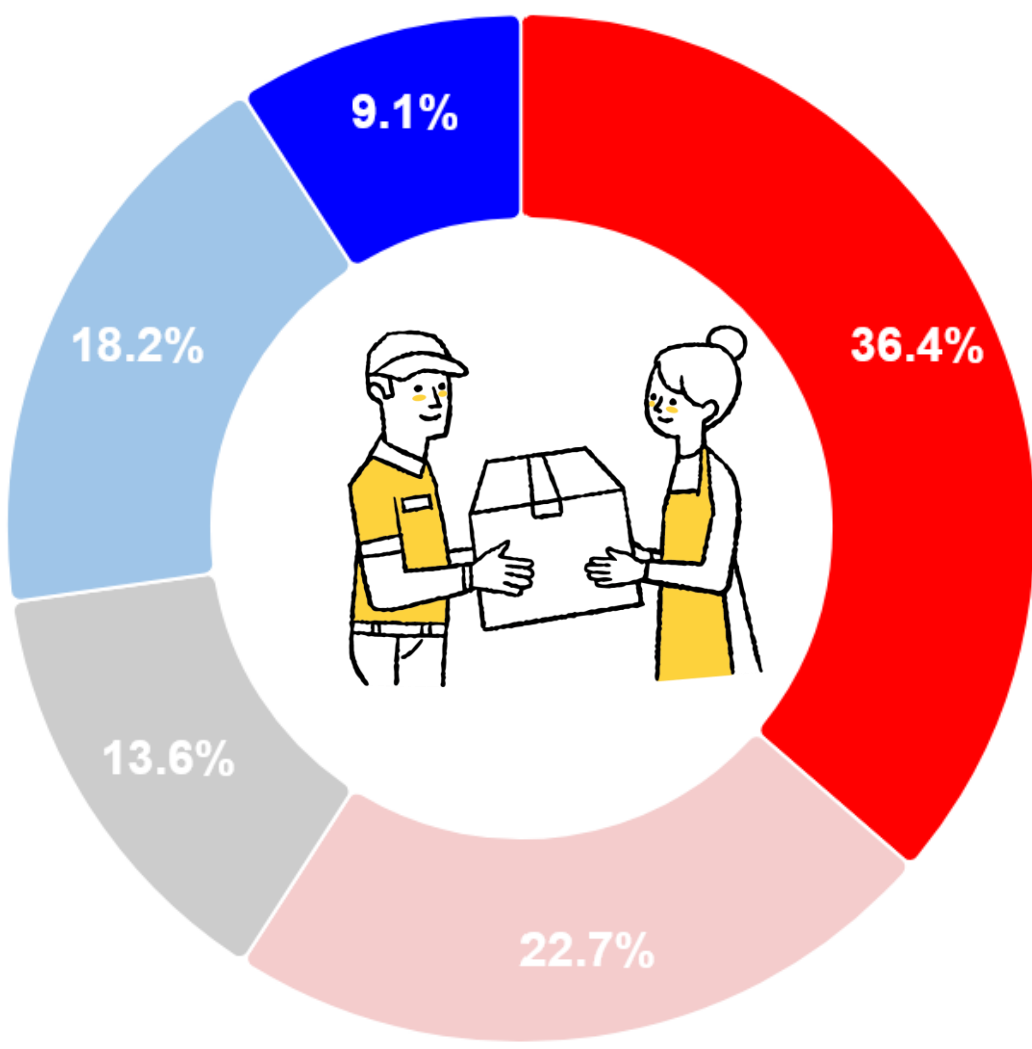
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 基本的に出張なので、休みと言っても宿泊先に滞在している
- 仕事の準備は夜間や休日にもやらないといけない事も少なくない
- 時間にゆとりはあまりないので仕事中心の生活
- 一日中早朝から夜中までやるので休みの日以外はプライベートなどはない

どちらとも言えない

- 週休2日制ではないので、基本的に休みが少ない
- 家族のイベント事などは休めるけど普段の日曜日などはあまり休めない
- プライベートの日でも仕事が入れば、仕事を優先することになる
- 仕事のスケジュールは自分で決められる事が多いけど、代わりにやる人がいないため休み無く連続で勤務することも多い
- 仕事が空く時がプライベート時間なので、基本仕事次第になる。分けてる感覚がない
- 忙しければ休みがなくなるときもあるので上手く分けてるか分からない
- 働く日は働き、休日は休日でプライベートを楽しむ
- プライベートの時間にお客様とメールや電話でやり取りすることがあり、完全に分けられない
- やはり休みでも仕事のことを考えてしまう

運送業



■ しっかり分けられている ■ ある程度分けられている ■ どちらとも言えない ■ あまり分けられていない ■ 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 仕事が終わればすぐプライベートの時間になる
- 良い点は、仕事当日に業務が完了するため、次の日に業務を持ち越すことが無い
- その日の配送が早く終われば終業で帰宅する事ができる
- 委託元企業に合わせての休日で休日出勤も全くない
- 物量など仕事の忙しさは当日にならないと分からないため前日に何も考えない
- 週末は完全に休みだからゆっくりやすめる
- 好きに休日、働く時間を決めれる
- 好きな時間を選べるのでプライベートの時間は確保しやすい
- 週一回ですが一応休みがあるのでその日は全くのプライベート
- 休みが週1日なので、その日は寝たり好きなことしたりしてリフレッシュしていますが、仕事の日でも休憩時間は自由なので、リフレッシュする時間は多少はあるのでそこまで明確に分けてるという意識はない

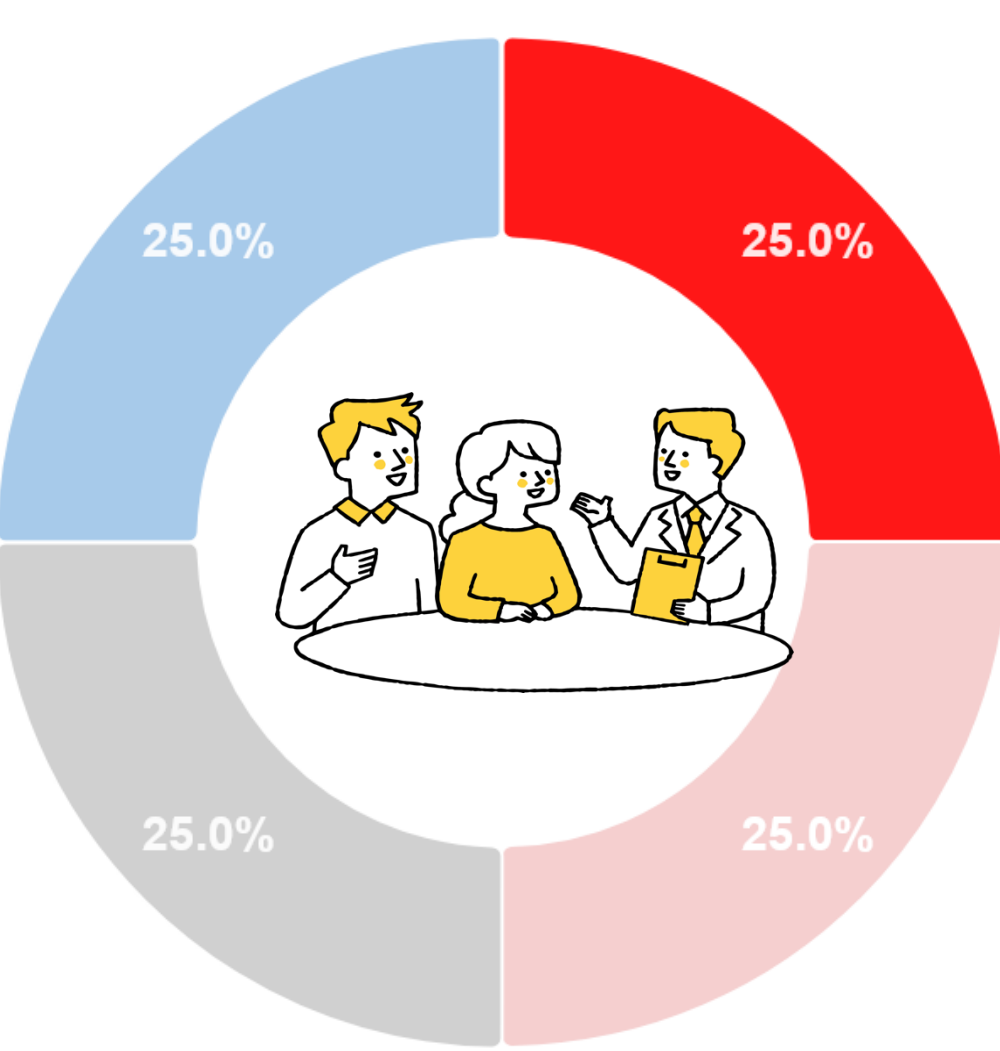
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 長時間になるので仕事が終わると体を休めることしか出来ない
- 1日の労働時間も長くまた休みも少ない
- 納品完了後に温泉に入ってゆっくりしたりするのでプライベート時間とのオンオフは曖昧
- 今は収入を得る事が目的で、プライベートは考えていない

どちらとも言えない

- 宅配業界の個人事業主ですが、荷物の数量がある程度ないと売上にならないので、どうしても長時間労働になる
- トラックでの待ち時間など、運転席にいればいいだけなので、ゲームしたり、友人としゃべったり、別の仕事したり自由にできる
- 仕事優先ではあるが家庭の時間も作ってはいるのでどちらでもない

不動産業



■ しっかり分けられている ■ ある程度分けられている ■ どちらとも言えない ■ あまり分けられていない ■ 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 基本的に仕事とプライベートがしっかり分けられているが、緊急対応が発生する可能性がある
- 自分自身の業務時間が短いため、プライベートの時間を十分取れている

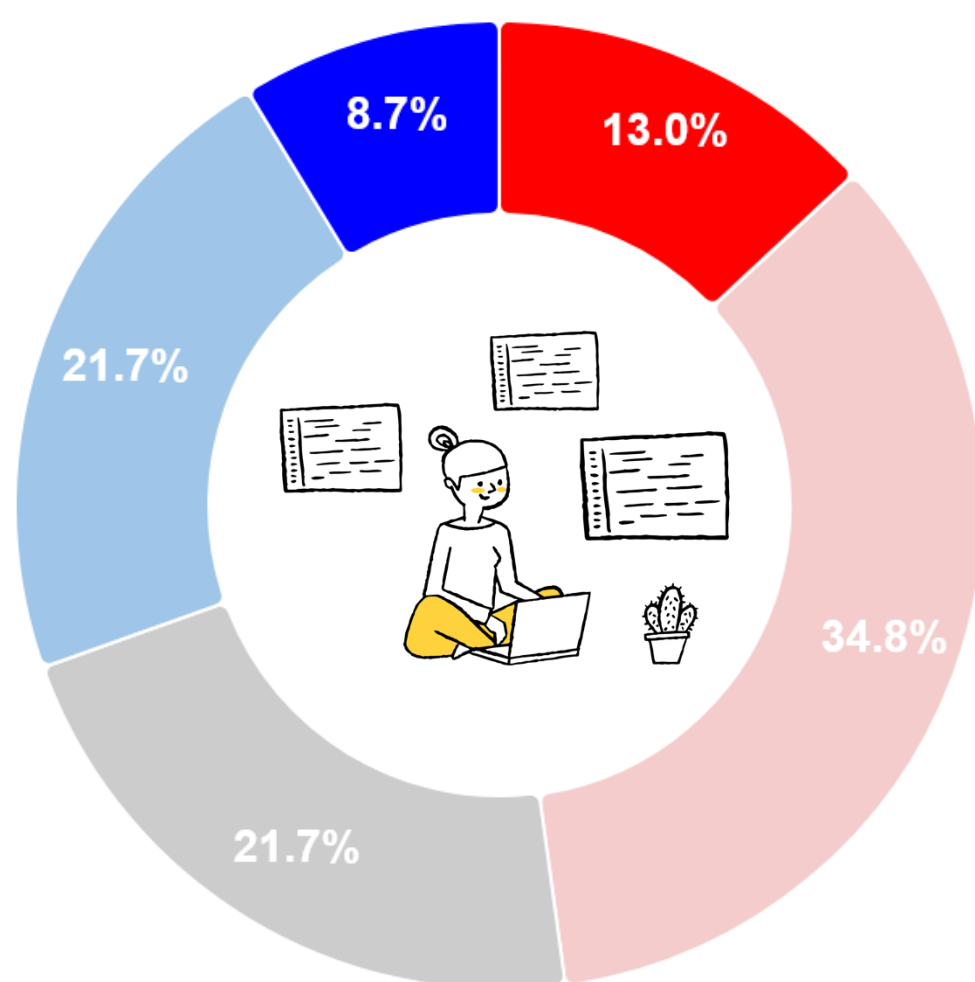
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 休日に連絡がきたり、家にいる時間に仕事をしている

どちらとも言えない

- 仕事とプライバシーの明確な違いが見えにくい

WEBサービス業



しっかり分けられている ある程度分けられている どちらとも言えない あまり分けられていない 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 1日8時間を超えて働かないようにしている
- 自分で業務ペースを調整しやすいので、プライベートとメリハリはつけやすい
- 在宅勤務やフレックス導入が進み、裁量がある反面、常時連絡対応や境界が曖昧になりがち
- リモートワークがやりやすい業界なので、通勤時間がかからないのと、プライベートな用事に対してある程度融通がきく
- 自分の日常の中にライティングのネタがあったりする。アイデアが消える前に突然ライティングを始めてしまったりするので完全に分けられてはいない
- 比較的タスクが明確なので、時間管理がしやすい。しかし、頻繁にはないですが、クライアントからトラブル対応などの相談があった場合、すぐに対応しないといけない
- 障害発生時やリリース時期になるとどうしても休日出勤が必要になる
- 予定のある日は早めに退勤して、別日に補うなどしている
- システムトラブルなどで夜間・休日など緊急連絡がある場合がある

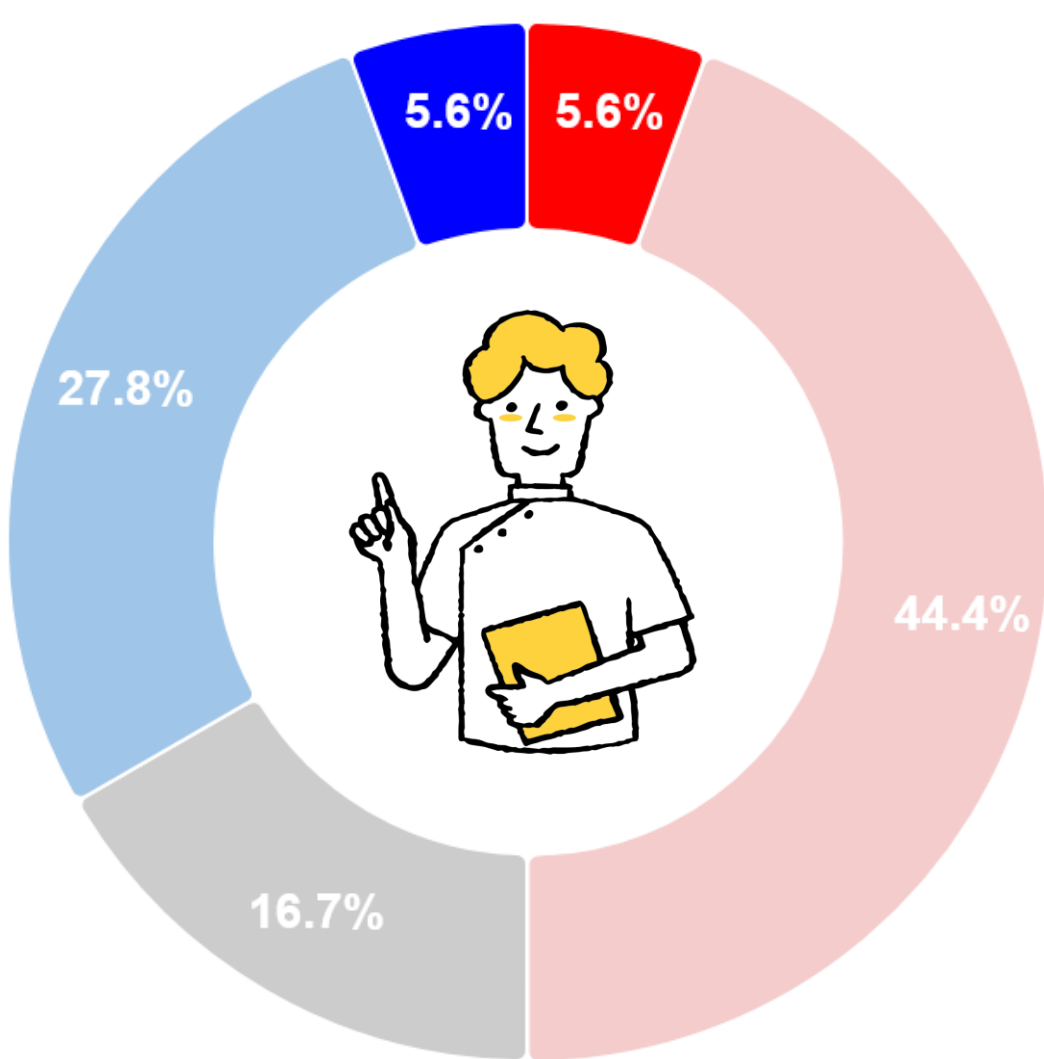
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 基本、家なので良くも悪くも区切りがつけづらい
- 休みの日も管理をする必要な場面もあるため
- スマホを持たされたり、何かシステムに問題があった場合に連絡が来ることが多い
- 作業の進捗によって変わってきたり、ソースコードを書くときの調子が良さで大きく変わってくる
- パソコンの前にいるので、不明なことはすぐに調べがち
- 報告物が多すぎて休みの3時間は事務作業

どちらとも言えない

- 在宅勤務であるため、常にメールなどの連絡に対応しなければならない
- 業務委託で働いているため自分で時間の采配が困難
- システム開発業界では、プライベートと仕事の時間を明確に分けにくい傾向がある
- 勤務時間が不規則になりがち
- 障害対応や仕様変更が発生すると、休日や深夜でも対応を求められることがある
- パソコンとネット環境があればいつでもできる仕事なので、プライベートと別れにくい

医療業・福祉業



しっかり分けられている ある程度分けられている どちらとも言えない あまり分けられていない 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 残業としてやるべきことは少なく、自宅に持ち込むような業務もない
- 週2日ほど、昼で終わる時があり、日祝も休みがある
- どうしても緊急の連絡が休日にはいつてしまう
- 休みの日に連絡が来る事があったり、調べ物をしたりする事がある
- 日、祝日を休日とすることが普通で、特にとがめられることはない
- 学会活動に休日を奪われる
- 特に休日にまで仕事の事を持ち込む事はない
- 他の方はわからないが月で労働時間のみ決まっておリフレックス制のため

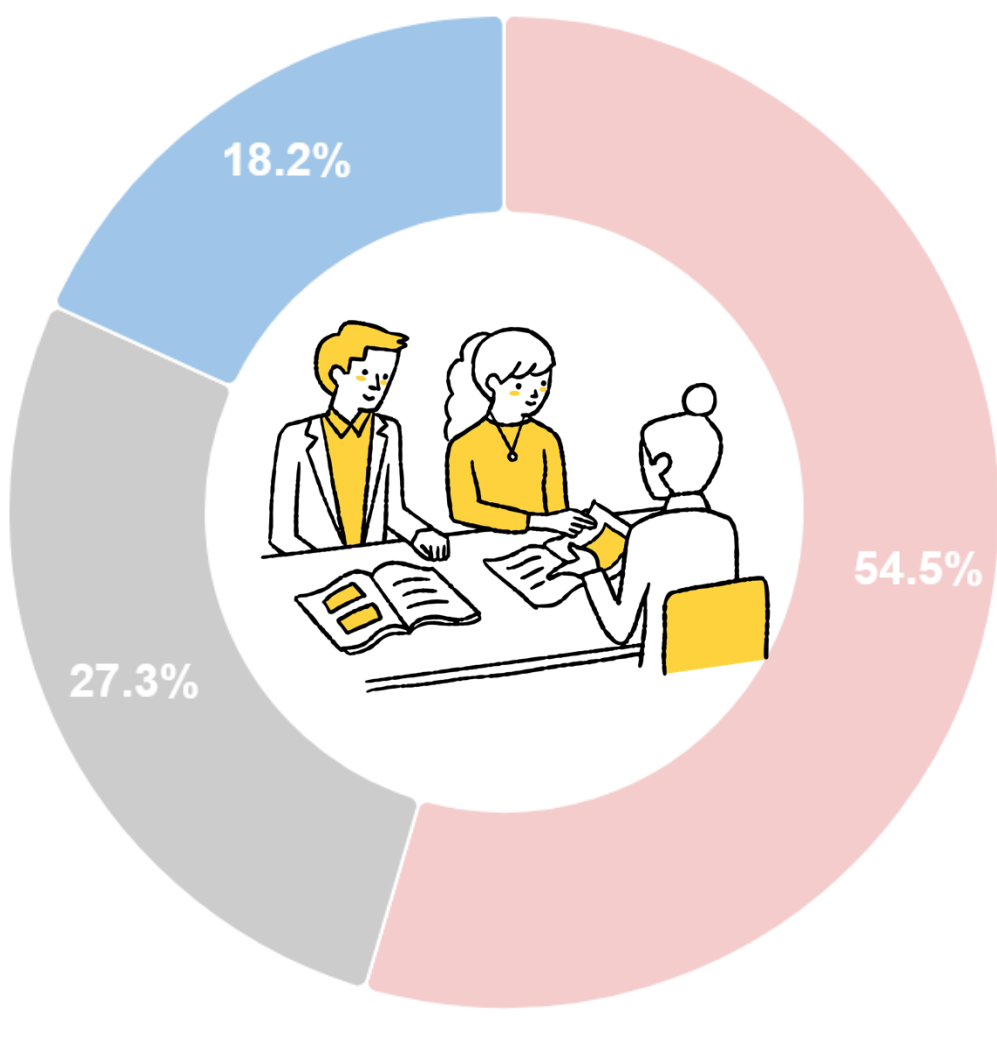
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 日曜日や祝日、年末年始など関係なく仕事をしている
- 週に3日休みたいがうまく休めてはいない
- 個人的に繋がりが有る患者さんが沢山居る事により収入を増やして居る反面、休みの日だろうが時間外であろうが、治療の相談やアポイント調整をせざる得ない
- 営業時間外や休日などの私的な時でも電話やメール、SNSを使って顧客からの問い合わせの対応をしたりすることがある
- 日給と時給なので休めば給料に直接響くため、休まずに働き続けるしか無い
- 仕事から帰ってもずっと事務作業をしている

どちらとも言えない

- 休みの日でも予約が入ると患者さんの対応をしている
- きっちり分けることが難しい場面もある。自宅まで持ち帰らなければいけない時もある
- 開業してない時は、休めていたが、開業してからは休みの日も何かやったり考えたりしてしまう

専門家(士業・FP・コンサルなど)



■ しっかり分けられている ■ ある程度分けられている ■ どちらとも言えない ■ あまり分けられていない ■ 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- プライベートから仕事になったり仕事からプライベートの付き合いになったりする
- スケジュールは自分達で決めるのでプライベート時間も取る事は可能
- 基本的には仕事とプライベートを分けているが、休暇中の会議や緊急で夜間会議もある
- 顧客に応じたスケジュールとなるため、柔軟な対応が必要になる
- プライベートでも仕事を受けるアンテナを常に張り巡らせてる
- 自分で休みたい時は依頼をいれなければいい

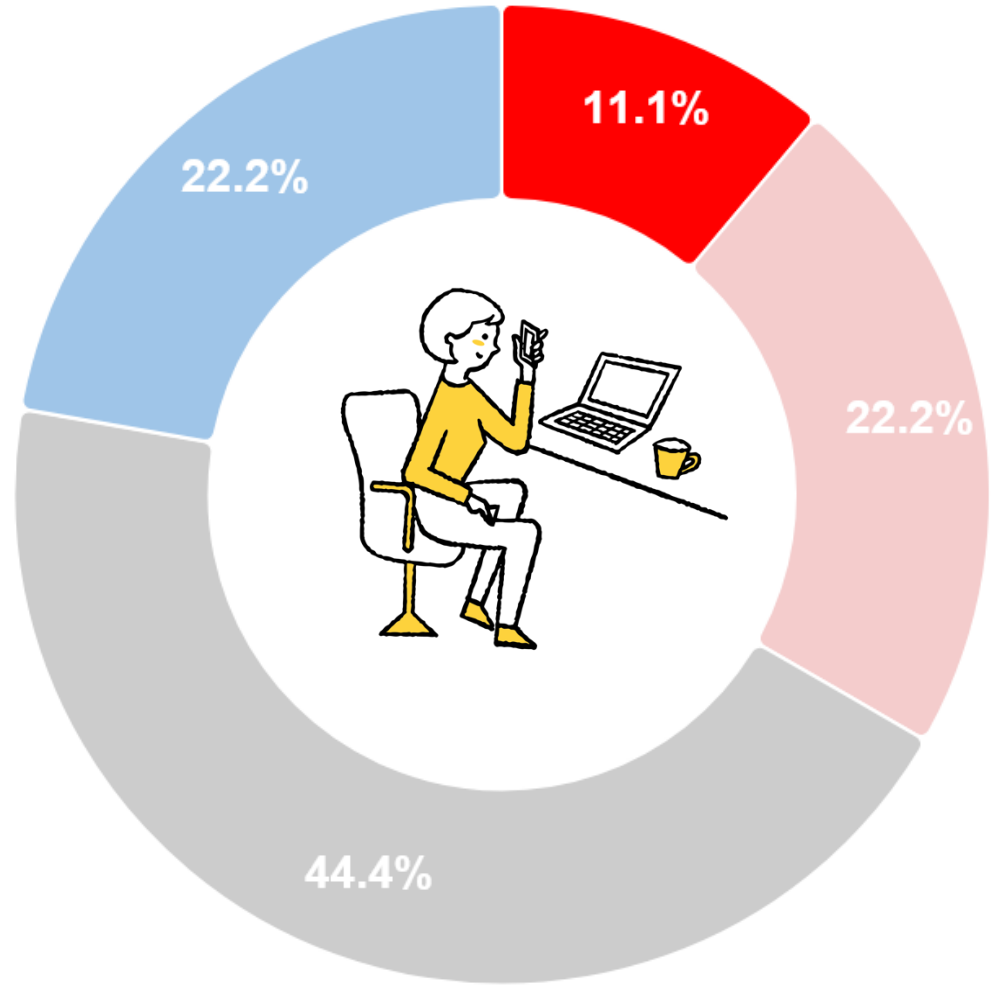
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 土・日・祝日を休業とはしているものの、電話やメールが来れば対応せざるを得ません
- 旅行に行くときでさえ業務用モバイルPCを持参している
- 連絡はいつでも入ってくるためプライベートの時間でも返信や検討が必要

どちらとも言えない

- オンオフを明確になされない
- どこからが、プライベートで、どこからが仕事なのか、あまり意識はしていない
- なるべく短時間で必要最低限の仕事をこなし、あまった時間を将来の投資として、AI技術の習得などに時間を割くようにしている。常に新しい技術に目を光らせていないと置いてきぼりとなる業界のため、業務だけをこなせばよいというものではないところが特徴
- 仕事が好きでプライベートとのオンオフがあまり出来ていない

個人投資家



■ しっかり分けられている ■ ある程度分けられている ■ どちらとも言えない ■ あまり分けられていない ■ 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 自分で自由に時間を作る事が出来る仕事
- 仕事の時間帯が、やり方によって選べるためプライベートと分けやすい
- 基本長期投資はする事が無いためプライベートの時間は取れはが利確などする場合は優先しなければならない

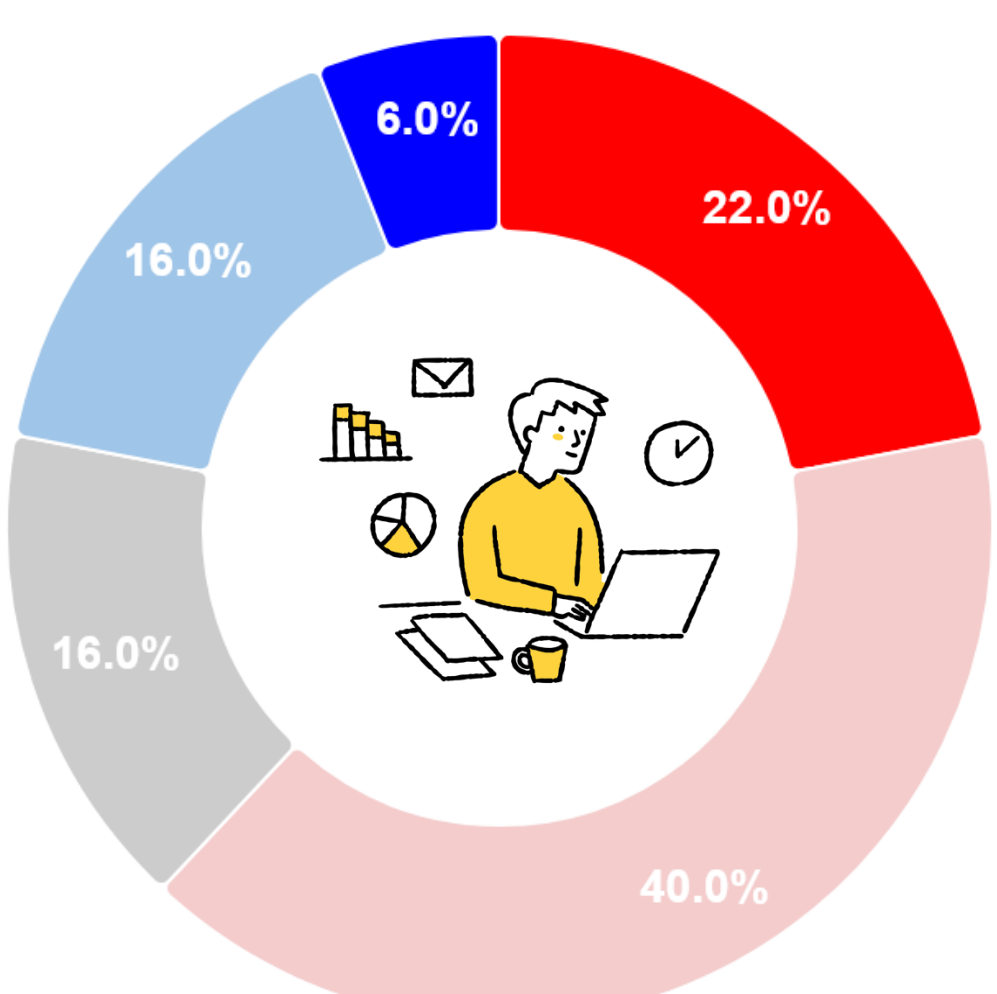
あまり分けられていない&全く分けられていない

- 趣味でトレードが好きなので、仕事なのかプライベートなのかははっきりしない
- 市場で何か大きい動きがあった場合、すぐに売買をする必要があったりする

どちらとも言えない

- 個人投資家としては、常に相場の事を考えているので、境界がむずかしい
- 暗号資産業界は24時間365日取引が可能なので何かしら動きがありそうなイベント時は常に情報を取らないといけない
- ついついつつも携帯などと睨めっこしている
- そのつどいい情報があれば仕事モードにきりかわるため

その他



■ しっかり分けられている ■ ある程度分けられている ■ どちらとも言えない ■ あまり分けられていない ■ 全く分けられていない

しっかり分けられている&ある程度分けられている

- 労働力不足であり、ブラックが常態化すると人が離れる傾向があるため昨今では業務時間の見直しが行われていて、自分の時間を取りやすい
- SNSの普及によりプライベートも仕事を意識した行動になっている
- 個人的に公私の使い分けを重要視しているため、オンオフをしっかり決めるようにしている
- 自分次第のところがあるので、やればやっただけのところがある
- 週末はなるべく仕事入れない、平日も夕方一度終わりにする
- 生徒のことを考えると、どうしてもプライベートの時間を削ってしまうこともある
- 基本的に日曜日は休みにすると決めており、家族との時間を取るようになっている
- フルリモートということもあり、自分で管理しやすい
- 残業しなければ、平日のほぼ決まった時間の労働となる
- 顧客が友人だったりお付き合いがなくなるとどんどんプライベートと一緒になったりする
- 保険業の代理店は自分自身で予定立ててできる
- 基本的に仕事を家に持ち帰ることもあまりないので分かれている
- 居住者は、24時間生活しているので突然の水漏れ等が起きればいつでも対応しなければならない

- 完全在宅ワークのため、仕事の時間帯やペースを自分で決められる
- アポイントで自由にスケジュールが決める
- 余程の事が無い限りはその日に対応する事はないので、仕事とプライベートは分けられている
- 自分としては、週の労働時間20時間以内の制限のため、その範囲内での稼働ができる
- オンとオフの切り替えをしっかりとしないとパフォーマンスが悪くなってしまう
- 仕事ができる時間がある程度限られているので、時間外の仕事があまりない
- 仕事が振られてくるが自分で時間を調整している
- 仕事を持ち帰る事はほぼなく、また就業日以外は作業的なものがない
- 稼働時間を約束しているため、予定に合わせて変動させたりできている

あまり分けられていない&全く分けられていない

- 個人事業主で、比較的スケジュール管理の自由は調整できるが、その分のプライベートまでの影響は大きい
- 管理などの面で作業がきたものをすぐ確認しないと後ろの工程が止まるため
- 緊急対応がある
- 週に1度しか休みが無く長時間労働のためほとんどプライベートはない
- お客さまとラインなどでの繋がりや、SNSなどの利用によりプライベートの時間の中でも仕事をする時が多々ある
- プライベートの延長に仕事があることも多い
- 仕事量の調整が難しいので多めの仕事量に合わせて行動しなければならない
- 商談は平日、土日、祝日にありますし、顧客からの連絡も同様のため
- 土日関係なく仕事しているのでプライベートがない

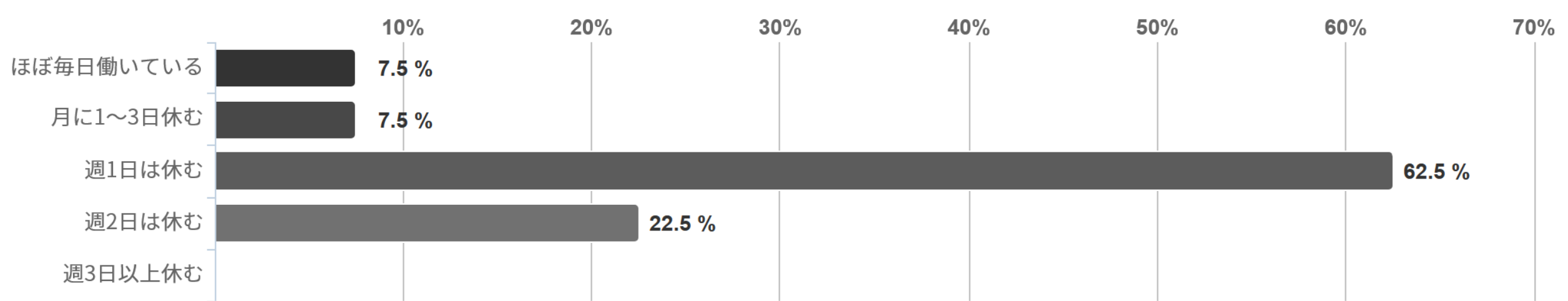
どちらも言えない

- 在宅ワークは、仕事とプライベートの境界線が曖昧になりがちで、自宅で仕事をする場合、仕事モードとプライベートモードを切り替えるのが難しい
- ライフスタイルに合わせて仕事の時間を調整でき、柔軟な働き方が可能なので、自己管理能力次第
- 勤務形態がテレワークなどの場合、つい遅くまで作業してしまうことがある
- 仕事優先でなかなかプライベートを大切にしにくい
- IT業界は仕事とプライベートの境界が曖昧になりやすい
- 休日にも契約者から事故の電話がある
- 休みの日があまりない。休みの日もしごとしている
- 完全リモートでの作業のため、家でいつでも仕事できてしまう環境にある
- 土日出勤が多いので個人事業主の場合、プライベート時間に仕事が入る

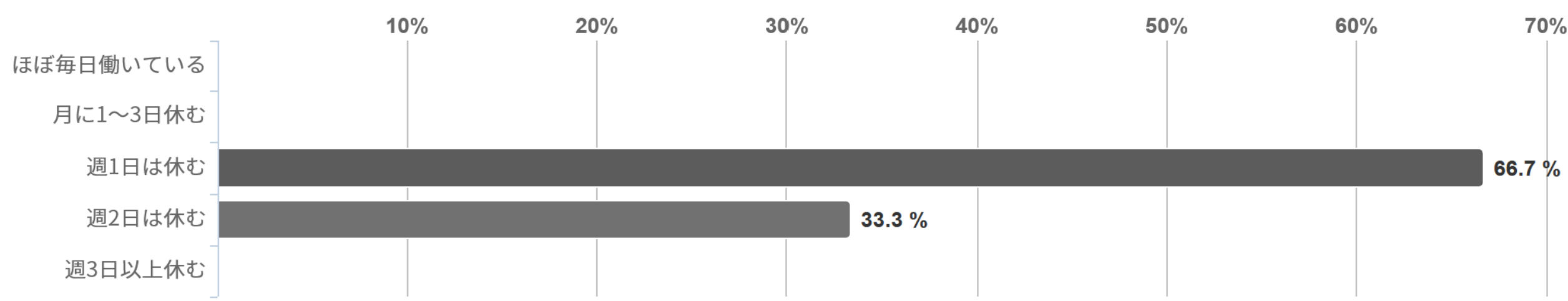
仕事を休む日数

ーあなたの業界は、仕事を休む日は平均してどのくらいありますか？

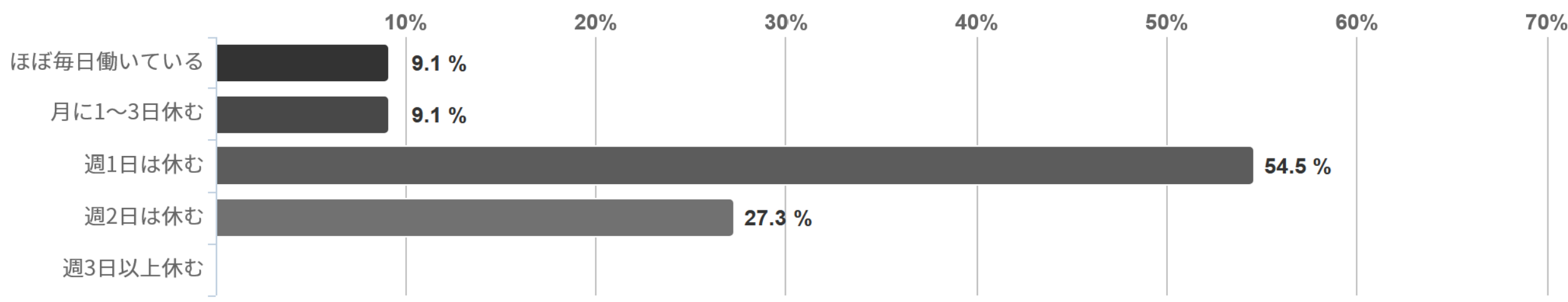
美容業



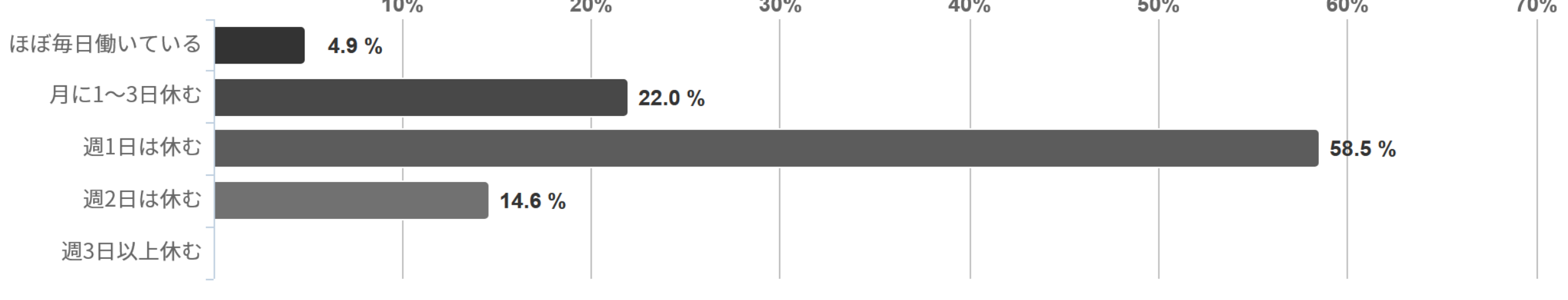
飲食業



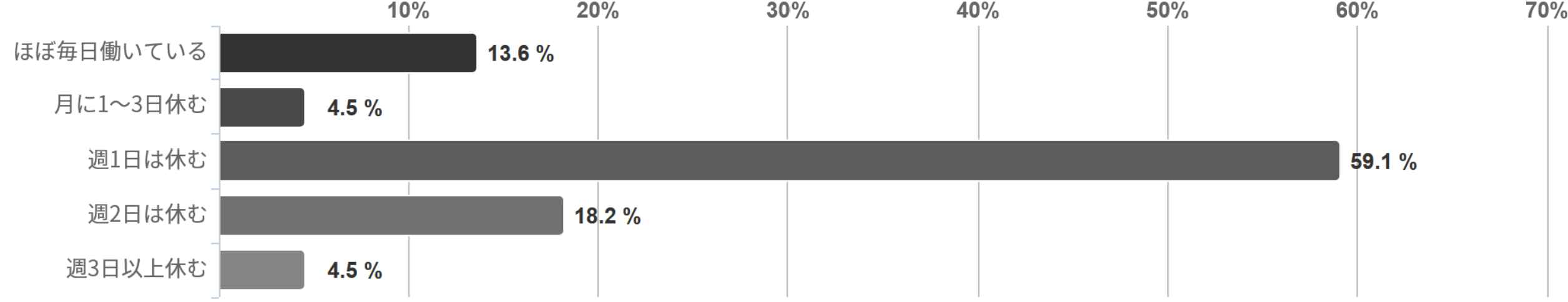
小売業



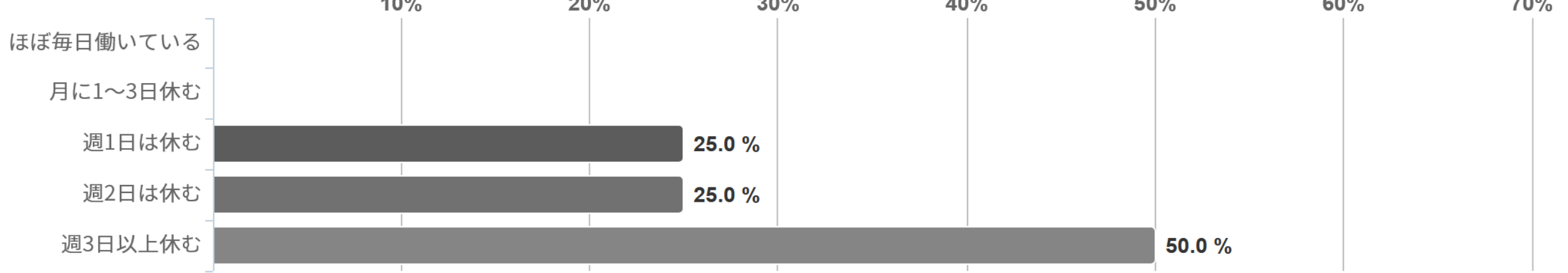
建設業



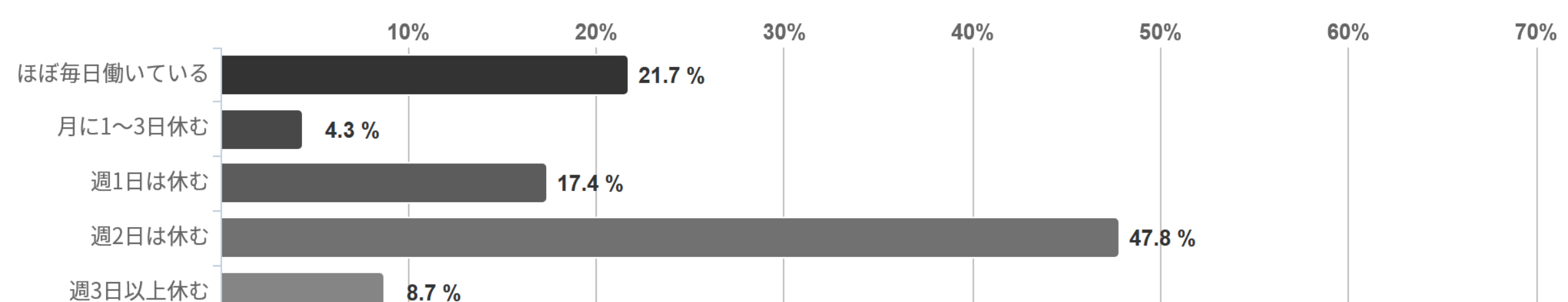
運送業



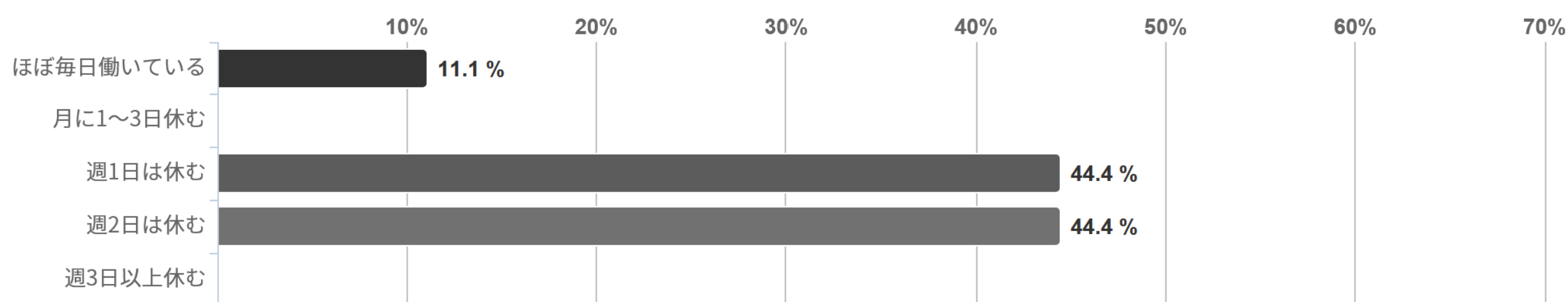
不動産業



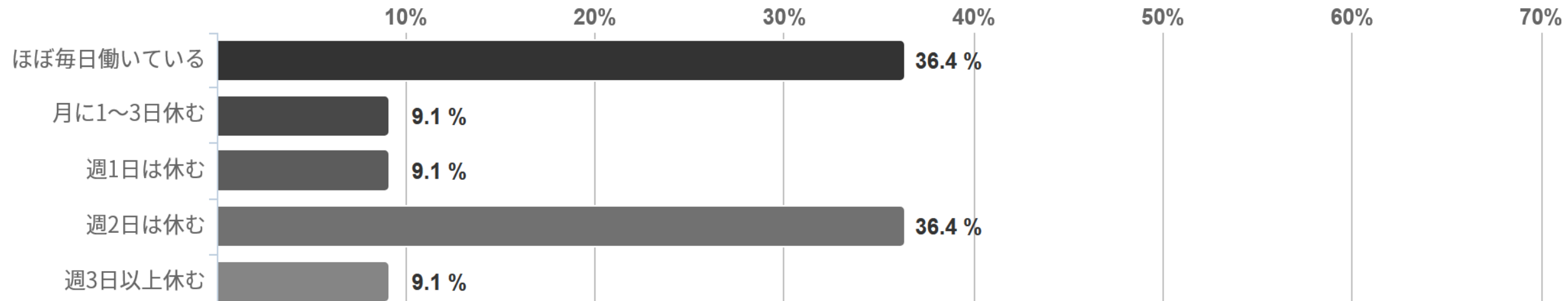
WEBサービス業



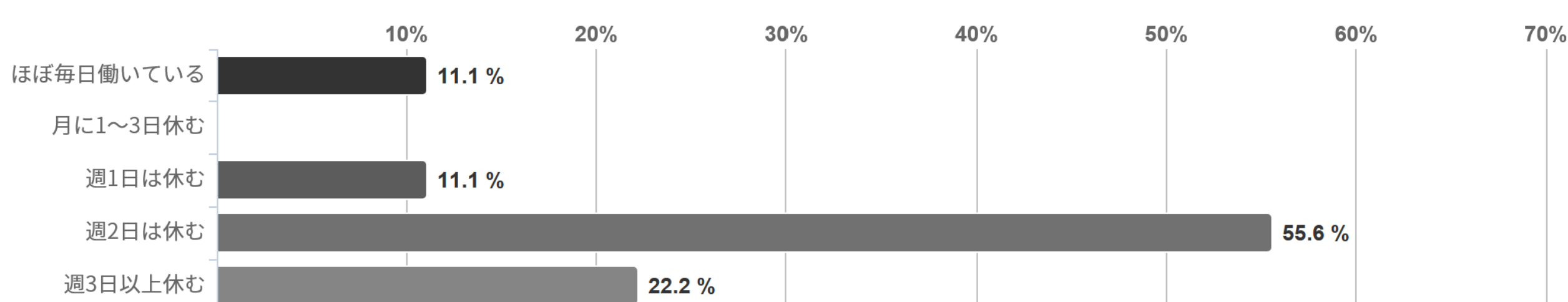
医療業・福祉業



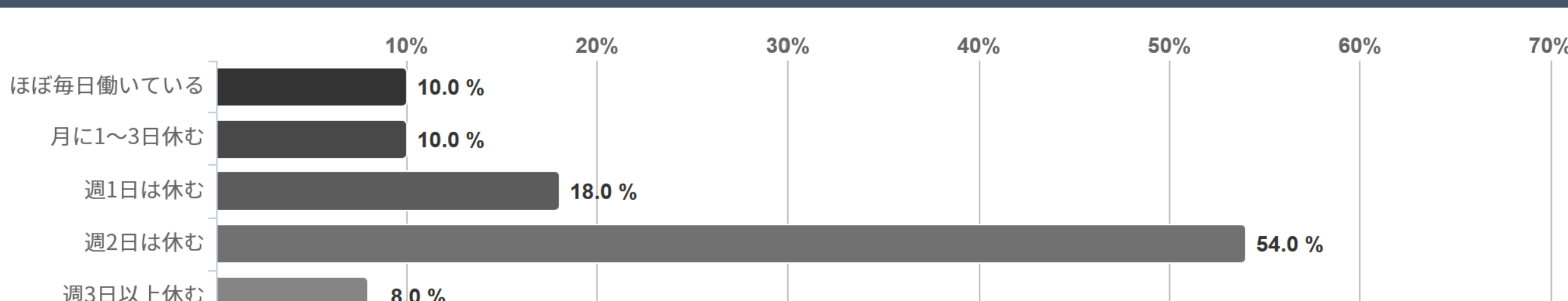
専門家(士業・FP・コンサルなど)



個人投資家



その他



仕事を休む日数の決め方

ーあなた自身は、休みの日数をどのように決めているか教えてください

美容業

- 特に考えてはいないが、週に1度休みを取っている
- 子どもの長期休暇や行事に合わせたり、 閑散期に長期休暇を取るようにしている
- 体調に合わせて取る時もある
- 普通に業界の標準値として決めている
- 予約が入らなかった日に休む
- 自分が修行してきたお店などの環境をベースに、自分の体力などを踏まえて決めている
- 定休日と他都合のある日
- プライベートと仕事量のちょうどいいバランス
- とりあえず月曜日にしている。周りが月曜日休みだから変えてもいいかも
- もつ体力と必要な収入のバランスで決めている
- 第一・三木曜日は緊急事態以外、雑務を含め仕事をしないと決めている
- 予定がない日をお客様に提案して、決めている
- 基本は月曜日だけであとは家族のイベントによって休みを設ける
- 休みたい時に休むし、予約が入ってなかったら休む
- 完全なプライベートの時間を決めている
- 店舗を借りている店の定休日に合わせている
- 組合の休みに合わせている
- 自分や家族の予定優先で休むから特に日数は決めてない
- 週一は必ず休むようにしている、リフレッシュもかねて
- 隔週で週休2日にしている
- 毎週月曜日第 1、 3、 5 火曜日
- 毎週月曜日、火曜日

飲食業

- 週に1回は休むようにしている。連休は3カ月に一度
- 定休日以外は特に決めているものはない
- 定休日以外はワンオペなので用事ができた時には休む

小売業

- 店舗が休みの日に仕事がなければ、その日は休みとなるが、月に一度でもあれば良い方
- 日曜日と祝日
- シフトが埋まっていれば休み
- 売れ行きや在庫状況、仕事の進捗によって変えている
- 基本的には他の従業員さんと被らないタイミングで固定のシフトを組み提案している
- 夫婦だけでの営業のため、自分たちに極端な無理がないような働き方にしている

建設業

- 日曜日は休むようにしてて他の日で仕事をこなせるようにしている
- 体調が悪いかどうかと、日曜日
- 予定入れば休みにしている
- 現場の工事期間に余裕があるなら連休いれたりするけどないなら休みなく働いている
- 基本 お客様からの要望に応え、休みはその後考えている
- 計画的に休むと言うよりは仕事が無い日を休みにしている
- 1週間単位で、なるべく1日から2日休めるように調整する
- 現場に従う
- 子供の行事や用事
- 決めていないが、子供がいる為日曜日はなるべく休むようにしてる
- 体力を見て考える
- 予定を組む際には週に1日は休みが取れるように調整している
- 毎週日曜日
- 家族の休日に合わせる
- 月の売り上げの予想たてて進めながら決めている
- 現場が日曜休みなのでこちらで選んでるわけでは無い
- 今のところ、疲れて歩けないときだけ休む

運送業

- 月4日を取れるようにしている
- 用事があるとき
- 自分は月6~8の休みを作るようにしている
- 今の営業所は毎週月曜休みなのでプラスで連休にしたり単発で取っている
- 委託元のスケジュールに合わせて決定している
- 私はサーフィンが趣味なので波が良い日や良さそうな日を選んで休んでいる
- 仕事量のニーズが少ない時に休んでいる
- 予定がある時以外は特に決めていない
- 週に1日は必ず休むようにしている
- 日曜日は現場が休みなので、日曜日が休み
- 基本平日月曜日は仕事は休むようにしており、疲れがあるときは他の日にも休むようにしている
- 契約している運送会社がきめている
- クライアントのスケジュール次第
- 日曜日は休む
- 毎週日曜日。平日もたまに1日休みをもうける
- 体力的な問題で週2日休むようにしている
- 休みの日数は決めていないが、夏場は月に1回は休もうと考えている
- シフト制で決めている

不動産業

- 土日を基本的に休むようにしている
- 働く事がある日は働いているし、働く必要がない日は仕事以外の事をしている
- 自分の気分次第
- 基本的に休みと営業日は決めておらず、打合せや必要な業務があれば祝祭日間わず対応している

WEBサービス業

- 極力、土日は働かないようにしている
- 参画している企業の休日に従っている
- 旅行に行くときは何日でも休む。途中で軽く仕事を入れますが、旅行中は仕事を忘れられる
- プライベートの予定を優先する
- 子どもや家族の用事で突如休むことも多いので、普段は出来る限り仕事をしている
- 毎週日曜日は必ず休むようにしている
- 私自身は、個人事業主で、基本的に、発注者企業のカレンダーに合わせて、稼働している
- 平日は稼働、土日祝は休み、としている
- リフレッシュをかねて土日祝とは別に月2回は休暇をとるようにしている
- 授業準備に当てる1日と自身の休息にあてる1日として週二日の休日を設定している
- 特別意識はしておらず、どうしても休みが必要な時は休む
- 自分の都合と家族の時間、体力的なことを含めて考える
- プロジェクトの進捗に合わせて調整し、納期後や区切りで休みを取るようにしている
- 家族がいるので基本的に土日祝は休みますが、空いた時間や夜間は仕事をしていることが多い
- 月の収入を考えながら都度決めている

医療業・福祉業

- 基本的に日曜日を休みにしている
- プライベート優先で決めている
- 体調にあわせて決めることも出てくる
- 患者さんの空きがある時間を休みにしている
- 日祝と盆正月にゴールデンウィークなどに休みを取る様にしている
- 土日は忙しいので働いても平日連続で休む
- 単に診療は決まった曜日と祭日を休みにし、その休みの日に他の雑用等を終わるまでこなす
- ライフワークバランス
- 基本的には日祝を休みとしているが、予約があった場合は仕事をしている
- 月の営業日数を一定にしている
- 周りの歯科医院と同じ様な体制にしている
- 基本日曜日と土曜日は昼から休み
- 日曜日と祝日はお休み。主に暦通り。夏休みや年末年始に数日休む
- カレンダー通りに設定し、毎日曜と隔週土曜、祝祭日を休みにしている
- 仕事の日程を決めてから隙間仕事の無い時間、日に休みを作る
- 日曜日、祝日は休み
- 週に2日、平日と日曜日に休む

専門家(士業・FP・コンサルなど)

- 週の予定でまず休む日からうめていく
- 業務がない時期はとことん休み、多忙の際には目一杯仕事をする
- 契約会社と合わせて週休2日としている
- 土日祝を基本としているが、あえて週末働くことで平日休みを取っていることも多い
- 先にプライベートの予定やボランティア活動の予定を事前に入れてしまい、残りの日数を仕事に割いている
- 週2日はとるようにしている
- 仕事がなければ休む
- ある程度働く期間を決めてしっかり働き、その後まとまった休みを取る

個人投資家

- 東証が開いていない時は、結果的に休みとなる
- 特に決まったルール等は無く、休みたい時に休む
- 相場が休みの土日は休むようにしているが、それでも1週間の振り返りなどを頭で考えている
- 長期投資なので市場に合わせて休みを決めている
- 家族との予定を入れた日は休む

その他

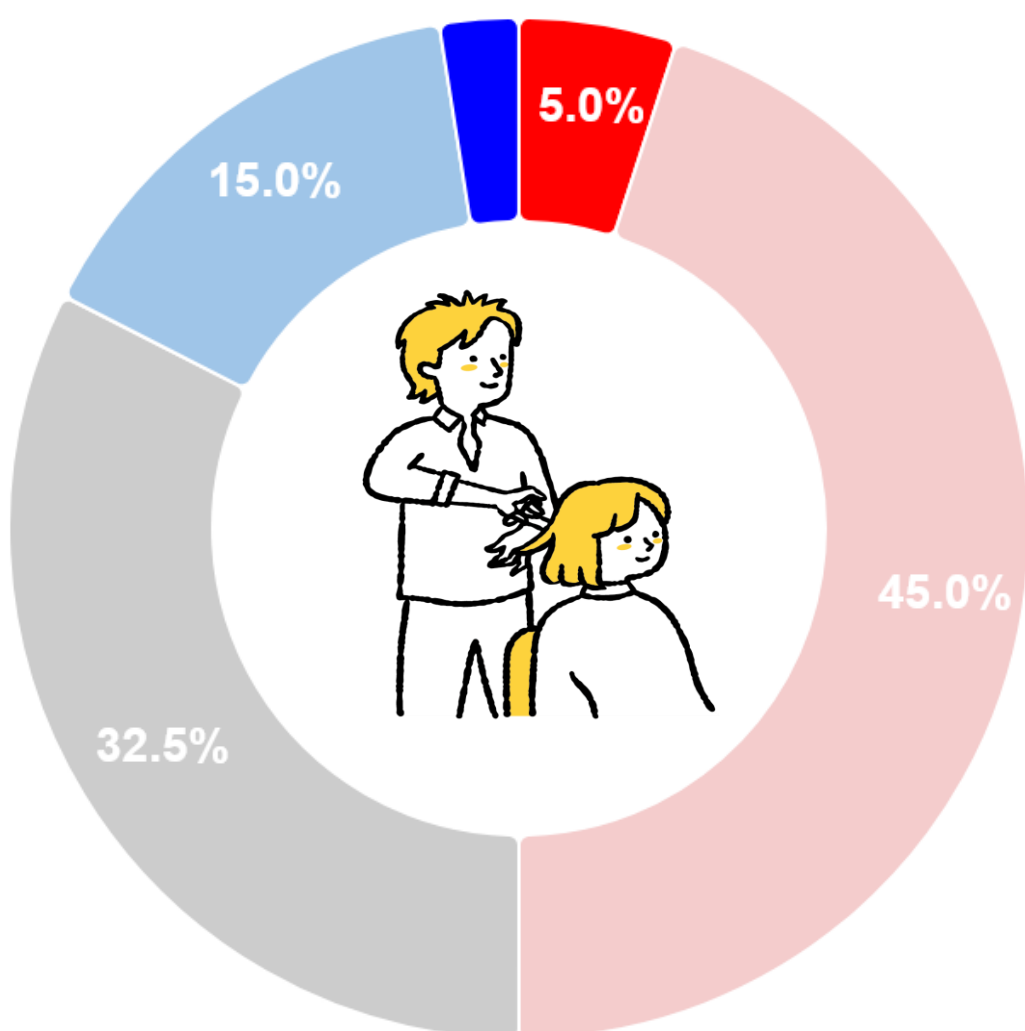
- 家族の行事にあわせて休む
- 準委任契約の都合で顧客企業に合わせるため、カレンダー通りとなる
- 子供や家族の行事に合わせる
- 仕事があれば働くし無ければ休む
- 日曜を基本休とし、必要に応じて働いている
- 暦通りではあるが、土日祝日にアポが入った場合は、代休をとる
- 予定がある時に休む
- 家族がいる時はなるべく仕事は入れないようにしている
- 休みがいっぱい欲しいので、1日に集中して働いて、休みを増やしている
- 基本は日祝。あとは、体の調子に合わせて休んだり、子供の用事に合わせて休む
- 土日は他の講師に任せて自分は基本的には働かない
- 私自身は、休みの日数を週休2日と決めているが、土日休みは取れない事がある
- 基本的に日曜日は休みにしている

- 平日に休暇を取る場合は残業したり日曜日に仕事したりして仕事の時間を調節している
- 顧客側のカレンダーをベースにしている
- 休める時に比較的休むようにしている
- 平日作業を原則とする月間作業時間で委託元と契約している
- 仕事がない日はお休み
- 契約書に基づいて、決められた量の稼働に留めるようにしている
- お客様の予定次第で決めている
- 基本的には、プロジェクト先の稼働に合わせて休みを決めている
- 基本的に曜日を決めている。状況によって多少調整している
- 休校が土日ですので自動で決まっている
- 週に2回は必ず取れるようにしている
- 年間のレッスン数が各曜日で平等になるようにカレンダーを設定している
- 土日は必ず休むようにしているのと、プライベートの用事がある時は仕事を入れない
- 所用や体調によって必要があれば休む事を考える
- 家族の休日になるべく合わせる
- 会社と事前にすり合わせを行なっている
- 契約しているところのカレンダー
- 身体に負担が出ないよう稼働をしている
- 土日祝日は基本的に休み。その他は業務調整の上、休む
- 体調が悪いときは休むようにしている

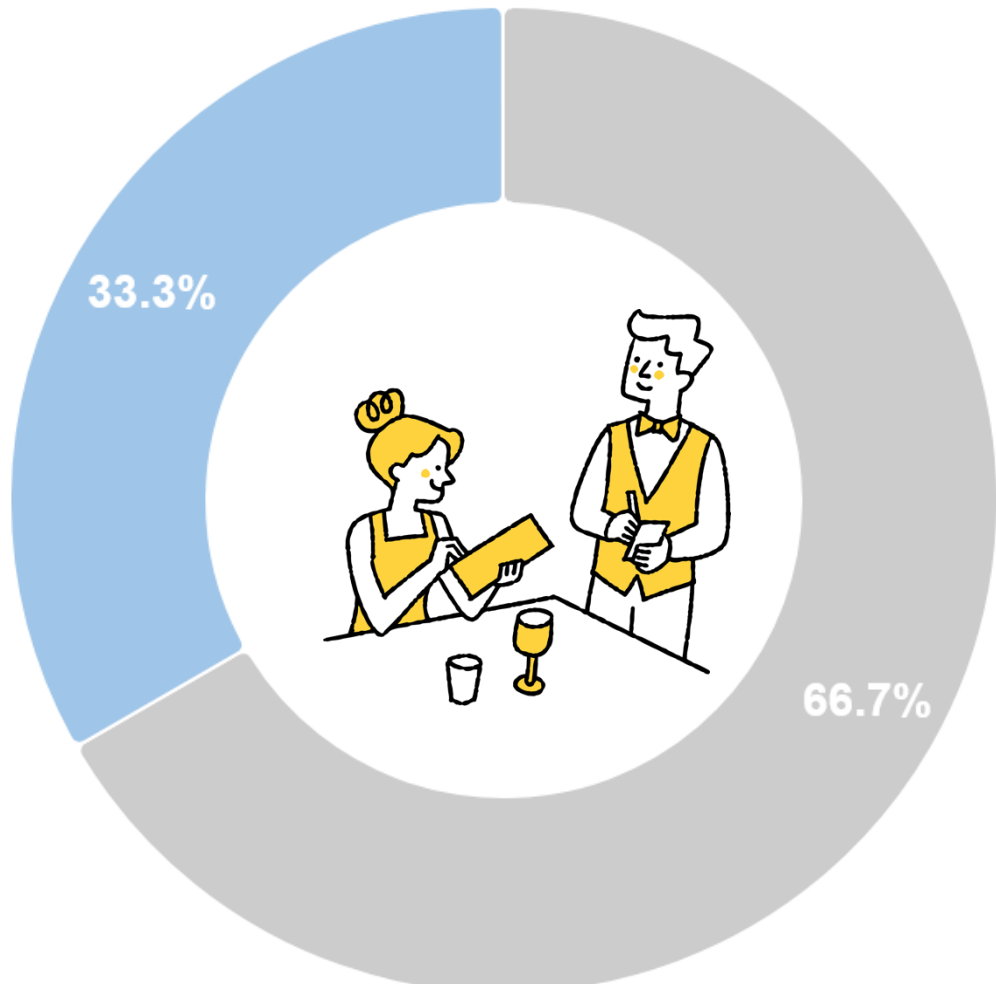
休日の取りやすさ

－あなたの業界では、取引先やお客様との関係から、休日が取りやすい環境ですか？

▼ 美容業

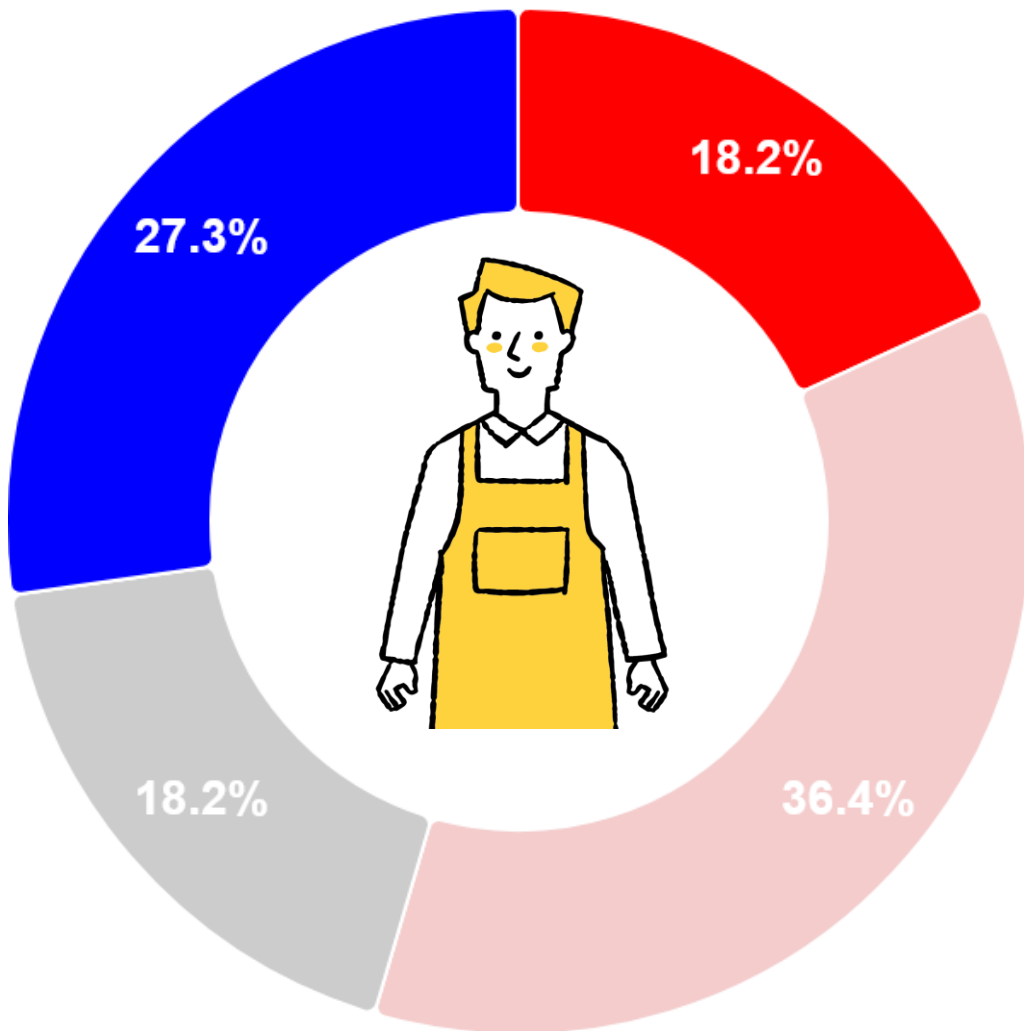


▼ 飲食業

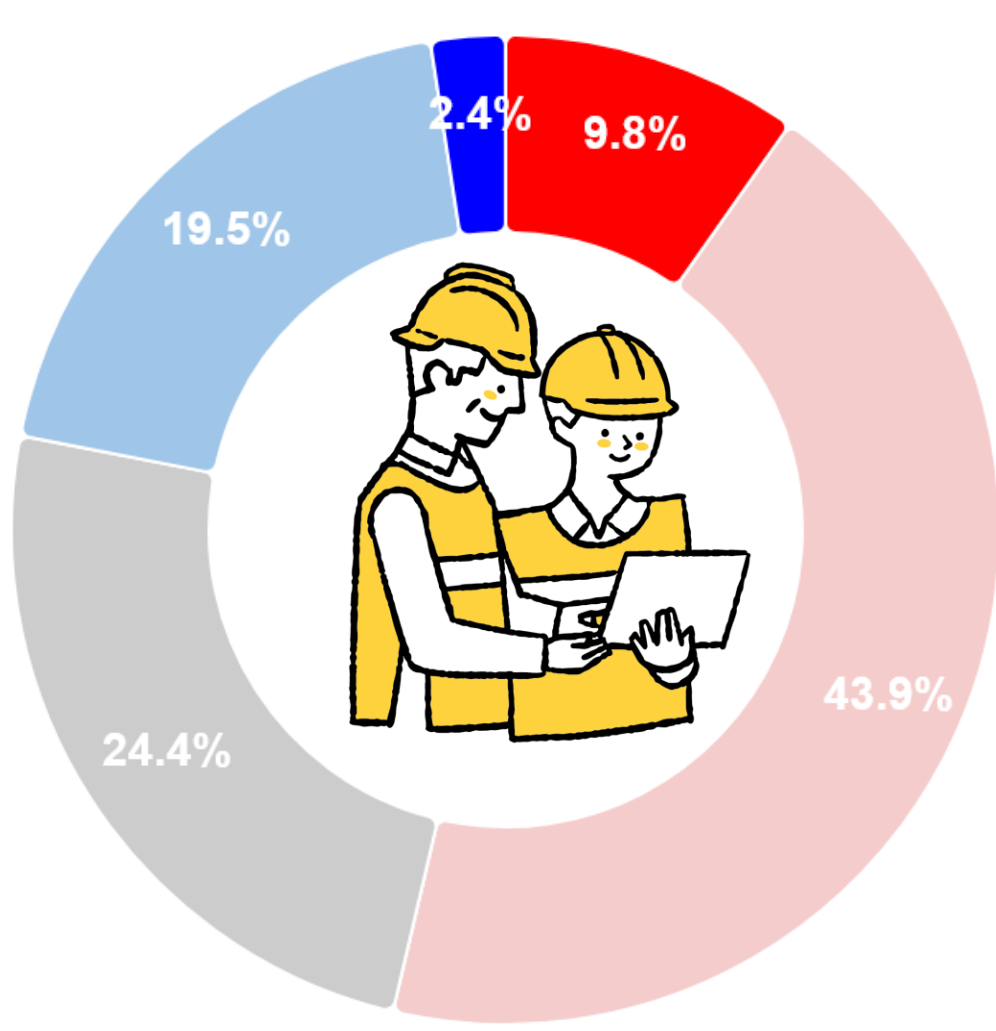


■ 非常に取りやすい ■ ある程度取りやすい ■ どちらとも言えない ■ あまり取りやすくない ■ 全く取りやすくない

▼ 小売業

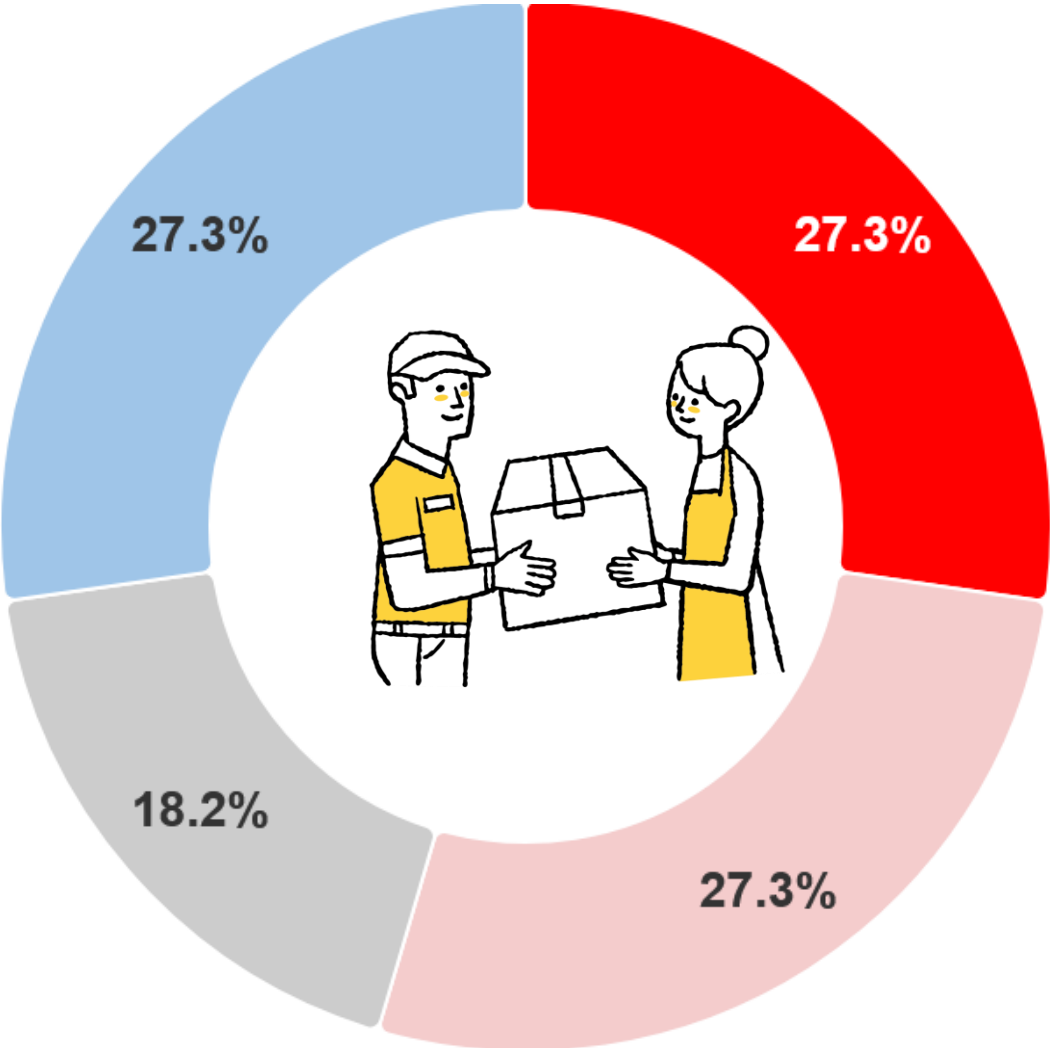


▼ 建設業

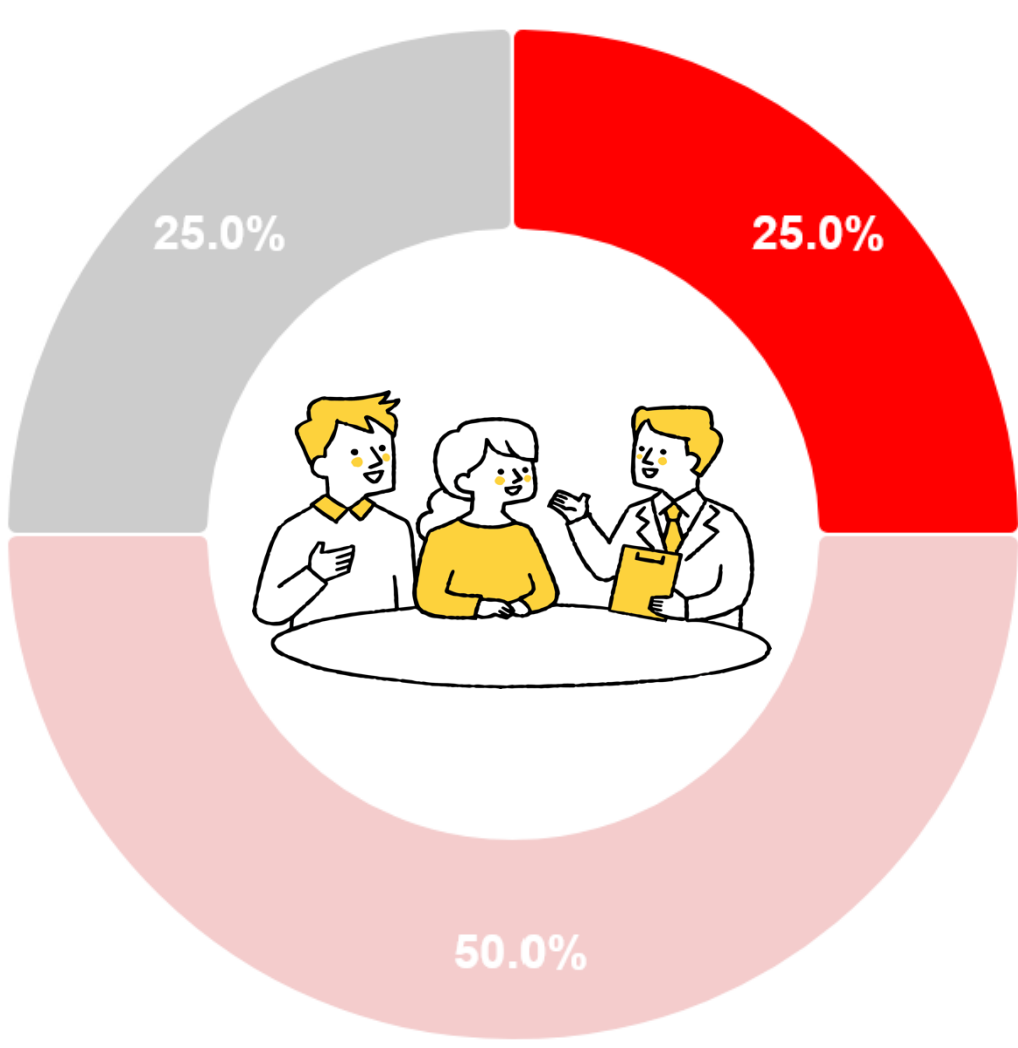


■ 非常に取りやすい ■ ある程度取りやすい ■ どちらとも言えない ■ あまり取りやすくない ■ 全く取りやすくない

▼ 運送業

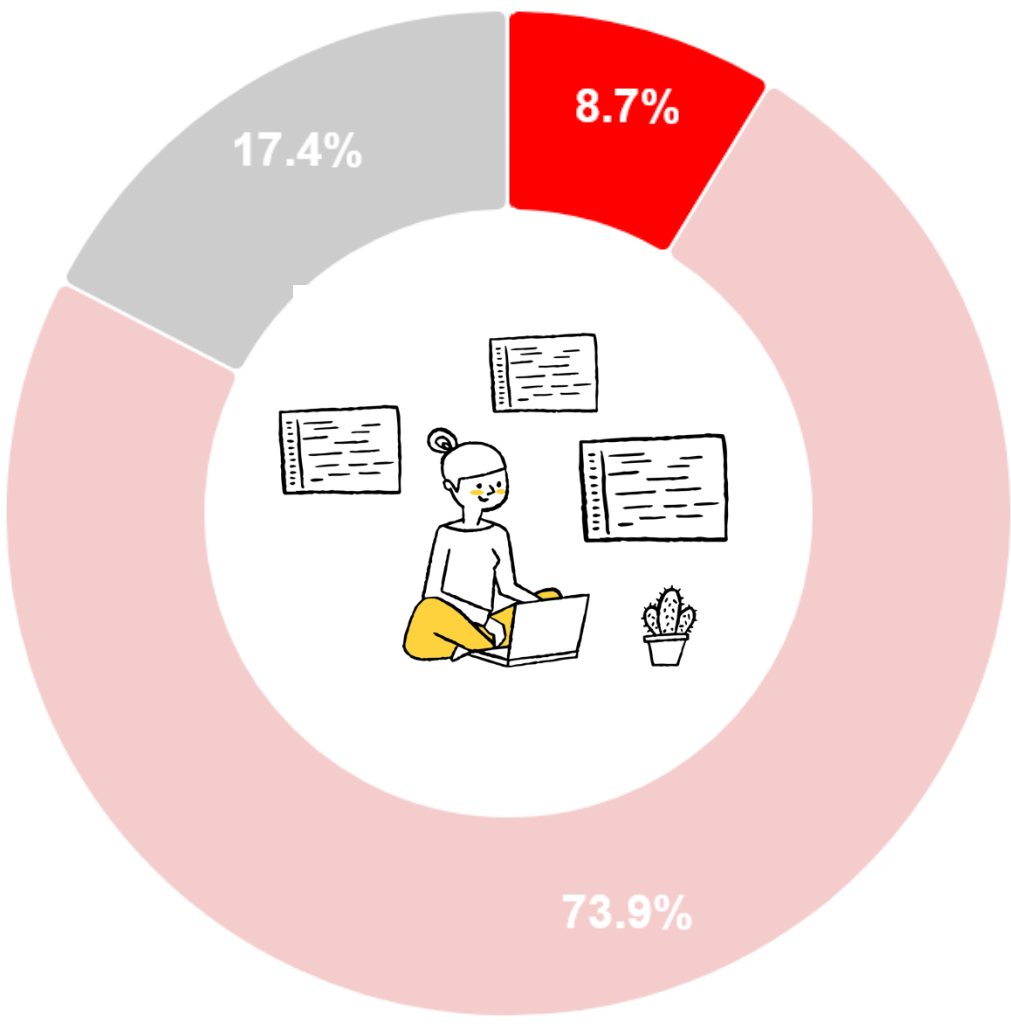


▼ 不動産業

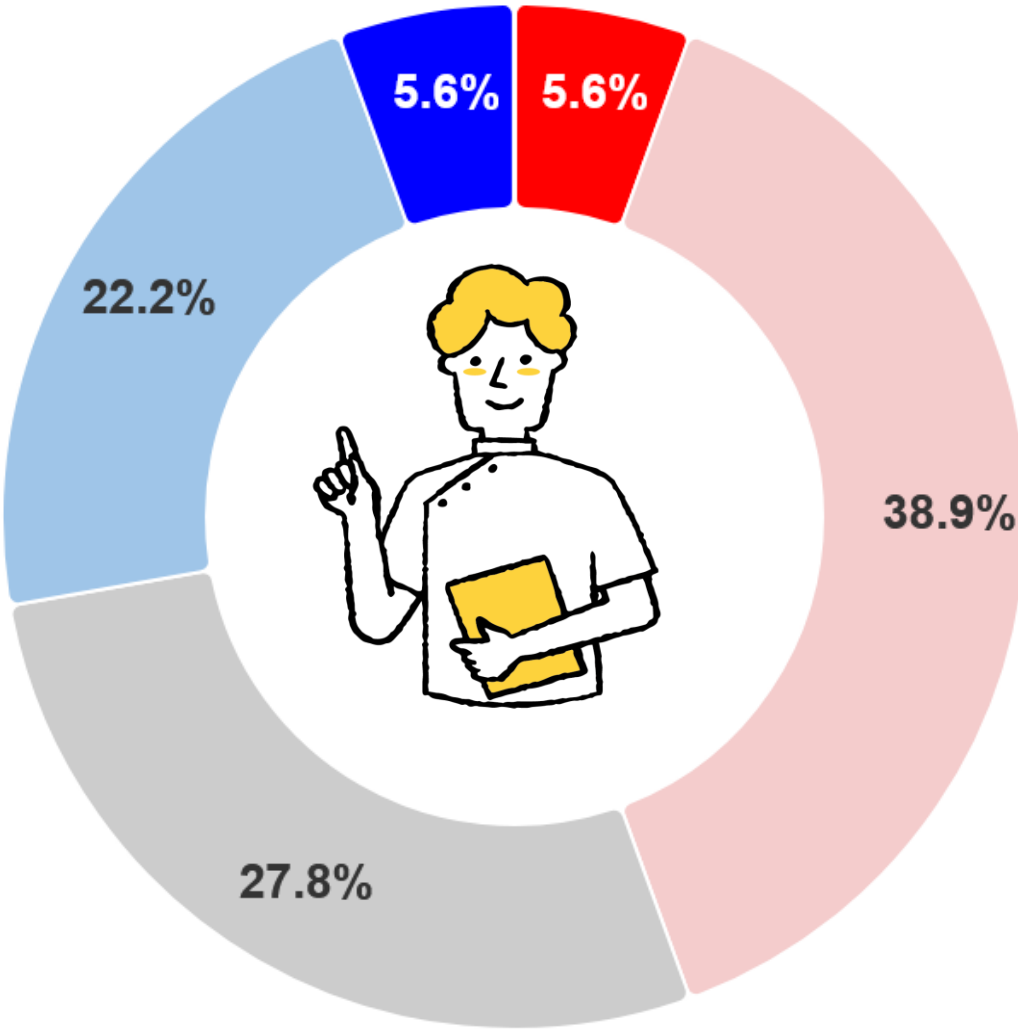


■ 非常に取りやすい ■ ある程度取りやすい ■ どちらとも言えない ■ あまり取りやすくない ■ 全く取りやすくない

▼ WEBサービス業



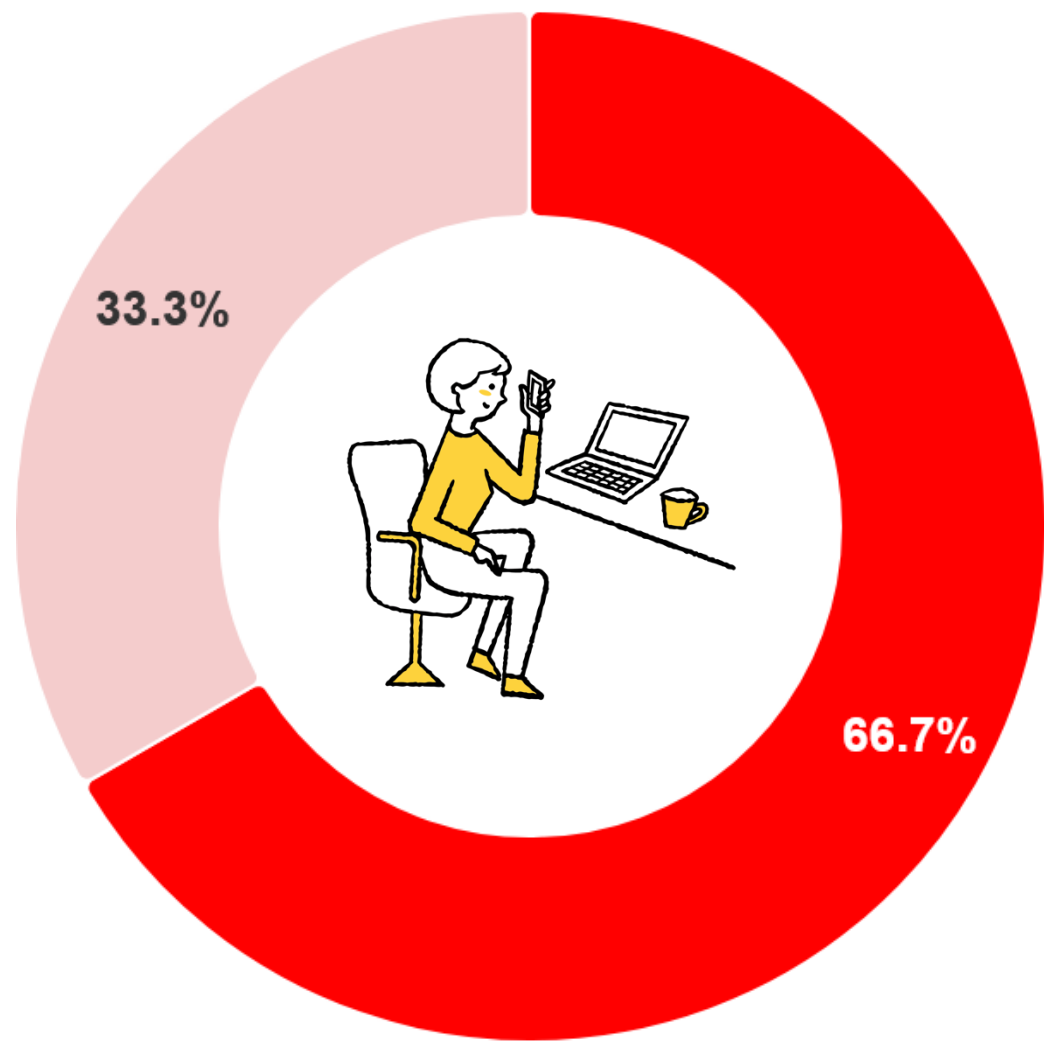
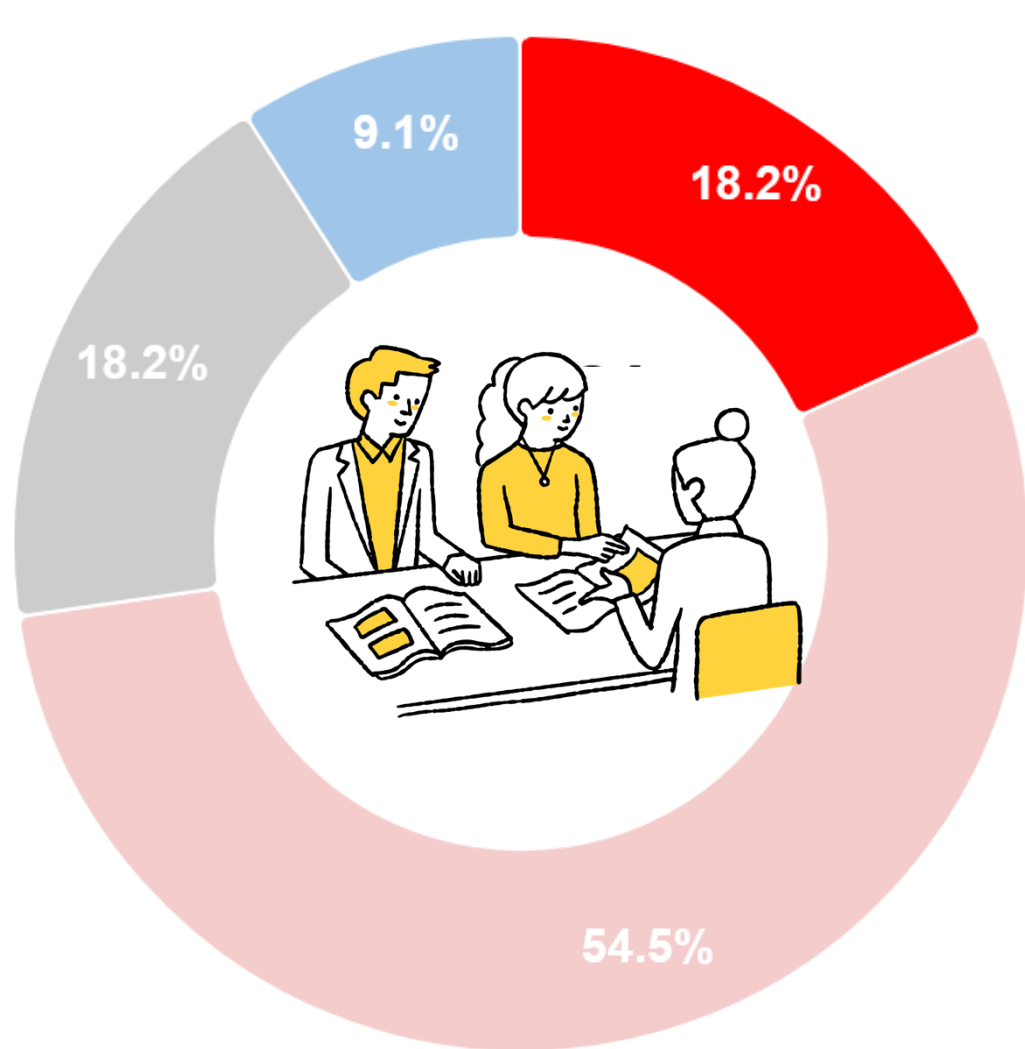
▼ 医療業・福祉業



■ 非常に取りやすい ■ ある程度取りやすい ■ どちらとも言えない ■ あまり取りやすくない ■ 全く取りやすくない

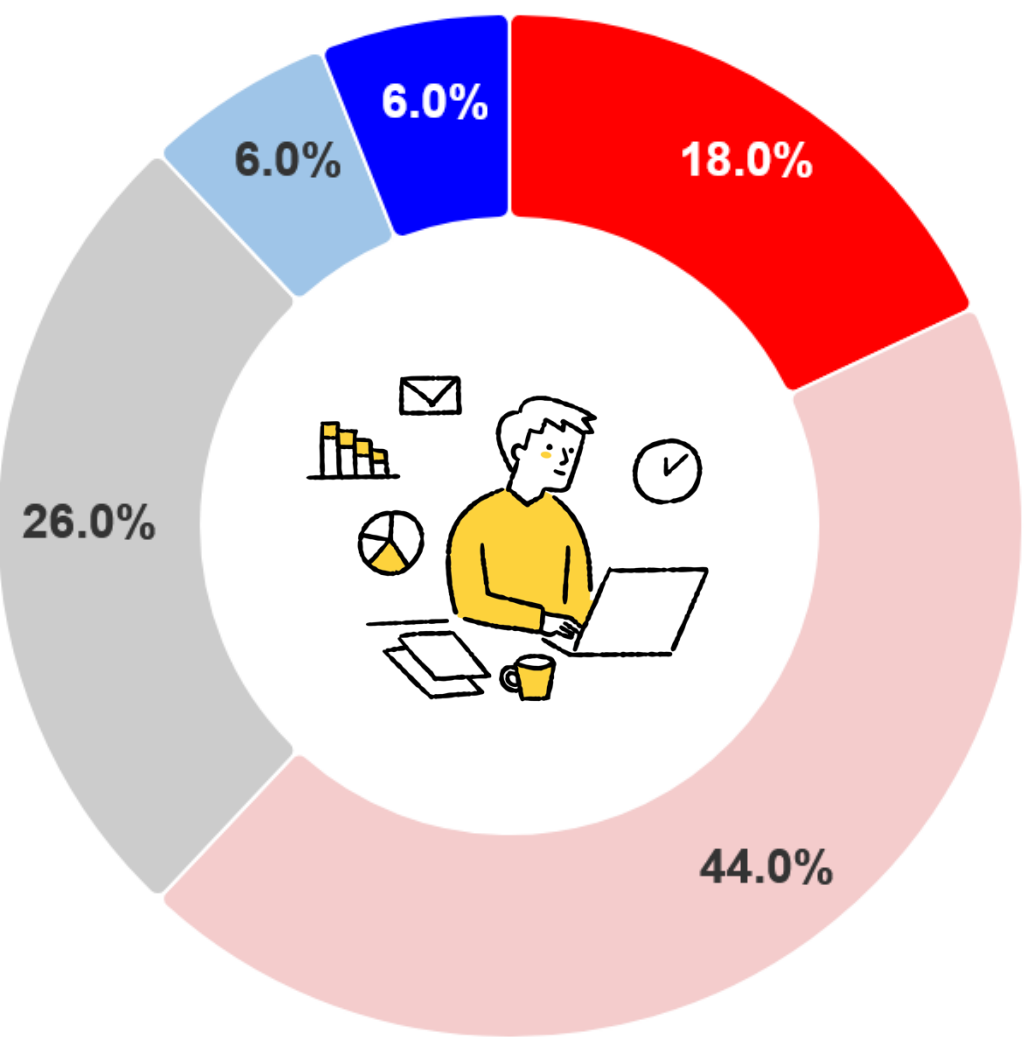
▼ 専門家(士業・FP・コンサルなど)

▼ 個人投資家



非常にしやすい ある程度取りやすい どちらとも言えない あまり取りやすすくない 全く取りやすすくない

▼ その他

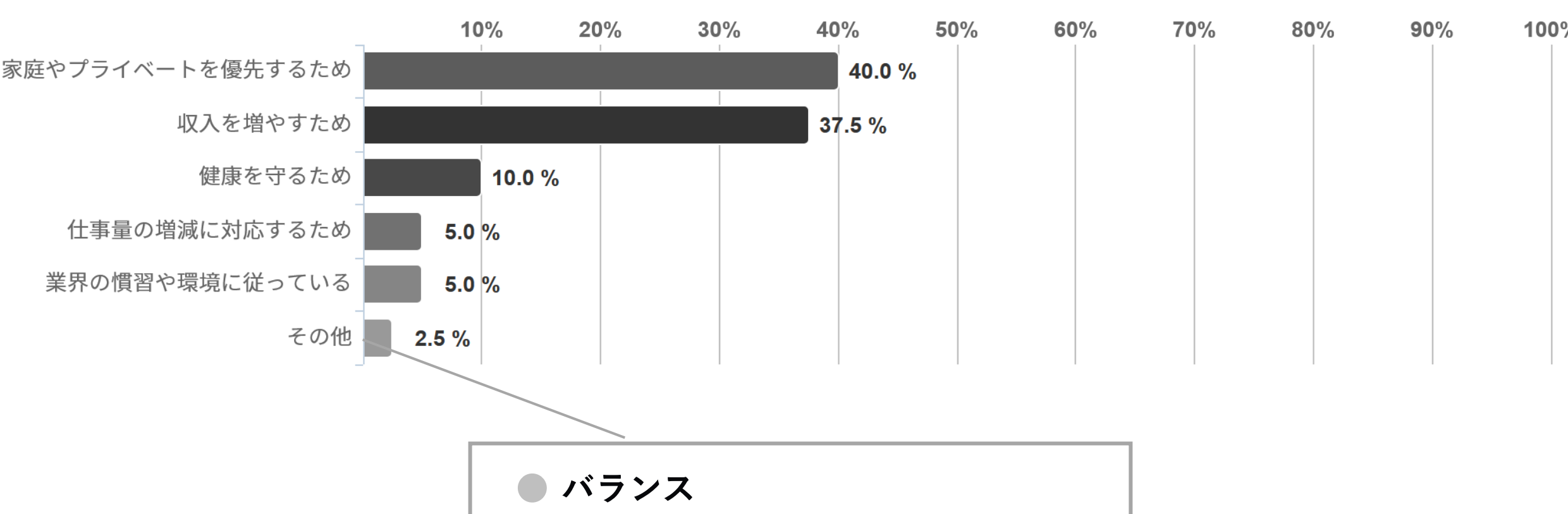


非常にしやすい ある程度取りやすい どちらとも言えない あまり取りやすすくない 全く取りやすすくない

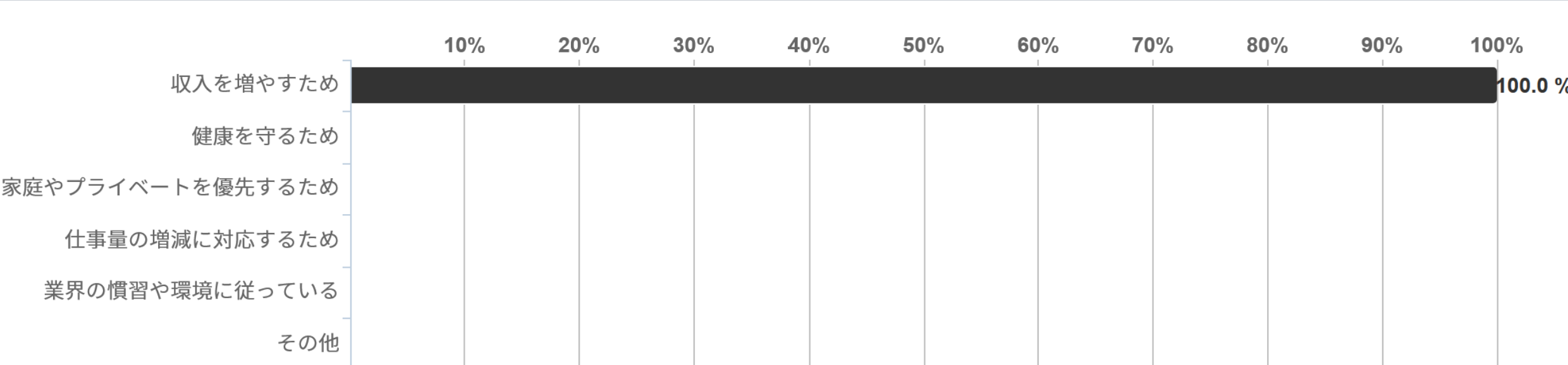
働く時間を調整する理由

— 個人事業主が働く時間を調整する理由は何が多いと思いますか？

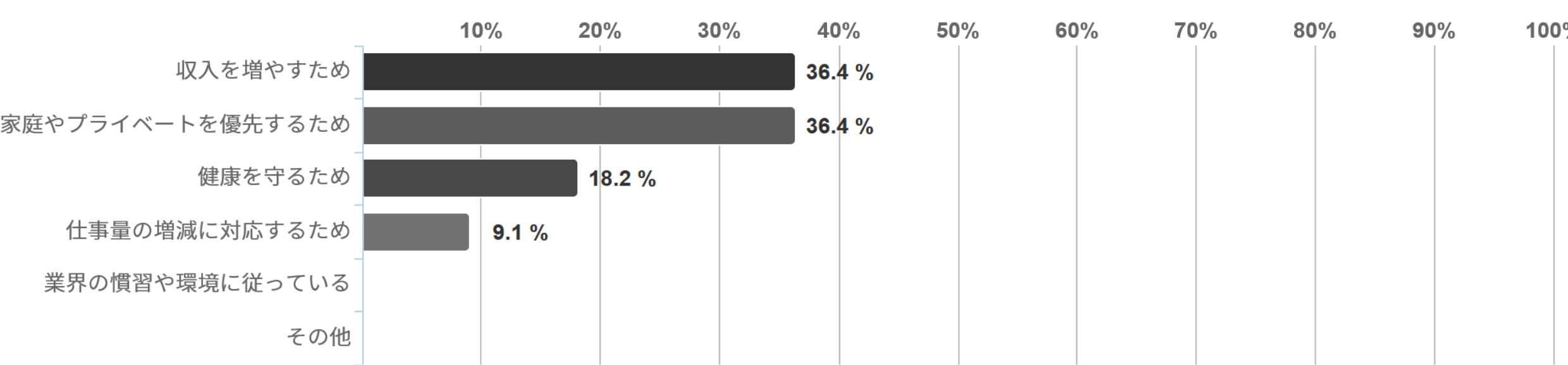
美容業



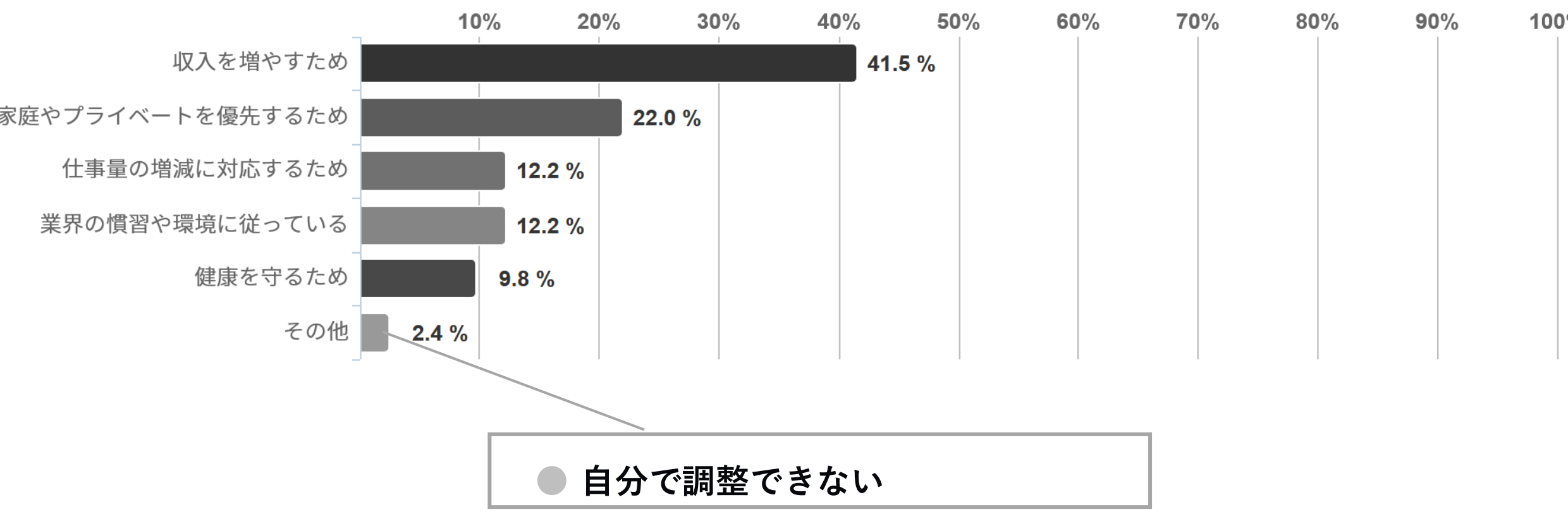
飲食業



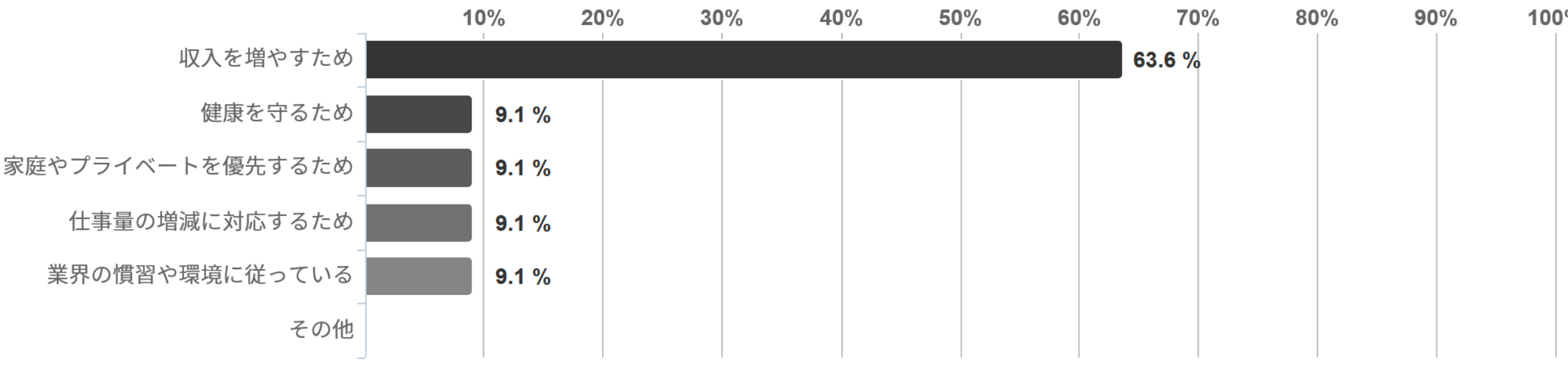
小売業



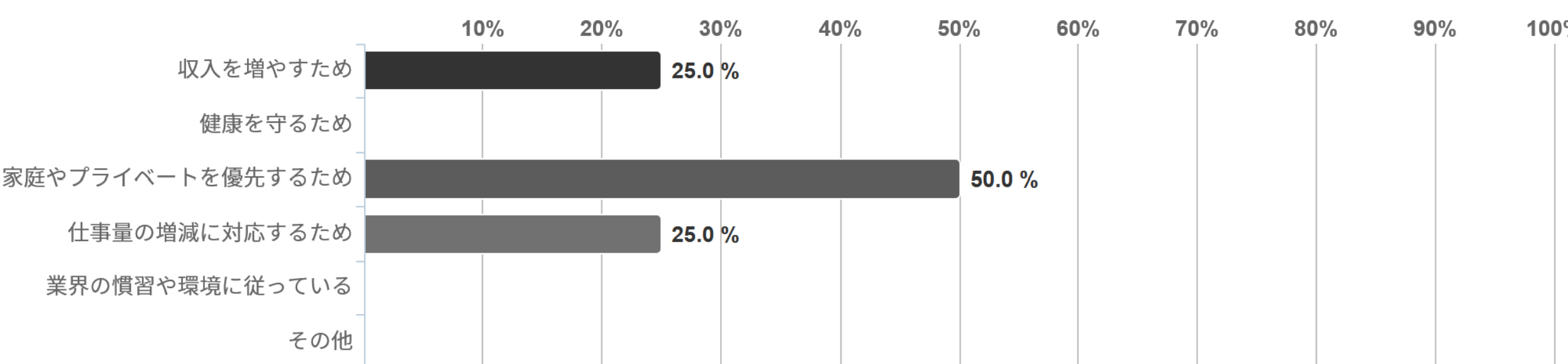
建設業



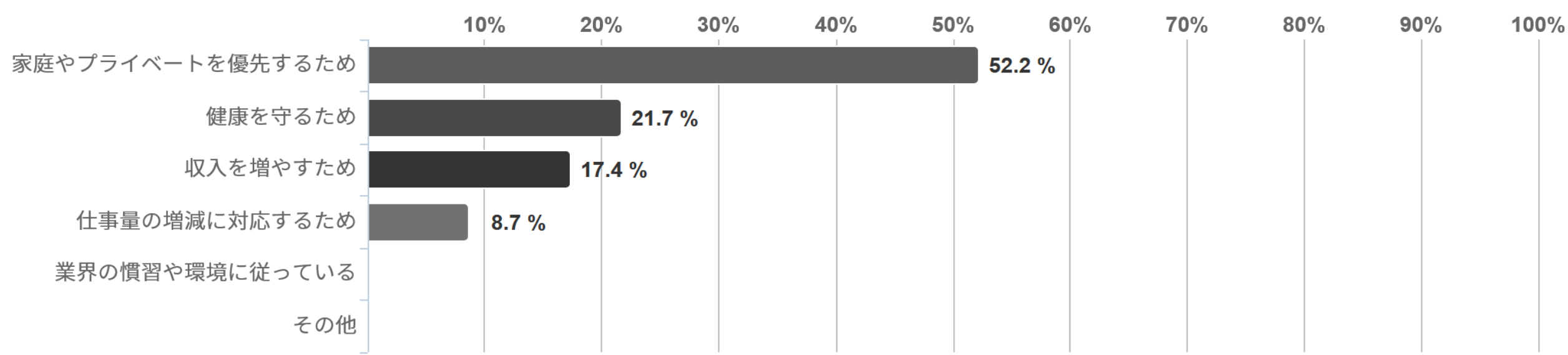
運送業



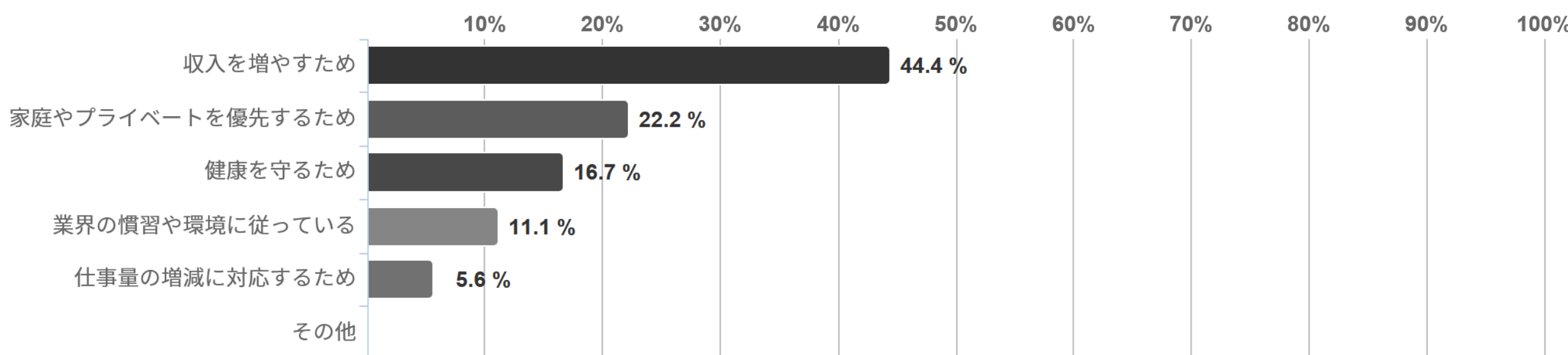
不動産業



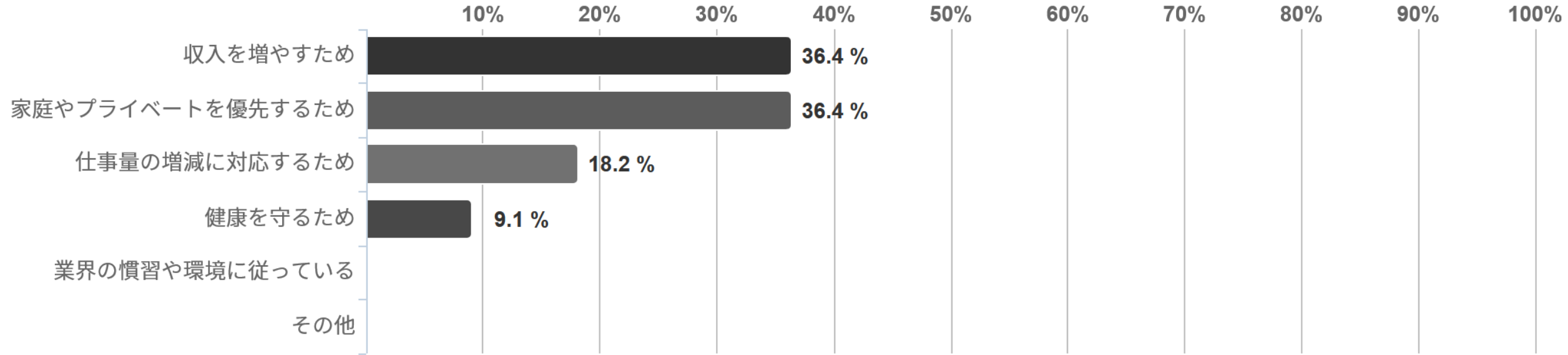
WEBサービス業



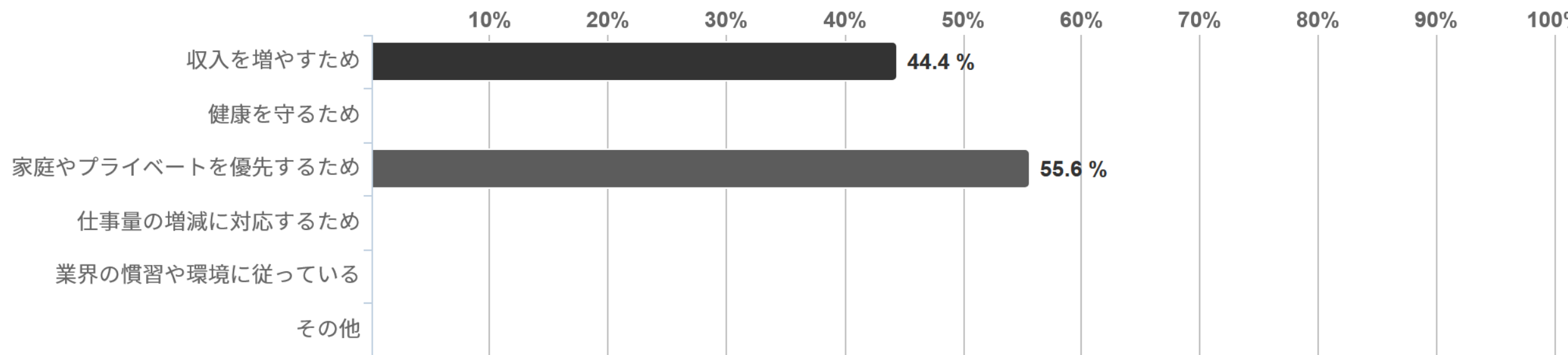
医療業・福祉業



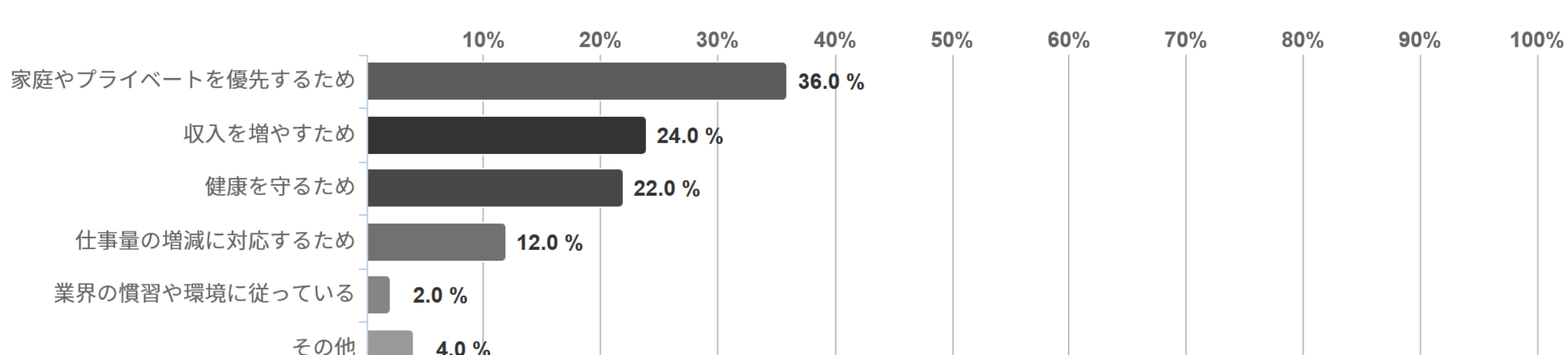
専門家(士業・FP・コンサルなど)



個人投資家



その他

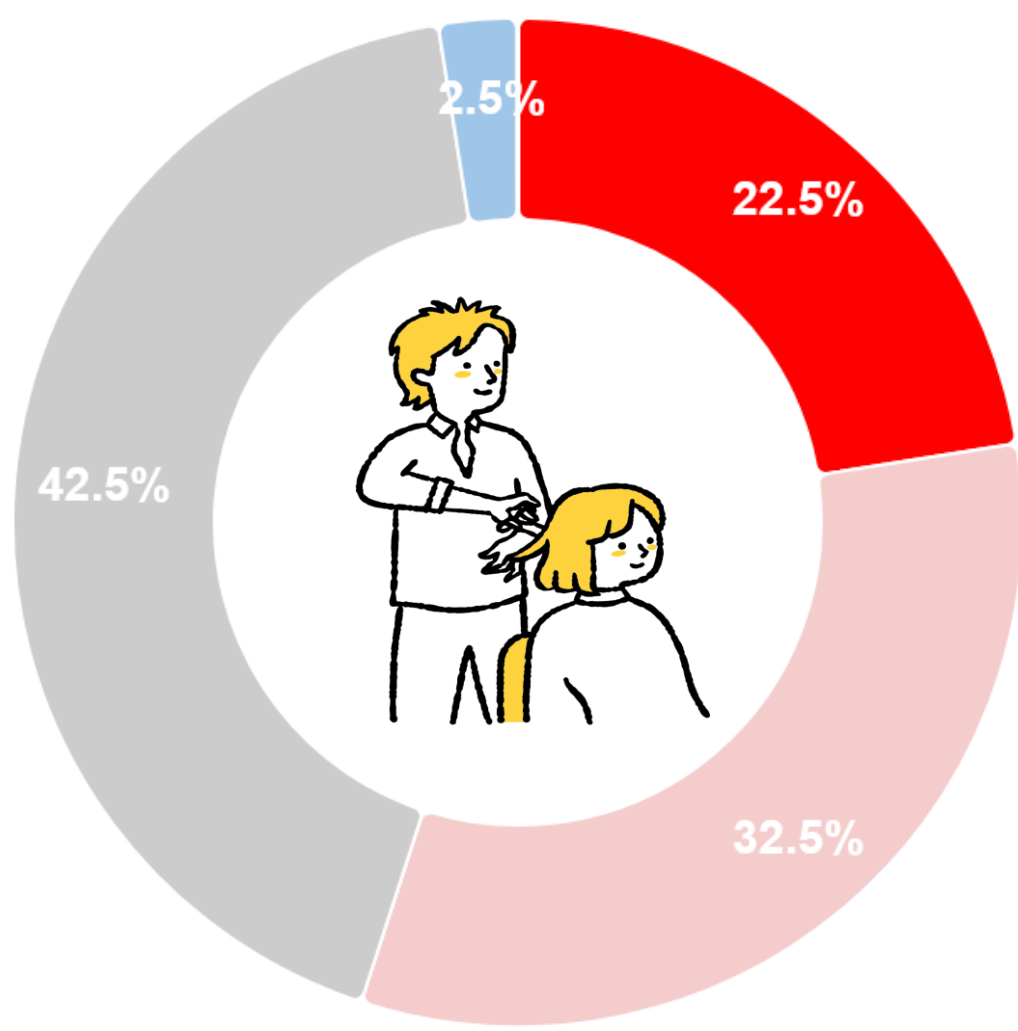


- 社会保険を未加入にする為
- 自分で調整出来ない

業界における今後の労働時間予想

ー働き方改革などが進められる中であなたの業界では、
今後の労働時間はどうなっていくと考えていますか？

美容業



- 減っていく
- 少し減っていく
- 変わらない
- 少し増えていく
- 増えていく

減っていく&少し減っていく

- 世の中が週2日休みや時間の短縮にしているから
- よく聞くウィルビーイングみたいなことでバランス取りたい
- プライベートを充実させる時代になってきている
- 時間の拘束は減って来ている
- 昔よりだいぶ厳しくなってきた営業終わってからの練習会ができなくなっている
- 業界だけでなく、全業種は労働時間を短縮しているから
- 今後労働者界が、もっとクリーンになっていくため
- 昔よりも休日が増えて保険が整備されてたのでこの先も条件はよくなっていく
- 大きな美容室では減らしていかないと若い人がついてこない
- お客さまの都合により労働時間が増える事もあるが、予約の取り方を工夫していけば改善出来た
- 労働時間が多いと辞めていく人も増えるし、長い休みも増やさないとな人が増えない
- 美容技術自体の効率化や自動化も、今後の労働時間に影響を与える
- 業界自体の働き方改革で若い世代の労働環境を変えようとする動きがある
- 仕事とプライベートを両立したい方が増えた
- 美容師はまだ昔の風習が残っているけど、少しずつ考え方が変わってきている
- スタッフが辞めずに続けていくには必要なこと

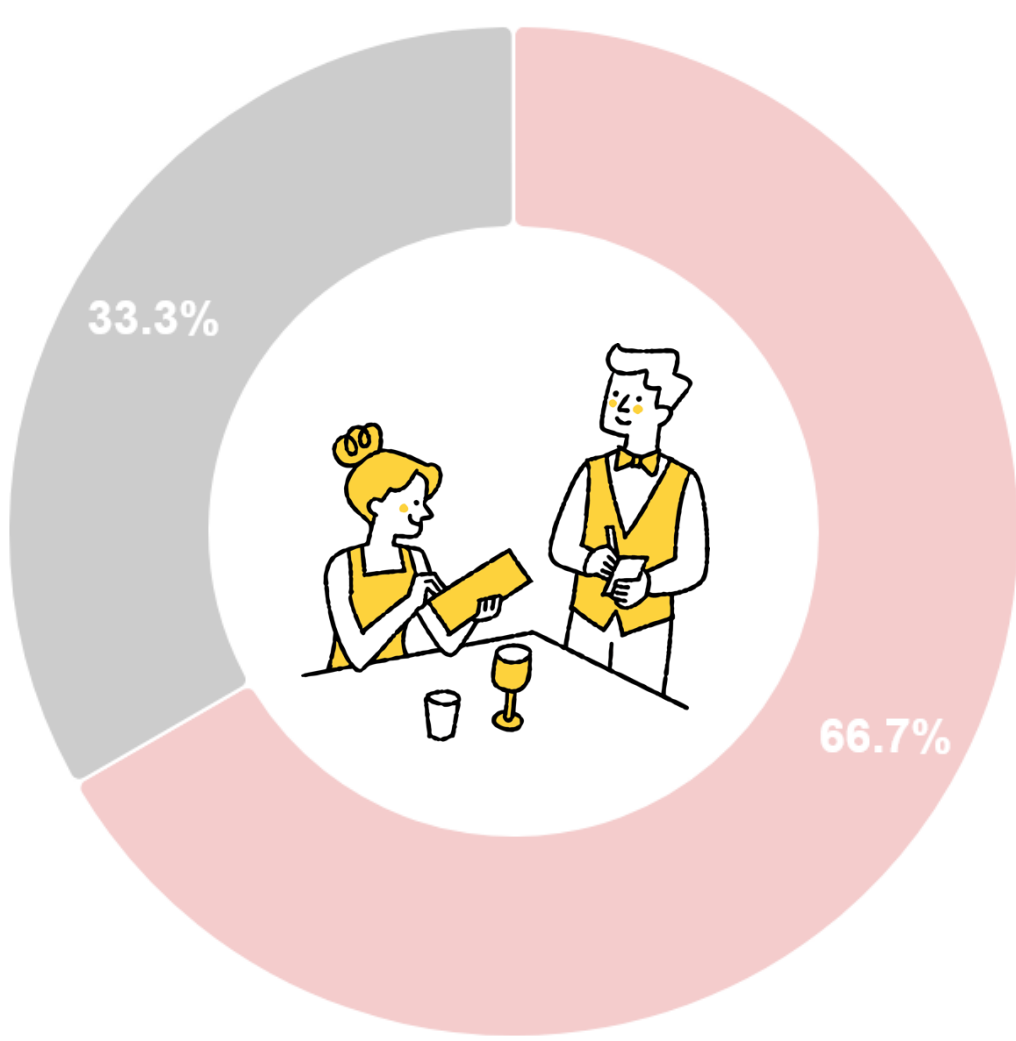
少し増えていく&増えていく

- 価格そのままで、物価が上がってるので働かないとマイナスになる

変わらない

- 減らすことは可能ではあるが、その分の売り上げを転嫁する必要がある
- 仕事の種類の的に変えようがない。単価上げるしかないが世間はそれを許さない
- 売上とのバランスから労働時間は変わらない
- 営業時間を縮めると売り上げが下がる。交代制をするほど求人をするとな件費が増える
- 休んだらその分、収入が減るので休みは増やしていく
- お客様は減らない限り休みは増えず営業時間も変わらない
- 美容室は手作業なので、ある程度の時間は必要

飲食業



■ 減っていく ■ 少し減っていく ■ 変わらない ■ 少し増えていく ■ 増えていく

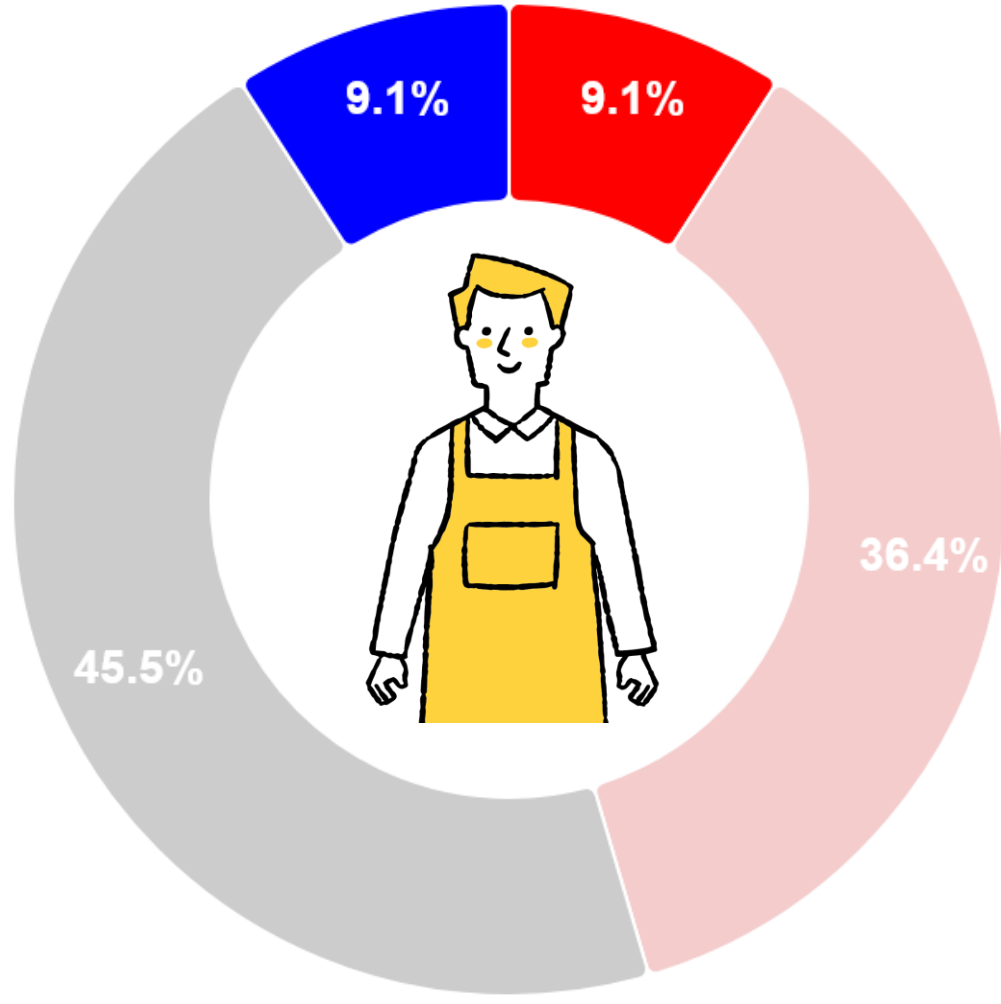
減っていく&少し減っていく

- コンプライアンスがうるさくなってきているから
- 人手不足対策や効率化が進み、短縮の流れはあるが、サービス業特有の需要で大幅な削減は難しい

変わらない

- 基本的な業務は変わらない

小売業



■ 減っていく ■ 少し減っていく ■ 変わらない ■ 少し増えていく ■ 増えていく

減っていく&少し減っていく

- AIなども発達してきているので、業務の簡素化により、より時間を確保できるようになる
- 手間を減らすノウハウや外注先が増えてきている
- 労働者の労働時間は減らしていくべき
- 大きく変化しようと思うと、お客様の使い方や利用の仕方も大きく変化しないと変わらない
- 現状では新しい人が入っても長続きしない場合が多いため機材などの導入により時間を短縮する必要がある

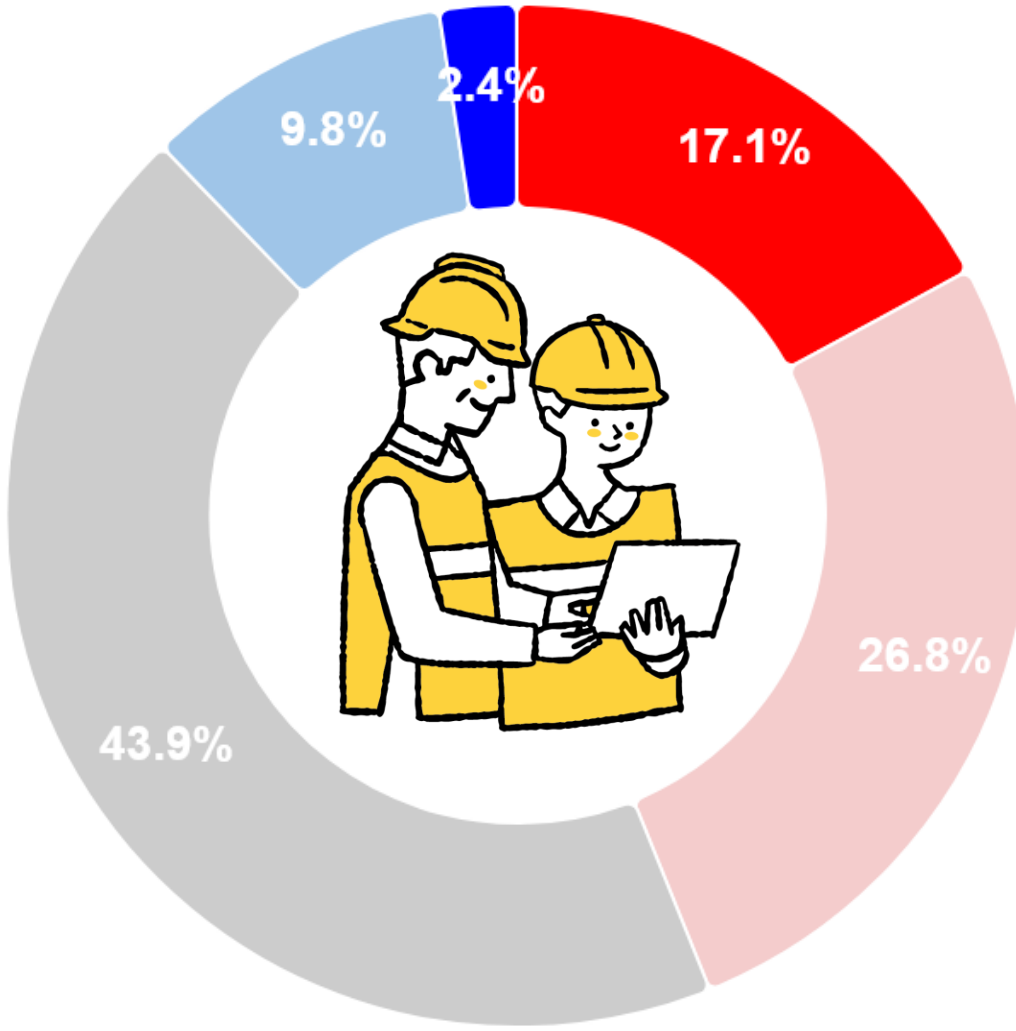
少し増えていく&増えていく

- 副業でスタートさせる方が最近増えているため、本業と合わせて労働時間は増えていく

変わらない

- 人手不足に対応して業務内容に変化があるかもしれないが、現在の労働時間が変わるとは思えない
- 社員とかは時間を減らしていくが自分は変わらない
- 24時間営業の為、DX化がもっと進まないと厳しい
- サラリーマンのように会社全体での取り組みの一環という形に当てはまらない

建設業



■ 減っていく ■ 少し減っていく ■ 変わらない ■ 少し増えていく ■ 増えていく

減っていく&少し減っていく

- 作業する時間、週休二日での規則があるから
- 建設業界全体が慢性的な人手不足になっているので労働時間を改善しない限り業界に未来は無い
- 元請けが大きな会社のため、閑散期は休みを増やされている
- 役所の管理や企業の管理が多く休みやすいが、報告業務期間はあまり変わらずサービス残業が増える
- 労働時間は建設業界の中では重要視されてきている
- 非稼働日が設けられるなど、労働時間に厳しくなっている
- 時代ですからね。そうせざるを得ない
- 世間一般的には、日々の仕事時間を短縮する傾向にある
- 働き方改革で、残業もしにくい世の中になってきた
- 日曜日は最低休む様にしているが、隔週土曜日最近は休みになる様調整している
- 建設現場労働者なので、労働時間など少し制限がある
- オートマチック化が進んでいるので、将来では人間の仕事が減る
- より良い管理方法で労働時間を減らしながらかつ品質を保つことができる
- 大手企業の流れにあわせないといけないときがある

少し増えていく&増えていく

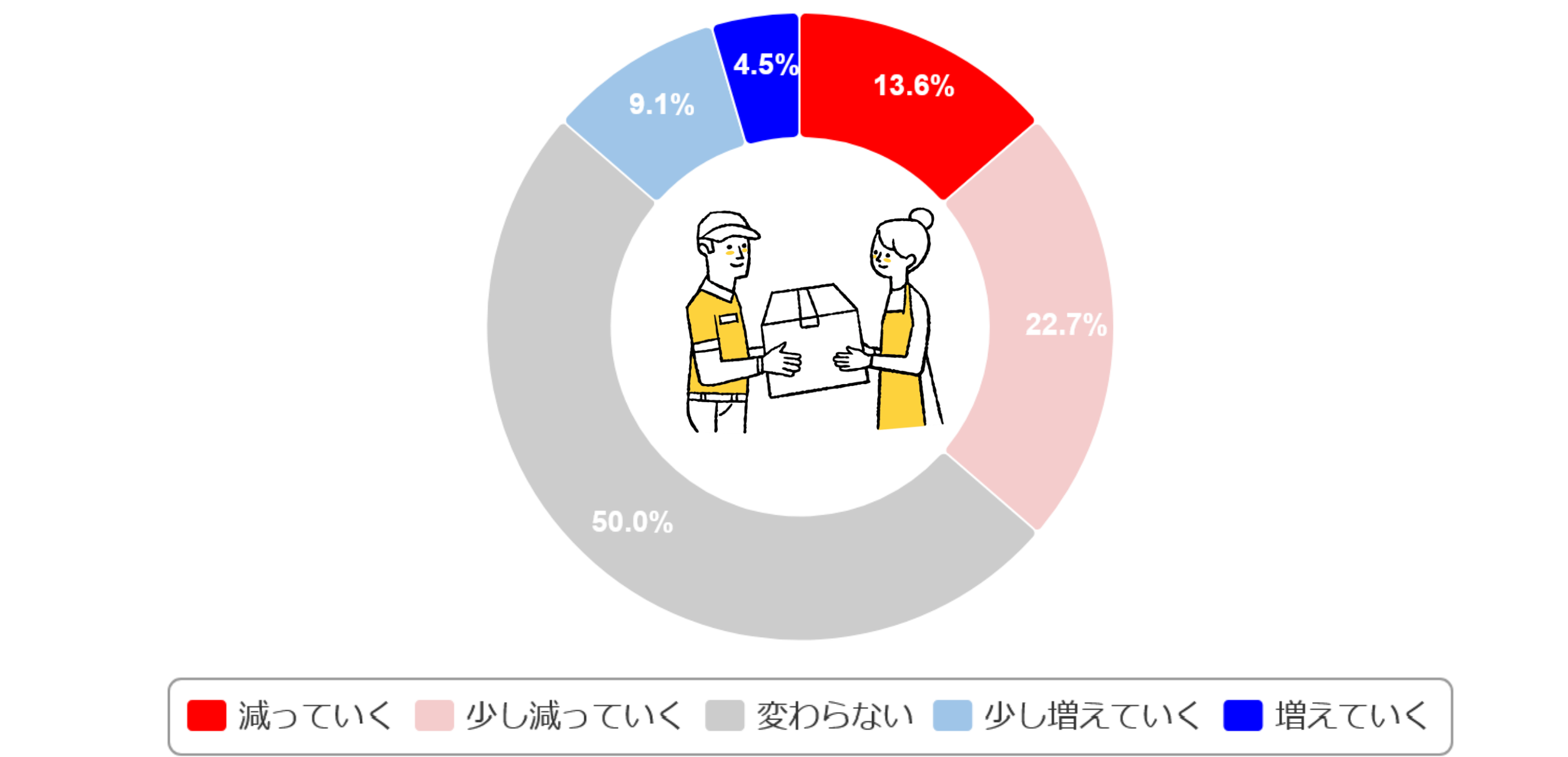
- 建設業界はこれから職人不足なので一人の作業時間が増える
- 人手不足によりドライバーが足りていない
- 私たちの業界では新たな展開が見られ、また資格を持った専門家が不足している
- 働く人が少ないので、休むと仕事が回らなくなってしまう

変わらない

- 自分次第で予定組んでいるので、あまり変化ない
- 働き方改革で休みが増えても現場で作業している業者は現場を進めないといけない
- 休んだ分だけ収入が減る為、休みたくても休めない現状
- 働き方改革が進められているという実感があまりない

- エアコンの作業は主にお客様の家庭や職場で行われるため、対応可能な時間帯が限定されている
- 労働時間、日数が減ると収入が減るので変えたくない
- 必要に迫られての残業は今後も減らない
- 来た案件をこなすだけなので、依頼が増えれば労働時間は増える
- 働き方改革の影響はあまり受けていないので変わらない
- 現場の進み具合にもよるので何ともいえない
- 仕事内容で変わるだけでとりあえず日曜日が休みで仕事状況で休みになったりする
- 手作業のために業務時間の大幅な短縮は難しい

運送業



減っていく&少し減っていく

- この先AIが進化すればドライバーの仕事は減っていく
- 労働時間が管理されるようになり働きたくても働けない状況になる
- 運送業では2024年問題と銘打たれた規制のせいで労働時間が制限されている
- 荷主が長時間労働を嫌う傾向にある
- 4月から軽貨物の安全対策が施行されるため労働時間の制限が出てくる可能性があり収入も下がる
- 総労働時間規制やインターバルのため、労働時間を減らさないと規制をクリアできない
- 委託先の企業が働き方改革を進めているので、いずれは委託業者にも労働時間の制限を求めてくる

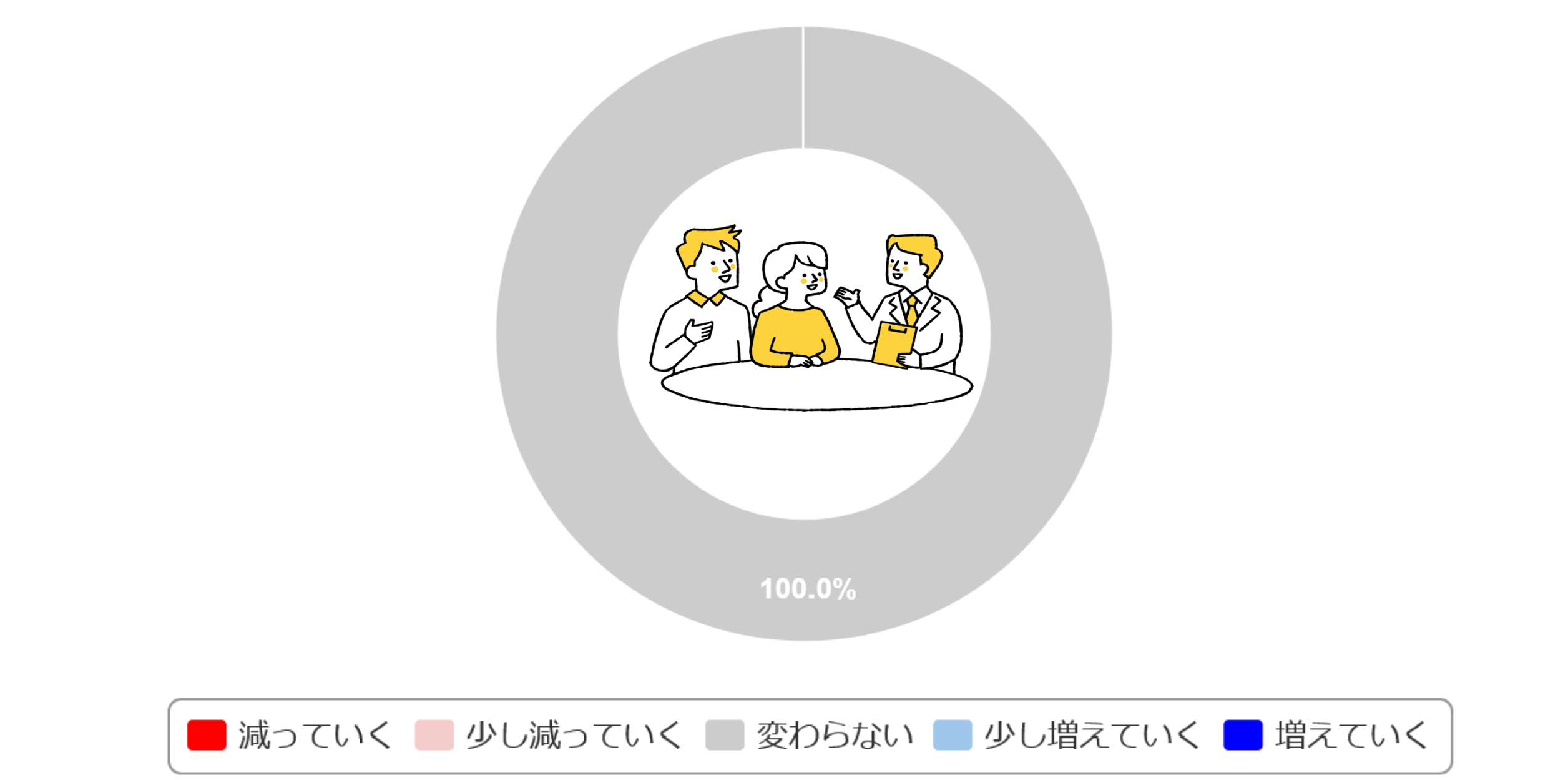
少し増えていく&増えていく

- 月2日休めばそれ以外の決まりはないのでもし規制をしたら完全休業日が増える
- 請負単価が安いと、生活費基盤の安定と次の車の入れ替え費用を稼がなければならない
- 収入を確保するには労働時間は伸びる

変わらない

- 契約している業者としっかり契約書を取り交わしている
- 宅配業界の個人事業主ですが、委託先のシフトの事もあり、当面は現状維持
- 委託元企業より17時までに帰るように言われており、それに合わせて配送量も調整されている
- 個人事業主は労働基準法が適用されないこと。休むと売り上げが下がる
- 運送会社の社員はともかく個人事業主は変わらない
- 時間を気にするような仕事内容ではない
- そもそも労働時間に縛られないので何も変わらない
- クライアントのスケジュール次第なのでこちらでは調整不可
- 労働者が増えたり、時給が上がらない限り今後も変わらない
- 体制は変わってきてはいるらしいが実感は全くない

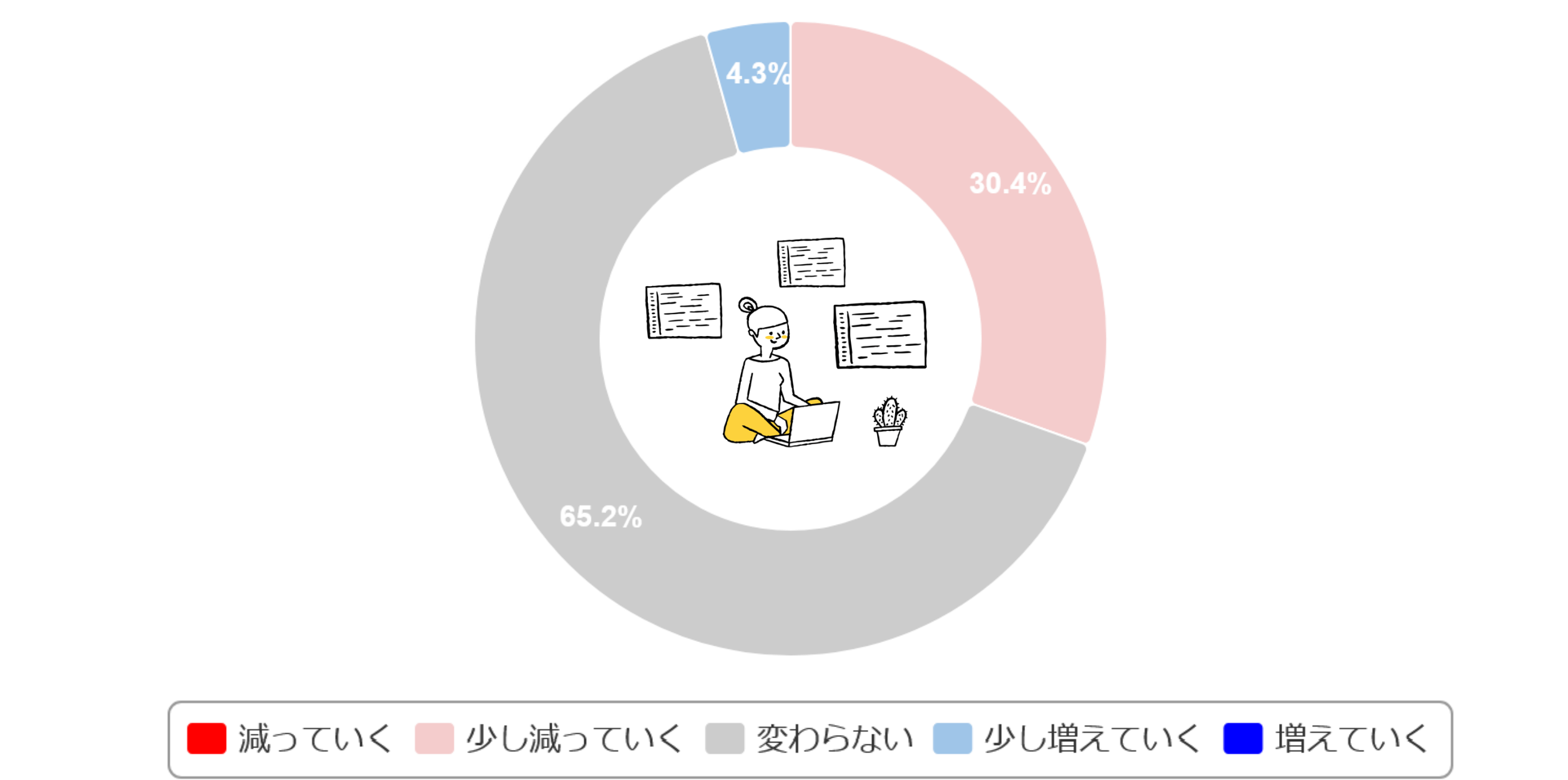
不動産業



変わらない

- 会社員ではないため。個人事業主なので自分次第
- 賃貸アパート経営は仕事の仕方の工夫などは特にない
- 所有するアパートの数が増えない限りは、今後も今と労働時間は変わらない
- やはりAIが普及しても結局は人間同志の付き合いになる
- 新規物件や大規模修繕以外は1年を通して仕事量が変わらない

WEBサービス業



減っていく&少し減っていく

- 様々なことが自動化されて、手間が少なくなる
- プライベートが優先され、育児等に時間がさけるよになるので、業務時間としては減ってくる
- AIや自動化ツールの導入により、業務効率が向上し、労働時間短縮に繋がる
- 単純に、10年前、20年前より減っていつている
- もちろん企業ごとにことなりますが、人員を増やすなどして各自の作業量の軽減が行われる
- 今でも十分減っているが一部で長時間労働が残っているのでその辺りで改善されていく

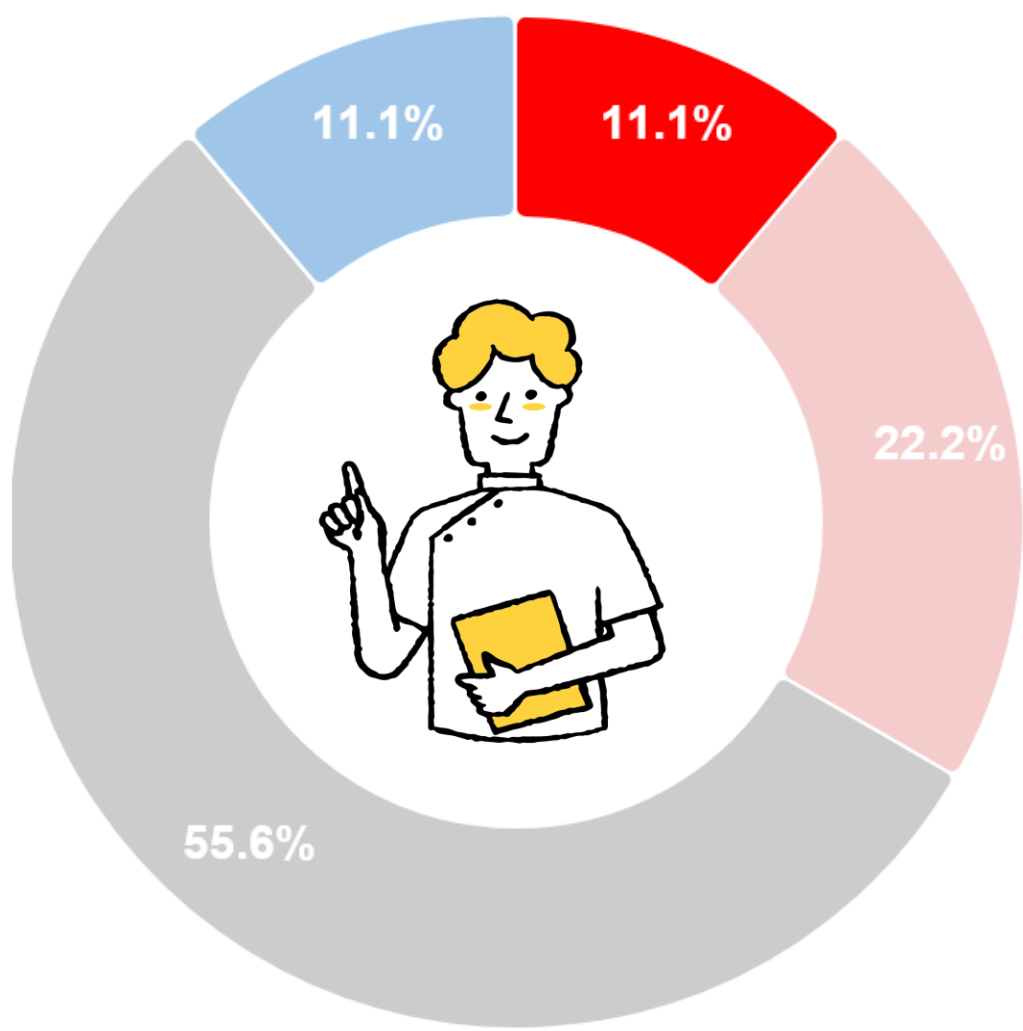
少し増えていく&増えていく

- 人手不足で引き継ぎがうまくいかないのが、長く続かない環境を改善することが大事

変わらない

- 自身の裁量が大きいことは今後も変わらない
- AIが入ったとは言え結局、働くのは人間なので
- 働き改革そのもので良くなったと思う現場はあまり見たことがない
- 業務委託で働く場合、会社員と同じ内容働き方となるため大幅な変更はない
- 業界の慣習的にフルタイム労働が基本
- 自分で調整が簡単にできる仕事なので、特に変化はない
- 元々労働時間はないので、増えたりはしない
- 仕事量自体は大きく変わらないので特に変化はない
- 納期・緊急対応・人手不足が根本的に変わらず、裁量労働制で管理が難しい
- 個人事業者に労基がないので、自身でフレックスに組めるので個人事業者である限り何も変わらない
- 働けば働くほど収入は増えるので現在の働き方は変わらない
- 常に新しい情報を探してリアルタイムに記事を書いていかなければならない点は変わらないので、労働時間もあまり変わらない

医療業・福祉業



減っていく 少し減っていく 変わらない 少し増えていく 増えていく

減っていく&少し減っていく

- 長時間労働が当たり前だったが、今は社員から訴えられたりして残業代を払わないといけなくなり、隠せなくなった
- ワークライフバランスをはかるのに休日3日、いわゆる週休3日制の導入、働き方の多様化により都合の良い時間帯のみの働く日数を決める方々など、通常の労働契約における日数、労働時間から減っていくケースも増えてくる
- 今は遅くまで診療しない医院が増えている

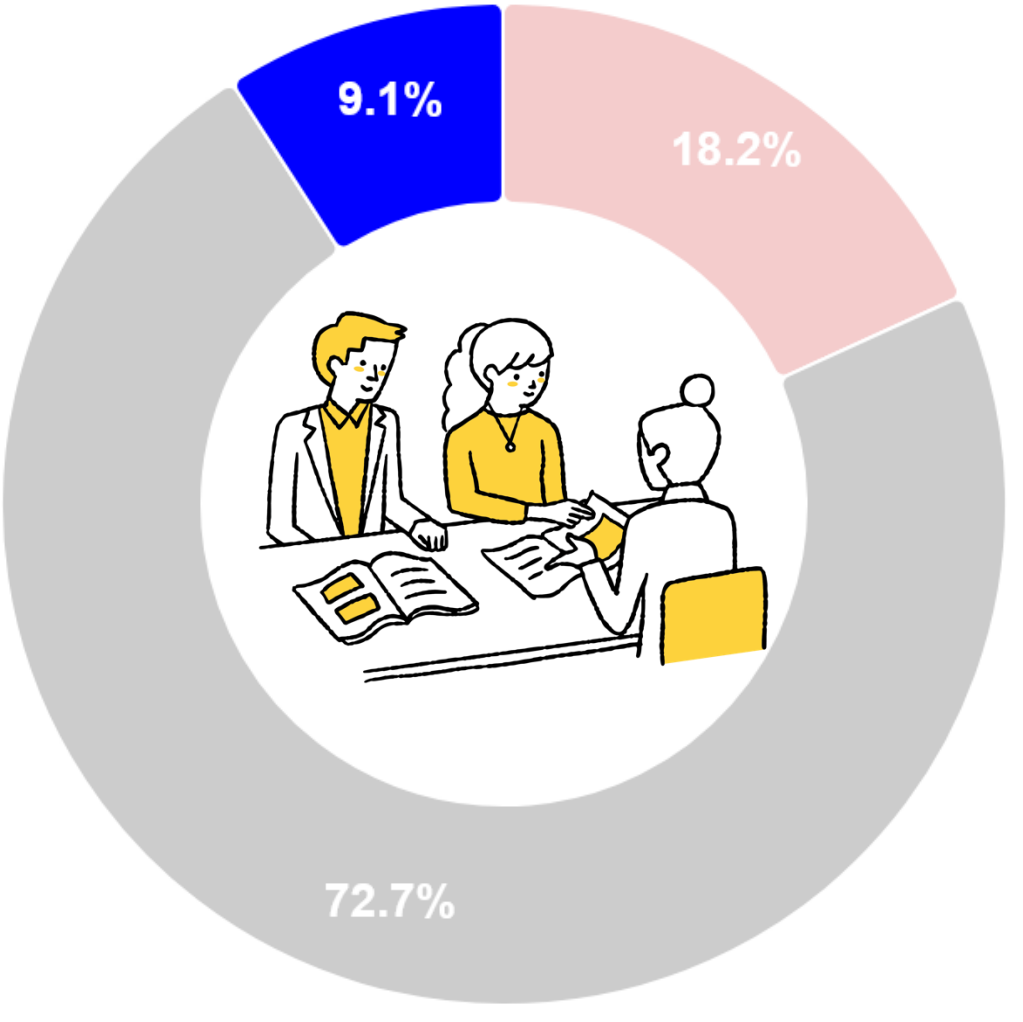
少し増えていく&増えていく

- 保険診療の安い費用を国が決めている限り、長く働かなければ収入は増やせない
- やるべきタスクが絶対に増えていく。ただAIもあるので、その辺のバランスも必要

変わらない

- 独立している人が多いから労働者が少ない
- 患者の数は変わらず業務量が多いため変わらない
- 人力的な不足が慢性的にあるので、なかなか改善されない
- 事務作業の煩雑さが解決することがない
- 効率化できる部分が少ないのでトータルの時間は変わらない
- 予約したお客様の対応をしてなんぼなので客単価を上げない限り売り上げに影響する
- 臨床医としては自己研鑽をするために労働しているようなものなので、自己実現の欲求に従えば労働時間はそれほど減らない
- 既に働く時間は昔と比べると短くなってはいるので、これ以上減ると売り上げに影響が出る
- 自分自身がフリーで働いているため休めばその分収入が減り生活の質が下がる

専門家(士業・FP・コンサルなど)



減っていく 少し減っていく 変わらない 少し増えていく 増えていく

減っていく&少し減っていく

- 保険加入者数も減っており、ネットを通じて 加入するケースも多いため
- テクノロジーの発展や社会制度の変革により業務効率が改善してきた歴史がある。最近でもリモート会議が浸透することで大きく効率化した

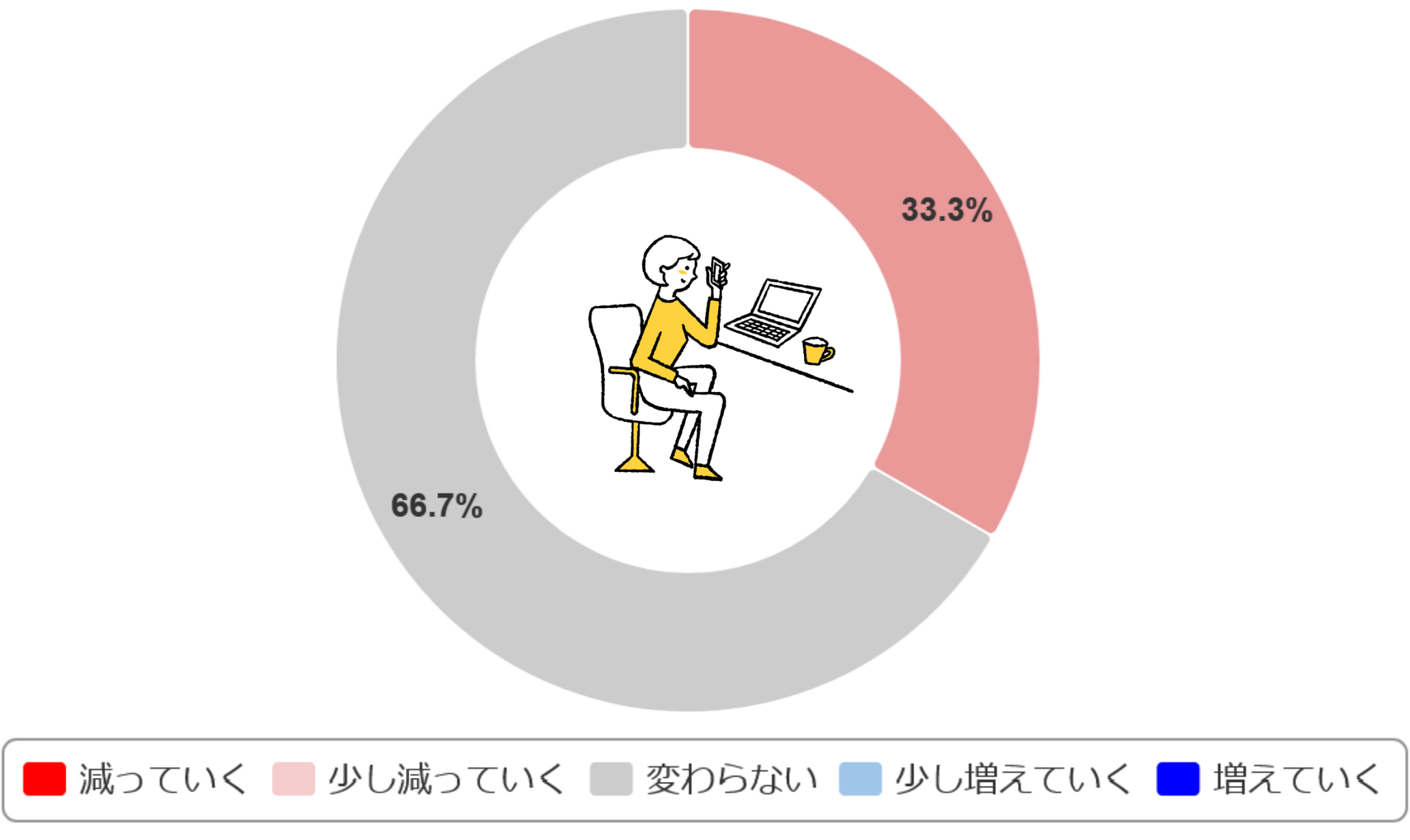
少し増えていく&増えていく

- 時間割りしてのコスト競争により、やむなく対応

変わらない

- 業務形態が皆さんが休んでいる時に働く仕事であるため
- AIの活用などがあまり進んでいないため、手作業が減り、急速に労働時間が減るとは考えにくい
- AIを使える人と使えない人で、労働時間が差が生まれてしまう可能性がある
- 今後も顧客のスケジュールに合わせた調整は必要
- 仕事自体が個人プレイヤーであるため、時間の使い方もその人次第
- クライアントワークなため変わることはほぼない
- 自分の匙加減で今も働いてるからそのまま

個人投資家



● 減っていく ● 増えつつある ● 増えている ● 減えつつある ● 変わらない

減っていく&少し減っていく

- システムもとても便利になってるので、対面せずにWebで仕事を進める事が可能
- 技術の進化・制度の見直し・企業文化の変化など、複数の要因が関係している
- AIやテクノロジーの進化により、定型業務の自動化が進み効率化による労働時間の最適化が行われる
- 仕組み化や外注による専門化を進める
- 人口減少にも対応できるように色々な方へ支援や協力依頼をし、課題を共有していく
- 人間ではなくAIなどで済む業務があったりして今後はもっと時間短縮できる作業できる全体人数が時間制限によって減る
- 長時間労働がよしとしないようになっていくはずなので全体的に減っていく
- オンライン授業を取り入れると顧客も講師も融通が聞き運営しやすく休みも取りやすくなる
- 人でなくてもできることについてはアプリや動画などで置き換えられるようになる
- 夏場など暑い時期の活動の見直しがされている
- プライベートを充実したり、残業を減らす動きが進んでいる
- 保険業界はさらに契約の簡素化をはかる
- AIの利用率により、仕事時間が短縮される
- AI化が進んで、お客様と対面することも減少する

少し増えていく&増えていく

- 具体的な要求が見えて来たので、更に要求は増えて来る
- 大手でできない仕事が零細企業にまわってくる

変わらない

- 自由な就業体制な分、成績をあげないと収入もあがらない
- 人手不足で労働力が必要となる一方、AIの推進で業務効率が図られていく
- 働く時間を自分で決める事が出来るので、大きく変わることはない
- 自分次第で仕事の早さが決まるので、仕事が遅ければ時間はかかる
- 業務委託が多く、自身が限界を感じるまで作業を行っても止める人がいない
- 自分で決めるので働き改革では何も変わらない
- 閉鎖的な業界なので、良くも悪くも労働環境は変わらない
- 業界自体のスケジュールは毎年ほぼ変わらないのでほとんど一緒
- 個人事業主は会社員と違って働き方改革とは無縁と考えている
- 週休二日以上以上の休日が現在あり、委託元企業の労働慣習もそれと同じで変化が見込まれない
- 保険代理店はお客様にあわすのであまり変わらない
- 10年以上この業界で働いてきて、変わってきているのを感じたことがない
- 働き方改革であっても、業界の特徴から変えられないことが多い
- 他部署との連携があるので、ある程度決まった時間数で業務を行わないと支障がある
- 会社とのすり合わせの中で変動はすると思うが、基本変わらない

業界における労働時間に関する課題・問題点

ーあなたの業界での労働時間に関する課題や問題点について教えてください

美容業

- ケースバイケースな店もあるので、明確には難しいが妥協点を見つけること
- 逆に減らしすぎても技術力の低下なども懸念される
- やはりまだまだ長時間労働のビジネスモデルが崩さないのが、客単価を上げていくしかない
- 時間単価をすごく高くできれば労働時間は減る可能性はあるが、今の業界の単価や地位だと難しい
- 単価があがれば労働時間は減らせると思うので業界全体の単価アップを考えれば良い
- メニューによって時間は決まっているものの、技術によっては時間がかかってしまう
- 勉強や練習は当然必要だと思うが、経営者がその時間を業務時間と認めるかどうか問題
- 営業時間が決まっているのに、過度に予約を入れたり、負担が多すぎる
- メニューに対する値段設定ではなく、かかる時間に対して金額を決められたら、もっと働く時間を減らしながら収入も確保できると考えますが、なかなか難しい
- 労働時間が長いのが当たり前で根付いているのでそれを変えないといけない
- 美容業界が休みが少なく長時間労働の業界慣習があるので変えていかなければいけない
- お客様の予約が減らない限り労働時間は変わらず休みも増えない
- 練習時間などが必要なために、働く時間にプラスで時間がのってゆく
- 技術を覚えなないといけなかったり、接客商売なのでお客さんの集客状況で変わってしまう
- 働かない時間は給料が発生しないので、台風とかでキャンセルになるとつらい
- 業界的にはかなり変わってきているが、まだまだ長時間労働しているところも多い
- 拘束時間が長いのに、報酬が増えないとか、時間に対しての報酬が見合わないケースもある
- 営業時間を減らすと売り上げ減るので練習時間を減らすと技術力が悪くなる
- お店にもよるが労働時間を減らすと客数が減りそうという思いがあってなかなか踏み込めない
- いかに労働時間を減らして給料を落とさずいけるかが業界自体の課題
- どうしても利益を求めていくと働かなければいけない業界ではある
- 労働時間が長いと人材確保が難しくなったりモチベーションが低下しやすい
- 今までの慣習では、土日は休めないが一般の人に合わせて土日休めるようになるための工夫が必要
- 長時間労働になりやすい環境が問題

飲食業

- 収入と労働時間のバランスが合っていない
- 今の時代、外食産業は贅沢品だからなかなか見合った料金をいただくのが難しい
- 長時間労働や休日の少なさが課題
- 人手不足で一人当たりの負担が大きく、ワークライフバランスが取りにくい
- 終了時刻をお客様に守って頂くとかかなり終わりが早くなるので変わる

小売業

- 事業主が健康な状態で働けることを前提とした仕事内容と労働時間になっている
- 24時間営業なので1人でも休むとシフトが大変になり時間が長くなる
- 業界全体で定休を増やしていかなければ個店だけ休むのはできない
- 売り上げを上げるため、また、不安から昼夜問わず仕事をしている人が多い
- 意識的に身体を休める習慣をつくる必要がある

- 使っているツールの性能や外注化をどこまでするかによって労働時間が変わってくる
- 明確な労働時間はないため、オンオフの感覚を大事にする人は不満を抱きやすい
- 個人店などの小規模事業主は資金面で最新の機材の導入が難しい

建設業

- 重なってしまった時うまく対応してくれれば均等に仕事をこなしていける
- 労働時間は基本的な範囲だが拘束時間がどうしても長い傾向がある
- 工事期間の余裕をちゃんと考えてくれたら毎週休みもとれるし残業もしないでいい
- 建設業に関わるサラリーマンは長時間労働になりやすく、不健康な生活を送っている
- 個人事業主で現場仕事の一人親方なので完全歩合制で何も変えられない
- 工期の問題で一年の中でどうしても夜中まで働かないといけない期間がある
- どうしても働く人が少ないので、自分ががんばるしかない。働く人材が入ってこない
- 現場の進捗次第では、休み取る時間も無い。 工程調整が問題になっている
- 無理をせず体の健康に気を付けて仕事量を調整すれば問題はない
- 一人作業が多いためどうしても残業が増えてしまうので人が増えてくるといい
- 余裕を持ったスケジュール計画を立てる必要がある
- これから働き方改革が厳しくなると労働時間が減るので、単純に収入が減る
- 配送物数を調整することができれば労働時間も短縮できる
- 住人様の仕事の都合に合わせるのが難しい
- オートマチック化を上手に取り入れるべき
- 現場によって通勤時間が変わるから朝早い日も多いが早く帰れる時と違う時がある
- 思いがけかないハプニング時や納期に間に合わせるために労働時間が増えてしまうこと
- 建設業界での工期を余裕もって作成が必要になってきている
- 労働時間と賃金がつりあうような環境をつくってほしい

運送業

- 労働時間が減ると売上単価も下がるので労働時間が減って単価を上げるのが理想
- 運送業の個人宅配送の業務委託に関しては時間指定があるため拘束時間はどう頑張っても変わらない
- 拘束時間が長い上に休日が少なく、義務と勤務の間隔が短いことが多い
- 家族や自分の時間のための休日が作りにくく、プライベートが充実しない
- 宅配業界の個人事業主ですが、やはり繁忙期は長時間労働になる
- 慢性的な人材不足
- 顧客の需要と供給の平均化
- 人手不足に加えて、拘束時間が長く、荷物一個あたりの単価も安い
- 荷物の積み卸しなどの、仕事をしない待ち時間で拘束されることが多い
- 長時間稼働しないと高収入を得られないシステムになっている

不動産業

- 宿泊を伴ったり、終業時間が遅くなることはある
- アパート経営において大家が労働時間で課題になる事はない
- 労働時間が少なくなって暇を持て余している人もいて不幸になる
- 伝統的な仕事になり安定しているが、代わりに次世代への相続と運用ノウハウの教育が課題になる

WEBサービス業

- 効率よく働ける人にとっては良い点だが、要領が悪い人は労働時間が長くなる傾向にある
- メリハリがややつけづらいところは課題
- 担当システムによって、働き方や休日が大きく異なる場合も多い
- 業界としては長時間労働になりやすいので、業務調整できるかどうかは企業に依存する
- 長期休暇のある月は、労働時間の確保が難しいので個人都合で休みを取りにくい
- 労働時間に関する課題は単価を上げないと時間が長くなること
- 時間で成果を生み出さなくても顧客に許しを求める姿勢が生産性を下げている
- 労働時間の管理が難しい場合がある
- とにかく人材不足で一人の負担が大きい
- 残業や長時間労働を悪とっていない人が高齢者ほど多いので変わるのに時間がかかる
- 人員不足や時期によって作業がバラバラなことがあるため常に安定した稼働が難しい
- 働こうと思えば、1日何時間でも働けるため、知らないうちにオーバーワークになってしまうことが大きな課題
- スマートフォンが手元にあることで簡単な仕事を「癖」でしてしまう方は多い
- リモート作業できる環境の職場がコロナ禍より比べたら少なくなってきた
- 工数見積もりが甘く、無償残業が発生しやすい
- 報告物が多すぎて、稼働と報告物の有効時間が合わない
- 朝から夜間まで働くことがほぼ毎日なので睡眠時間が極端に少ない

医療業・福祉業

- 主に医師の労働時間は問題視されており改善が難しい
- 繁忙期と閑散期での業務の負担が大きく異なってくる
- 事務作業を単純化して効率よく業務を行えるようにしないと患者さんの受け入れ人数が減ってしまう
- チェーン店やスタッフの多い店以外は、交代制など出来ないのでは、週休2日などにしにくい
- 単価が国の規定で定められているのであげようがない。時間も上限あり
- 時間で区切ってしまうとその時間かならず奪われてしまうため、時間単価が上がらない
- 労働時間ではなく、短い時間でも質の良い、時給の良い仕事をするのが重要
- 研修時代の過労問題は20年ほど前から問題視されている
- 長時間の拘束。出社から退社まで12時間くらいかかっている。それ以上のところもある
- 介護業界は長時間労働や低賃金が課題
- 人手不足が深刻で、待遇改善や働きやすい環境整備が求められている

専門家(士業・FP・コンサルなど)

- 個人事業主故に労働稼働の制約がなされないこと
- 休業日は業務用のスマホは電源を切る、PCは開かないということを徹底できればよい
- 成果が出るまで終わらない面があり、長時間労働に結び付くことになる
- 働かせすぎると離職してしまうため、補助しながら、人材を育てる必要がある
- 顧客が社会人であることが多く、顧客が仕事終わりや休日のタイミングでのサービス提供が多い
- 自分でカスタマイズ出来るので、自分なりの仕事の量の調整をすればいい
- クライアントワークなため長時間労働になりがちである点が構造上の問題
- 書類作りなど夜遅くまでやることもある

個人投資家

- ボラティリティが少ない時期は暇になりやすい
- 相場が動いている限り気になってしまうのは避けられない
- 生活リズムが崩れやすい
- プライベートな時間でも市場で大きい動きがあったとき、価格が気になってしまう
- 成果を上げながら自由な時間を出来るだけ多く確保することが課題

その他

- 基本給などの固定給がないため、成績があがらなければ休みなく働き続けなければいけない
- 副業も含めてされる方が多いので本業との両立が難しく、様々な知識や経験が必要
- 教育や指導の仕組みも必要
- 土日は休みたいところではあるが、お客様は土日が空いているので土日に対応をする場合が多い
- 不慮のトラブルが発生したりすると労働時間が延びやすい
- どうしても夜遅くまで働くことになるので、1日の労働時間が長くなると、質が落ちる
- たくさん働かないと稼げない部分が根本的に業界全体の対価が安いのが問題
- 単純に作業できる人材の奪い合いになっているので作業できる人材の総量を増やさないといけない
- 「成果主義」の文化が強いため、仕事を終わらせるまで労働時間が増えやすい特徴がある
- お客様のわがままに多少振り回されている部分があるのではっきり断ることも必要
- 外国人が多数なので、言葉の問題や文化の問題、伝え方がわからない
- 休憩時間でも対応せざるを得ないので、休憩がとりにくい
- 週末の労働がながく、宿泊をとまなう活動は拘束時間が長くなる
- 基本、労働時間は短いと思うが住人からの突然の対応がある場合は迅速な対応が必要
- みなし残業という考えがあり、残業ありきになっている環境がつくられてる
- 海外との仕事のやり取りでは時差が生じるため、夜間に仕事をすることもある
- 各個人の求める労働時間や仕事量にばらつきがあるので調整が難しい
- 不動産業界の時間外労働はサービス残業が多い
- デジタル化を進め、個人の時間内に納めようとする意識が大事

ワークライフバランスについて

ー個人事業主としての立場から、仕事とプライベートの両立について、肯定的な意見でも否定的な意見でも構いませんので、具体的な事実や理由を踏まえてご意見をお聞かせください

美容業

- 自由を手にするためには、やりたくないことや、やらなければいけないことをしなければならない
- これからの働き方や個人事業主としての理想的な働き方は、高単価で短時間での労働が理想的
- 労働特区は良い案
- 働く人が働き方を選べるようにした方が良い
- 高収入を希望するならそれこそ休まず働けばいい
- 働きたい人は働いて休みたい人は休む
- 収入を増やしたければ働くのが一番いいと思うし、効率を上げれば仕事量が減っても収入は増える
- 働きたい人は働けばいいし働きたくなければ働かなければいい。 自身の選択に責任をもつべき
- お金が必要ならばとことん働く給料も上がるのでそこは個人の考えでいい
- 私は、休む時は休んだ方がいい
- 自分の望みがハッキリしていれば、時間はそれに合わせて良い
- 働いた時間で収入は増えると思うので単純にお金が欲しければ働けばいい
- サロンや個人の考え方になるので自由に決めたら良い
- 働き過ぎて体を壊したら大変なので休みとのバランスが大事
- 色んな働き方があっていい
- 切り替えや生産性が大事

飲食業

- 働く事は最も結果の出やすい方法だと思うが、休みに何をするか、身体も大事だか、心のリフレッシュもすごく大事
- 個人事業主は収入を得るために長時間働くことが多いが、過労は健康や経営の持続性に悪影響を及ぼす。効率的な働き方や従業員の負担軽減が重要で、極端な労働偏重よりバランスを取ることが長期的な成功につながる

小売業

- 休みながらも十分な収入を得られるのが理想的
- 自営業者は健康が前提なので、身体に負担がかかる無理な経営は避けるべき
- 収入かプライベートかを選択できる環境はとて面白い
- 個人個人で考えればいいこと
- 収入を上げることは幸福度を上げることにもつながると思っているので、たくさん働いてたくさん稼ぐことは悪くない。しかし、それで身体を壊してしまったら意味がないと思うので、無理しない範囲で働くことが良い
- 業態によって違うとは思いますが、個人事業主は休みたいときに休めて家族との時間が作りやすい
- 休めば休むほど収入は減る。そのバランスが難しい
- 自分のやりたい仕事、興味がある仕事をするのが一番
- 現状は働き時間イコール稼げる金額になっているのはたしかであり、自分自身への負担が許容範囲内であればそれもよい

建設業

- 個人の自由だと思うのでその人にあった働き方で働けば良い
- 確かに休まず働けば収入は増えるだろうけどそれをする身体や精神的にガタが来る
- 自分の能力を最大限に収入に反映させるなら働くべき
- 稼ぎたい人は休まず働く事を選択できて、休みたい人は休日を選択できる環境も必要
- 休めば収入が減るので何とも言えない
- 個人事業主の最大のメリットは仕事量調整出来る所なので、稼ぎたかったら働き、休みたかったら休めるので、時間は作りやすい
- 仕事とプライベートの両立は人それぞれ考えが違うと思うので、勤めてる会社の方針と考えが合わなければ転職するか独立すればいい
- 心身の充実を図るなら休日は大事だと思うので、一定の休息は計画を持って作るべき
- 稼ぎたいなら働くしかない
- 働きたい人は働くべき、プライベートを優先したい方は両立
- 休まず働くのは余計に身体精神が疲労するから能率が悪くなる
- 成功者のほとんどが長い時間の労働を経て勝ち取っているのはわかるがその反面健康や家族関係を失ってしまう可能性がある、自分にとって何が優先順位で大切かしっかりと持つことが必要
- 個人事業主は労働時間は調整できる

運送業

- 稼がないとプライベートの充実なんてのはない
- 収入が欲しければ働くべき
- 長時間労働は逆に効率が悪くなるだろうし、危険を伴う仕事であれば尚更良い事はない
- 個人事業主の場合も業種によっては長時間労働になりかねないので注意が必要
- 個人事業主は労働時間の制限がなく1日に15時間働く人もいて体調面や精神面が気になる所なので
- ワークライフバランスも保たれない気がする。個人事業主にも労働時間制限を設けた方が良い人それぞれ好きにすればいい
- 休みがなければ体に不調も出ると思うのでせめて週一日ぐらいの休みはあったほうが良いバランスが大切
- 十分な収入を得る前に十分な収入を得る環境が整っていない。増税ばかりの政策

不動産業

- 個人事業主は自分次第なので、稼ぎたいから働く、自由時間が欲しければセーブするでいい
- 働く目的は、自分や家族が充実した人生を送るための糧を得るため
- 働き過ぎて健康を害してしまったり、家庭が崩壊してしまったりする事にでもなれば本末転倒
- 適度な労働時間が一番良い
- ワークライフバランスがないと人生充実しない
- ある程度の実力をつけるまでは公私を問わず仕事に集中して働き、ある程度の実力を身に着けてから公私のバランスを考えたほうが良い

WEBサービス業

- 働きすぎること健康を害することは事実としてあるため、意識的に休むことは非常に重要
- 時間という唯一平等なものがあるので、そこをトレードオフにして成功するのはわかりやすい
- 強制のない形であれば、個人の都合で働きたい人は働くでよい
- 収入と労働時間は比例するときもあるため、それを選択したければすればよい
- 仕事とプライベートの両立は自己管理が重要
- 働きたい人は働き、そうでない人は稼働量を減らすで良い
- 休息やプライベートな時間は必要と考えているため、休める日は休んでいい
- その人によって考え方は違うと思うので、正解はない
- 適度に息抜きをしたり、家族と過ごしたりする時間は大切で、それが仕事のモチベーションにつながることもあるので、ワークライフバランスはもっと尊重されるべき

医療業・福祉業

- そこまで働かなくても充分な収入を得る事は出来る
- 働きたい人はプライベートを削っても仕事をしてよいが、それを他人には押し付けないようにするのが大切
- 体力がある限りは働いた方がいい
- 将来の不安のためがんばりすぎない、なんとかなる
- ワークライフバランスを言うのは、理想的な収入を得られるようになった人が言うべき
- 休まず働けば収入は増えますが、疲れてパフォーマンスは落ちる
- その人によると思うので、働いてお金を稼ぎたい人はやればいいし、休みたい人は決められた時間だけ働けば良い
- 仕事とプライベートを分けて充実させたいがさせるためにはしっかり働き十分な収入がなければそれはできない
- 仕事だけでなく、家に帰ると家事もしなければいけないのがしんどい。 家事をやらなくていいならもう少し仕事の量を増やしたいが、身体のことを心配でもある

専門家(士業・FP・コンサルなど)

- 時は金なり
- 身体が動くうちは休みなく働く期間があっても悪くない
- ワークライフバランスという考えがどうして制度化されたのかよく理解できない
- 働きたいだけ働くということでもよい
- 私は仕事が好きなのでプライベートなしで働いても全然いい
- 働きたい人は働くで良い

個人投資家

- 個人事業主は、収入と時間は本人のバランス感覚で行えば良い
- 全員が金持を目指している訳ではないので、ワークライフバランスを重視する人は働く時間を減らせばよい。選択は自由だ
- 短期間の集中労働は収益向上に有効だが、長期的な視点では健康や判断力の低下がリスクとなる
- 市場変動に応じた柔軟な働き方が重要で、「稼ぐ時に稼ぎ、休む時に休む」戦略が最適
- 休む事によって見えてないものが見えるため休んだほうがいい

その他

- より収入を得たい人はさらに働き、そうでない人は今まで通りに働けばいい
- 人生のライフステージにおいて、仕事とプライベートの優先度に合わせて動ければ良い
- 個々人の意思決定に任せて、進めていければ良い
- 収入も労働時間も休む日も個人の自由で決められるようになれば一番いい
- 休まず働く事で収入が上がっていいけど、一概に休まず働く事がいいとは思わない
- 自分で全て決めるので計画性が必要
- 仕事大切な人はプライベートを少なくして働けばいい
- 収入ではなくワークライフバランスを優先したい人は自分の収入や労働時間を調整すればいい
- 保険代理店は仕事とプライベートの両立はできます
- 収入だけで考えると休まず仕事をするは良い
- 健康面を踏まえると休む事も考えていかないと厳しい
- 必要な収入はそれぞれ違うので、それに合わせて働くべき
- 自分の努力が直接収入や成果に結びつくため、モチベーションが高い状態を維持しやすい
- ある程度の収入を得ようと思うならば、自由ばかり入ってられないのは当たり前だと思うが、無理してスケジュールを決めて無理な事故をしても効果はない
- 働き甲斐がある仕事で働く意欲がある人、また年齢も無理がきく時期ならば、沢山働いた方がよい

本調査の回答者属性

