

副業・兼業に係る実態把握の内容等について

○ 副業・兼業に関する労働者調査については、

- ・ 仕事の有無、性別、年齢、就業形態、業種、収入、労働時間（本業／副業・兼業別）、
- ・ 副業・兼業の有無、副業・兼業を行う理由、
- ・ 職業生活に関する強い不安、悩み等の有無、定期健康診断・ストレスチェックの状況、睡眠の状況等について、調査を行っているところ。

※ 調査項目については、第126回及び第127回労働政策審議会安全衛生分科会においてご意見をいただいたもの。調査については7月29日締切で回収済み。

○ 次回労働政策審議会安全衛生分科会で、次の項目について調査結果（速報）を報告する予定。

- 1 副業している人の割合（就業形態別、業種別、収入別）
- 2 本業と副業の就業形態（雇用×雇用、雇用×非雇用など）
- 3 本業・副業の労働時間（本業の労働時間は副業の有無別）
- 4 副業をしている理由（就業形態別、業種別、仕事内容別、収入別）
- 5 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスの状況（就業形態別、業種別、仕事内容別、収入別）
- 6 睡眠時間（副業の有無別）
- 7 不安、悩み、ストレスを相談できる人がいるか（副業の有無別）
- 8 7でいない場合に、相談環境の整備を希望するか（副業の有無別）
- 9 健康診断の受診・有所見・事後措置の状況（副業の有無別）
- 10 病欠の有無（副業の有無別）
- 11 ストレスチェックの実施・ストレスの状況・面接指導の有無（副業の有無別）

副業・兼業に関する労働者調査結果

調査概要①

調査方法

○インターネット調査

○調査期間

令和2年7月23日～令和2年7月29日

○有効回答数

- ・調査会社が約67万人に調査回答依頼のメールを送信、約23万人から回答を得た。
- ・調査への参加に同意がない者(約3万人)、
仕事をしていない者(約4万人)、
調査会社のデータクリーニングから脱落した者(240人)を除いた159,355人のデータを有効サンプルとした。

○副業については、最も収入の多いものの
就業形態、労働時間等を尋ねたもの。

	男女計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
20歳未満	1,055	0.7	232	0.1	823	0.5
20～29歳	17,406	10.9	3,800	2.4	13,606	8.5
30～39歳	31,913	20.0	12,623	7.9	19,290	12.1
40～49歳	47,025	29.5	27,333	17.2	19,692	12.4
50～59歳	43,827	27.5	30,707	19.3	13,120	8.2
60～64歳	12,220	7.7	9,799	6.1	2,421	1.5
65歳以上	5,909	3.7	5,029	3.2	880	0.6
全体	159,355	100.0	89,523	56.2	69,832	43.8

※男女別の割合は、男女計を母数として計算

全体像

	人	%
有効回答のあった者	229,540	100.0
調査への参加に同意がない者	30,661	13.4
仕事をしていない者	39,284	17.1
データクリーニング脱落者	240	0.1
分析対象者	159,355	69.4

※仕事には、雇用関係以外も含む。

分析対象者

	人	%
全体	159,355	100.0
仕事は1つだけ(副業なし)	143,970	90.3
仕事は2つ以上(副業あり)	15,385	9.7

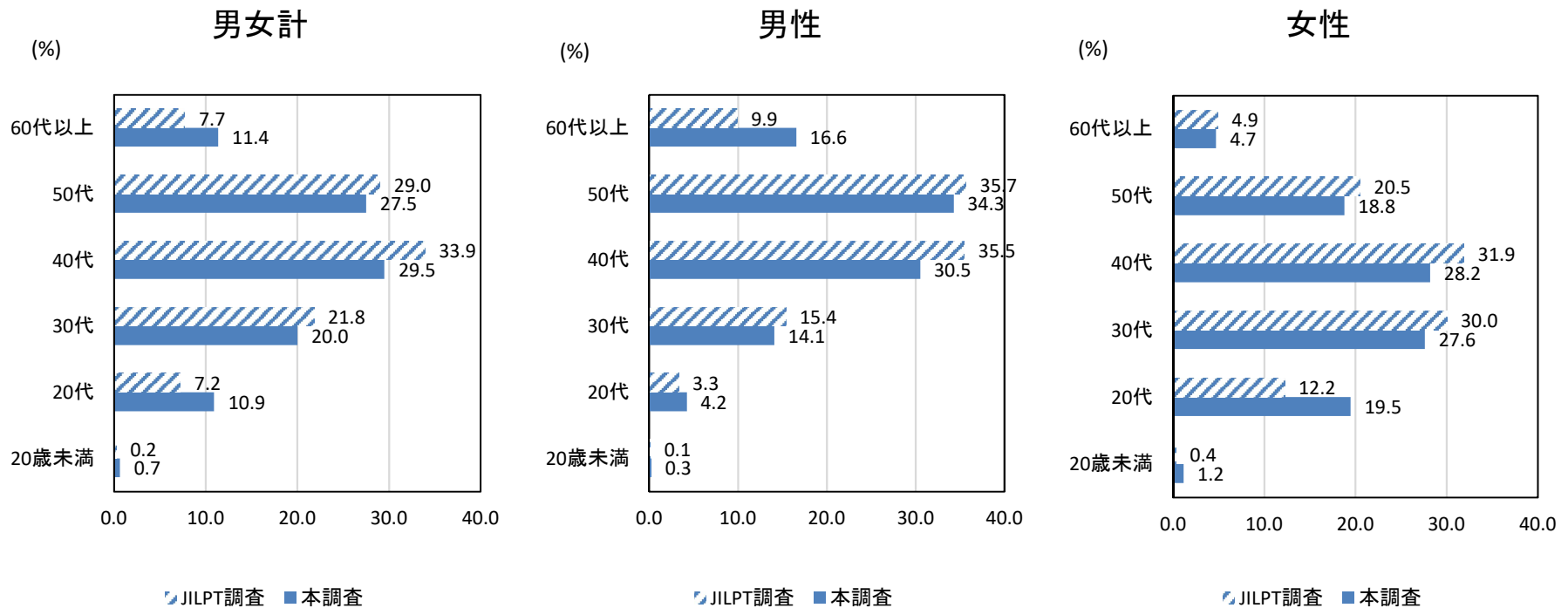
※本調査において、以後、副業・兼業を「副業」と表記。

※仕事は2つ以上ある方を副業をしている方とし、回答者本人が主たる仕事と考えている仕事を「本業」、それ以外の仕事を「副業」とした。

調査概要②

(参考)複数就業者についての実態調査((独)労働政策研修研究機構)(平成29年) と本調査(令和2年)の比較①

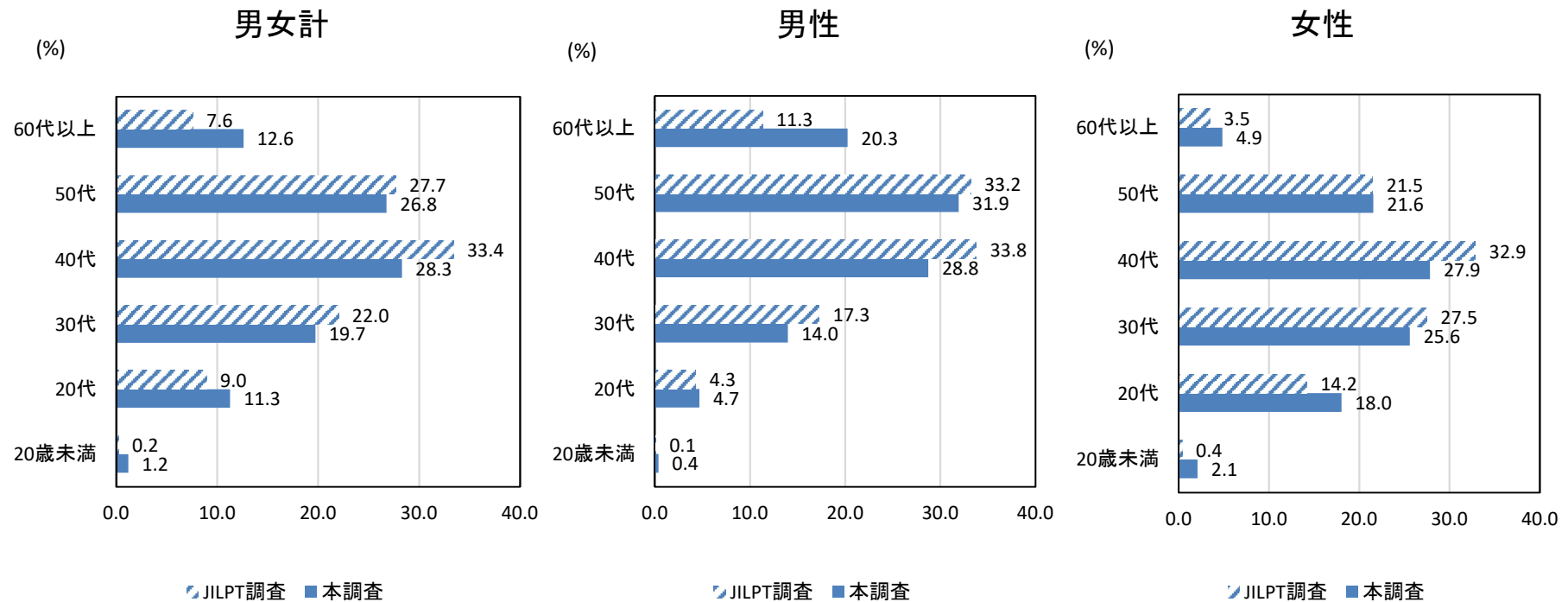
○ 回答者総数の年齢構成(男性、女性については、それぞれの性の総数に対する割合)



調査概要③

(参考)複数就業者についての実態調査((独)労働政策研修研究機構)(平成29年)
と本調査(令和2年)の比較②

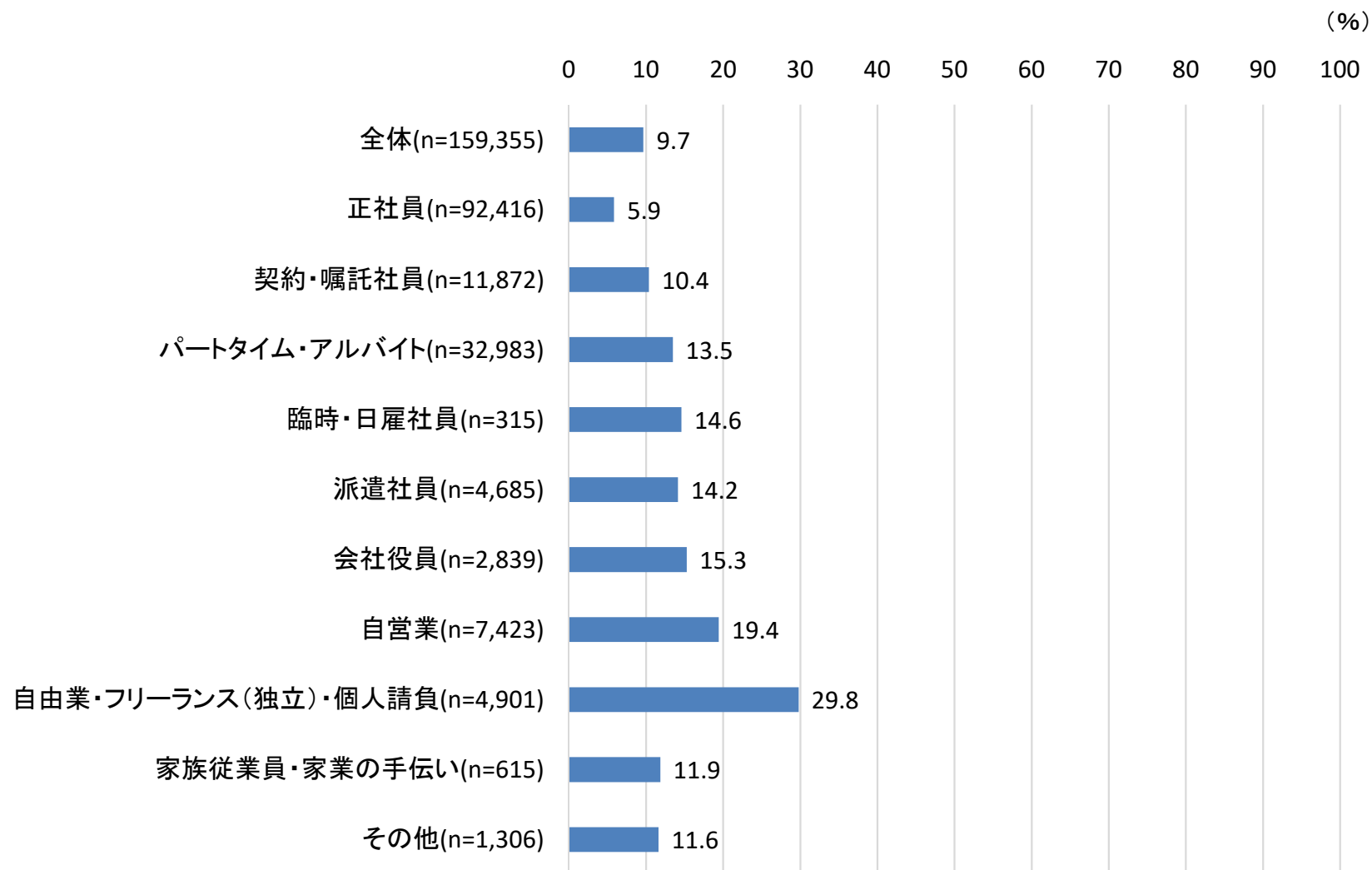
○ 副業している人の年齢構成(男性、女性については、それぞれの性の総数に対する割合)



副業している人の割合(就業形態別)

○ 副業をしている人の割合は全体で9.7%であり、本業の就業形態別では、「自由業・フリーランス(独立)・個人請負」が29.8%と最も高く、「正社員」が5.9%と最も低かった。

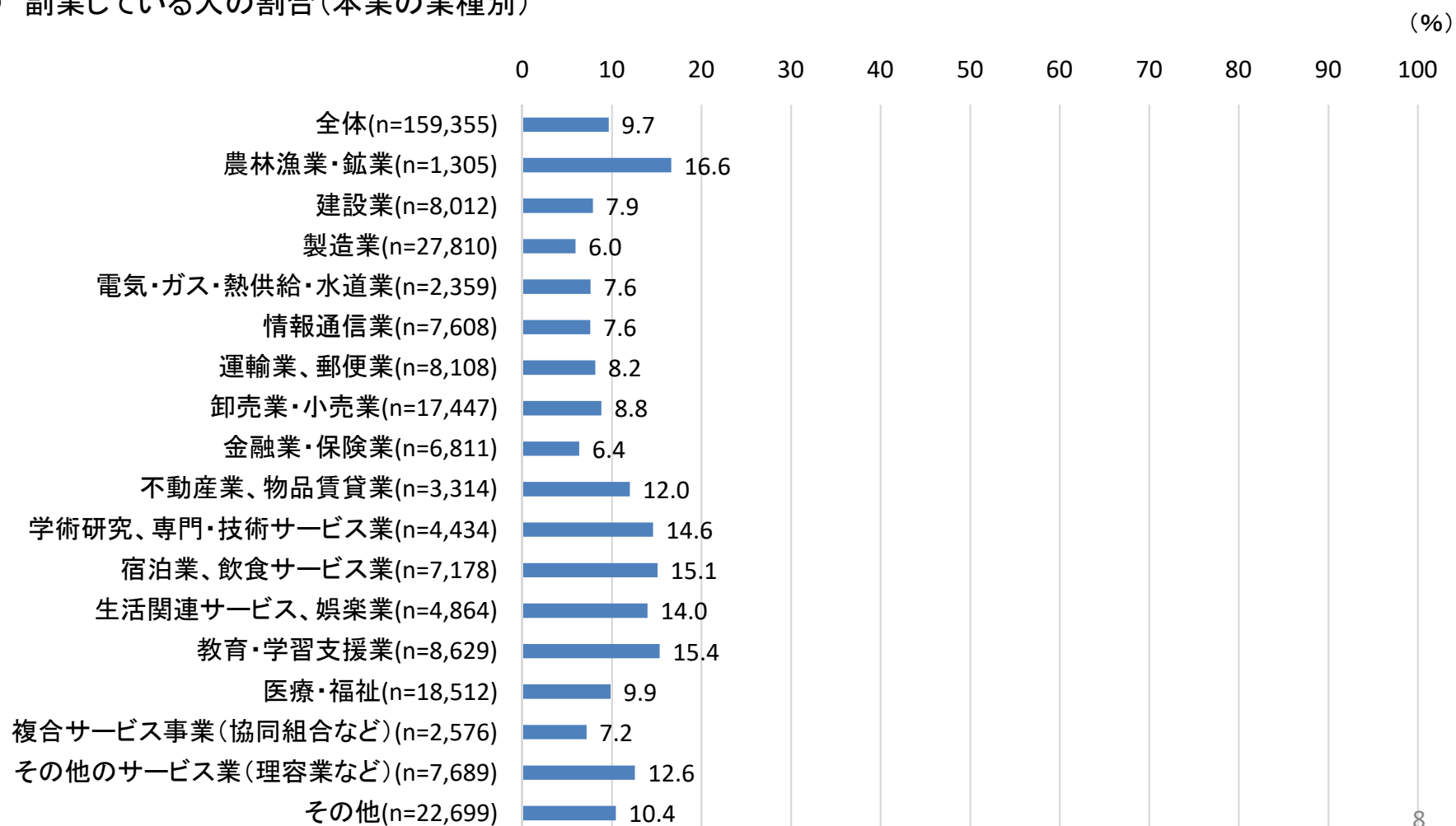
● 副業している人の割合(本業の就業形態別)



副業している人の割合（業種別）

○ 副業をしている人の割合は全体で9.7%であり、本業の業種別では、「農林漁業・鉱業」、「不動産業、物品賃貸業」、「学術研究、専門・技術サービス業」、「宿泊業、飲食サービス業」、「生活関連サービス、娯楽業」、「教育・学習支援業」、「医療・福祉」、「その他のサービス業（理容業など）」、「その他」が、全体と比べて割合が高かった。

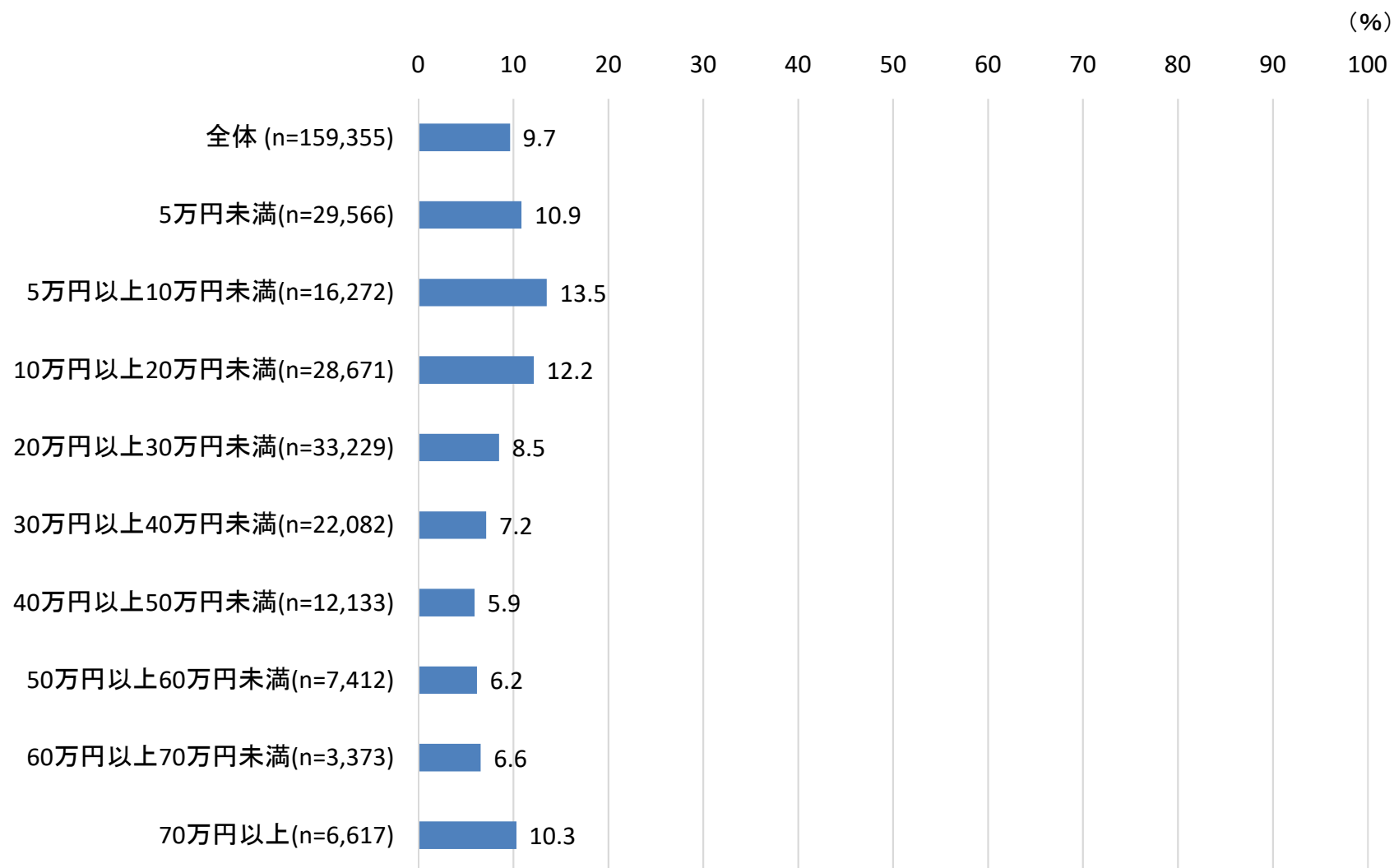
● 副業している人の割合（本業の業種別）



副業している人の割合（収入別）

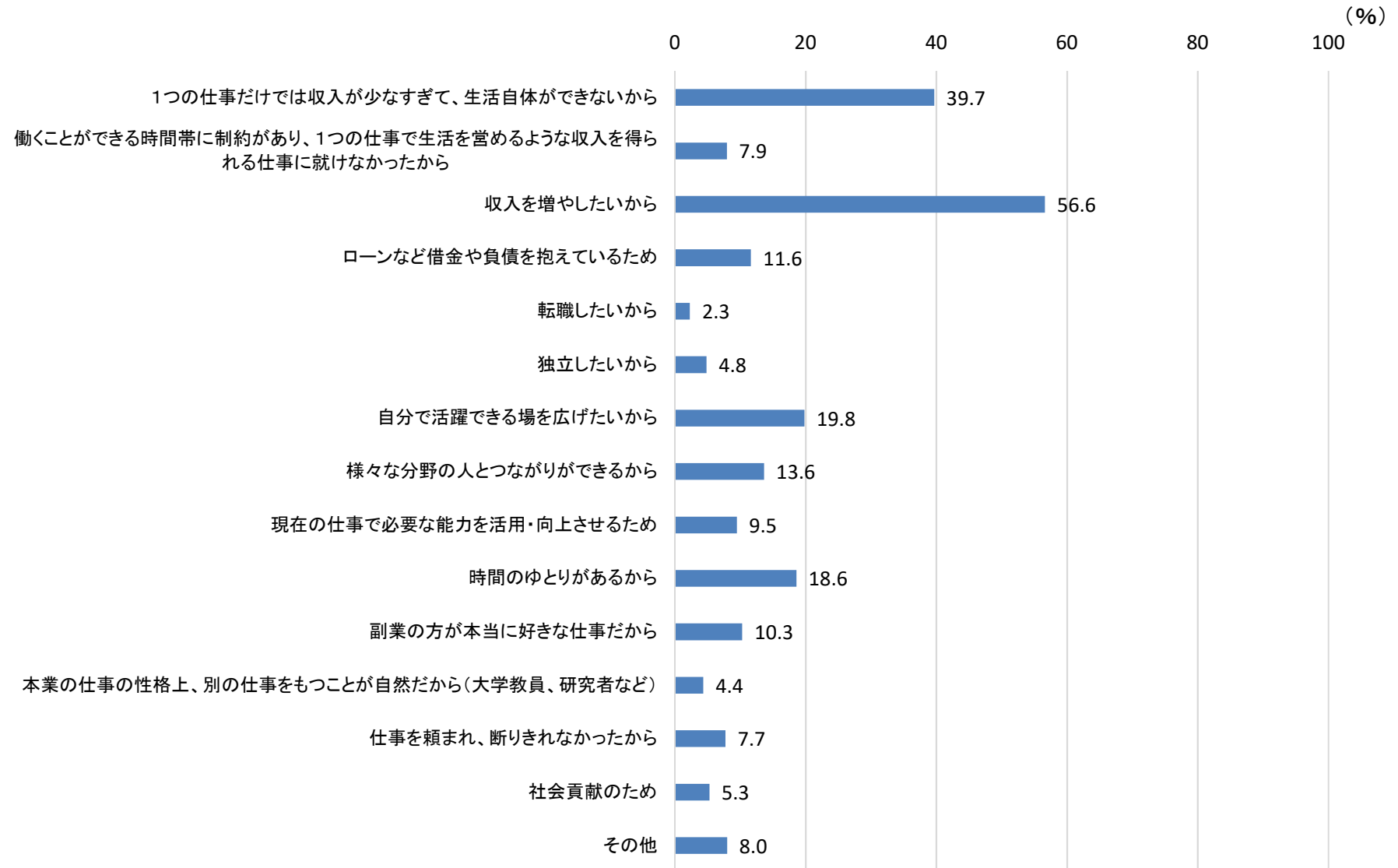
○ 副業をしている人の割合は全体で9.7%であり、本業の収入別では、「5万円未満」、「5万円以上10万円未満」、「10万円以上20万円未満」、「70万円以上」が、全体と比べて割合が高かった。

● 副業している人の割合（本業の1カ月あたりの収入別）



副業をしている理由

○ 副業をしている理由について、「収入を増やしたいから」と回答した割合が最も高く56.6%、次に「1つの仕事だけでは収入が少なすぎて、生活自体ができないから」と回答した割合が高く39.7%であった。



(n=15,385。複数回答可)

副業をしている理由(本業の就業形態別)

- 副業をしている理由について、全ての就業形態で「収入を増やしたいから」との回答が3割を超えていた。
- 「会社役員」を除く全ての就業形態で、「1つの仕事だけでは収入が少なすぎて、生活自体ができないから」との回答が3割を超えていた。
- その他、「臨時・日雇社員」は「働くことができる時間帯に制約があり、1つの仕事で生活を営めるような収入を得られる仕事に就けなかったから」、「会社役員」は「自分で活躍できる場を広げたいから」との回答が3割を超えていた。

			副業をしている理由(複数回答可)														
			1つの仕事だけでは収入が少なすぎて、生活自体ができないから	働くことができる時間帯に制約があり、1つの仕事で生活を営めるような収入を得られる仕事に就けなかったから	収入を増やしたいから	ローンなど借金や負債を抱えているため	転職したいから	独立したいから	自分で活躍できる場を広げたいから	様々な分野の人とつながりができるから	現在の仕事で必要な能力を活用・向上させるため	時間のゆとりがあるから	副業の方が本当に好きな仕事だから	本業の仕事の性格上、別の仕事をもつことが自然だから(大学教授、研究者など)	仕事を頼まれ、断りきれなかったから	社会貢献のため	その他
			人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人
本業の就業形態	正社員(n=5,427)	人	1,917	25.7	3,301	83.9	176	3.8	386	11.3	816	5.8	870	6.4	230	4.0	442
		%	35.3	4.7	60.8	15.5	3.2	7.1	21.0	15.0	10.8	16.0	11.8	4.2	7.5	5.7	8.1
	契約・嘱託社員(n=1,232)	人	541	9.1	702	16.5	33	0.5	55	2.3	143	1.1	146	0.5	93	0.8	116
		%	43.9	7.4	57.0	13.4	2.7	4.5	19.1	11.6	9.3	17.2	11.9	4.4	7.5	3.9	9.4
	パートタイム・アルバイト(n=4,456)	人	1,839	54.7	2,551	36.3	81	1.2	125	1.7	500	2.6	933	5.9	312	1.6	269
		%	41.3	12.3	57.2	8.1	1.8	2.8	16.0	11.2	5.8	20.9	10.0	1.3	7.0	3.6	6.0
	臨時・日雇社員(n=46)	人	21	16	22	10	2	2	8	5	5	7	1	0	5	3	4
		%	45.7	34.8	47.8	21.7	4.3	4.3	17.4	10.9	10.9	15.2	2.2	0.0	10.9	6.5	8.7
	派遣社員(n=663)	人	312	56	451	120	17	39	111	74	38	118	91	14	35	23	39
		%	47.1	8.4	68.0	18.1	2.6	5.9	16.7	11.2	5.7	17.8	13.7	2.1	5.3	3.5	5.9
	会社役員(n=434)	人	80	21	166	33	4	9	134	91	74	79	30	39	70	60	64
		%	18.4	4.8	38.2	7.6	0.9	2.1	30.9	21.0	17.1	18.2	6.9	9.0	16.1	13.8	14.7
	自営業(n=1,442)	人	688	89	673	157	9	33	256	199	120	287	87	71	142	94	131
		%	47.7	6.2	46.7	10.9	0.6	2.3	17.8	13.8	8.3	19.9	6.0	4.9	9.8	6.5	9.1
	自由業・フリーランス(独立)・個人請負(n=1,460)	人	637	130	745	88	26	85	417	243	243	306	118	185	105	101	126
		%	43.6	8.9	51.0	6.0	1.8	5.8	28.6	16.6	16.6	21.0	8.1	12.7	7.2	6.9	8.6
	家族従業員・家業の手伝い(n=73)	人	27	3	36	7	2	3	9	9	4	18	8	5	7	4	7
		%	37.0	4.1	49.3	9.6	2.7	4.1	12.3	12.3	5.5	24.7	11.0	6.8	9.6	5.5	9.6
	その他(n=152)	人	41	12	62	8	3	6	29	16	14	31	19	13	10	12	33
		%	27.0	7.9	40.8	5.3	2.0	3.9	19.1	10.5	9.2	20.4	12.5	8.6	6.6	7.9	21.7

※ 色付きは30%以上の部分

副業をしている理由(本業の業種別)

- 副業をしている理由について、全ての業種で「収入を増やしたいから」との回答が3割を超えていた。
- 「情報通信業」、「不動産業、物品賃貸業」を除く全ての業種で、「1つの仕事だけでは収入が少なすぎて、生活自体ができないから」との回答が3割を超えていた。

		副業をしている理由(複数回答可)														
		1つの仕事だけでは収入が少なすぎて、生活自体ができないから	収入を増やしたいから	働くことができる時間帯に制約があり、1つの仕事で生活を送るような収入を得られない仕事に就けなかったから	ローンなど借金や負債を抱えているため	転職したいから	独立したいから	自分ですべて活躍できる場を広げたいから	様々な分野の人とつながりができるから	現在の仕事で必要な能力を活用・向上させるため	時間のゆとりがあるから	副業の方が本当に好きな仕事だから	本業の仕事の性格上、別の仕事をもつことが自然だから(大学教員、研究者など)	仕事を頼まれ、断りきれなかったから	社会貢献のため	その他
本業の業種	農林漁業・鉱業(n=217)	人 92	21	89	20	4	11	41	31	17	40	18	7	34	19	27
		% 42.4	9.7	41.0	9.2	1.8	5.1	18.9	14.3	7.8	18.4	8.3	3.2	15.7	8.8	12.4
	建設業(n=633)	人 224	33	326	75	11	40	110	101	56	98	61	19	72	36	66
		% 35.4	5.2	51.5	11.8	1.7	6.3	17.4	16.0	8.8	15.5	9.6	3.0	11.4	5.7	10.4
	製造業(n=1,655)	人 679	97	980	296	52	105	308	222	124	283	192	35	96	78	136
		% 41.0	5.9	59.2	17.9	3.1	6.3	18.6	13.4	7.5	17.1	11.6	2.1	5.8	4.7	8.2
	電気・ガス・熱供給・水道業(n=180)	人 76	22	88	27	4	9	31	27	17	34	18	4	19	9	9
		% 42.2	12.2	48.9	15.0	2.2	5.0	17.2	15.0	9.4	18.9	10.0	2.2	10.6	5.0	5.0
	情報通信業(n=577)	人 157	45	353	94	18	58	159	96	80	108	70	23	42	30	41
		% 27.2	7.8	61.2	16.3	3.1	10.1	27.6	16.6	13.9	18.7	12.1	4.0	7.3	5.2	7.1
	運輸業、郵便業(n=661)	人 330	73	385	97	8	18	76	59	27	110	76	11	45	17	41
		% 49.9	11.0	58.2	14.7	1.2	2.7	11.5	8.9	4.1	16.6	11.5	1.7	6.8	2.6	6.2
	卸売業・小売業(n=1,544)	人 704	144	918	216	34	75	262	177	83	274	158	24	101	61	104
		% 45.6	9.3	59.5	14.0	2.2	4.9	17.0	11.5	5.4	17.7	10.2	1.6	6.5	4.0	6.7
	金融業・保険業(n=434)	人 157	20	247	52	15	24	97	74	45	89	66	10	28	23	26
		% 36.2	4.6	56.9	12.0	3.5	5.5	22.4	17.1	10.4	20.5	15.2	2.3	6.5	5.3	6.0
	不動産業、物品賃貸業(n=398)	人 112	18	207	42	6	27	80	50	46	100	54	18	30	22	39
		% 28.1	4.5	52.0	10.6	1.5	6.8	20.1	12.6	11.6	25.1	13.6	4.5	7.5	5.5	9.8
	学術研究、専門・技術サービス業(n=648)	人 221	24	334	50	9	29	183	125	105	128	60	87	67	51	68
		% 34.1	3.7	51.5	7.7	1.4	4.5	28.2	19.3	16.2	19.8	9.3	13.4	10.3	7.9	10.5
	宿泊業、飲食サービス業(n=1,084)	人 483	108	685	108	26	41	164	149	64	223	96	9	75	26	59
		% 44.6	10.0	63.2	10.0	2.4	3.8	15.1	13.7	5.9	20.6	8.9	0.8	6.9	2.4	5.4
	生活関連サービス、娯楽業(n=681)	人 312	72	421	72	16	28	116	74	44	137	53	23	41	26	36
		% 45.8	10.6	61.8	10.6	2.3	4.1	17.0	10.9	6.5	20.1	7.8	3.4	6.0	3.8	5.3
	教育・学習支援業(n=1,325)	人 467	125	685	76	29	41	379	214	198	286	110	186	123	114	84
		% 35.2	9.4	51.7	5.7	2.2	3.1	28.6	16.2	14.9	21.6	8.3	14.0	9.3	8.6	6.3
	医療・福祉(n=1,825)	人 629	132	1086	212	39	67	394	273	256	317	190	72	193	133	124
		% 34.5	7.2	59.5	11.6	2.1	3.7	21.6	15.0	14.0	17.4	10.4	3.9	10.6	7.3	6.8
	複合サービス事業(協同組合など)(n=185)	人 63	17	85	21	6	7	27	20	13	33	29	9	12	10	17
		% 34.1	9.2	45.9	11.4	3.2	3.8	14.6	10.8	7.0	17.8	15.7	4.9	6.5	5.4	9.2
	その他のサービス業(理容業など)(n=967)	人 452	82	557	128	17	51	176	116	71	154	105	28	59	30	75
		% 46.7	8.5	57.6	13.2	1.8	5.3	18.2	12.0	7.3	15.9	10.9	2.9	6.1	3.1	7.8
	その他(n=2,371)	人 945	189	1263	204	59	112	445	288	212	447	229	105	150	127	279
		% 39.9	8.0	53.3	8.6	2.5	4.7	18.8	12.1	8.9	18.9	9.7	4.4	6.3	5.4	11.8

※ 色付きは30%以上の部分

副業をしている理由(本業の仕事内容別)

- 副業をしている理由について、全ての仕事内容で「収入を増やしたいから」との回答が3割を超えていた。
- 「管理的職業従事者」を除く全ての仕事内容で、「1つの仕事だけでは収入が少なすぎて、生活自体ができないから」との回答が3割を超えていた。

			副業をしている理由(複数回答可)														
			収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから
			収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから	収入を増やしたいから
本業の仕事内容	管理的職業従事者(n=1,540)	人	376	73	730	156	37	99	410	294	228	296	184	90	184	155	168
		%	24.4	4.7	47.4	10.1	2.4	6.4	26.6	19.1	14.8	19.2	11.9	5.8	11.9	10.1	10.9
	専門的・技術的職業従事者(n=3,051)	人	1058	157	1666	312	66	157	841	535	499	554	283	316	290	239	253
		%	34.7	5.1	54.6	10.2	2.2	5.1	27.6	17.5	16.4	18.2	9.3	10.4	9.5	7.8	8.3
	事務従事者(n=2,736)	人	1025	201	1631	332	74	142	505	351	173	563	377	45	191	89	225
		%	37.5	7.3	59.6	12.1	2.7	5.2	18.5	12.8	6.3	20.6	13.8	1.6	7.0	3.3	8.2
	販売従事者(n=1,584)	人	724	160	983	209	47	85	245	179	89	266	153	30	76	44	84
		%	45.7	10.1	62.1	13.2	3.0	5.4	15.5	11.3	5.6	16.8	9.7	1.9	4.8	2.8	5.3
	サービス職業従事者(介護サービス職業従事者及び保健医療サービス職業従事者を除く)(n=1,516)	人	647	171	859	144	33	66	251	193	93	284	142	41	86	51	84
		%	42.7	11.3	56.7	9.5	2.2	4.4	16.6	12.7	6.1	18.7	9.4	2.7	5.7	3.4	5.5
	介護サービス職業従事者及び保健医療サービス職業従事者(n=807)	人	306	72	488	104	19	37	169	124	105	140	85	20	84	54	50
		%	37.9	8.9	60.5	12.9	2.4	4.6	20.9	15.4	13.0	17.3	10.5	2.5	10.4	6.7	6.2
	生産工程従事者(n=796)	人	410	63	481	153	18	36	88	60	25	124	67	9	36	28	65
		%	51.5	7.9	60.4	19.2	2.3	4.5	11.1	7.5	3.1	15.6	8.4	1.1	4.5	3.5	8.2
	輸送・機械運転従事者(n=286)	人	143	32	172	55	9	17	37	29	10	51	36	5	24	10	17
		%	50.0	11.2	60.1	19.2	3.1	5.9	12.9	10.1	3.5	17.8	12.6	1.7	8.4	3.5	5.9
	建設・採掘従事者(n=178)	人	79	16	89	24	4	9	27	23	21	16	13	2	13	8	18
		%	44.4	9.0	50.0	13.5	2.2	5.1	15.2	12.9	11.8	9.0	7.3	1.1	7.3	4.5	10.1
	運搬・清掃・包装等従事者(n=646)	人	364	72	357	92	16	14	61	35	24	110	62	8	41	14	38
		%	56.3	11.1	55.3	14.2	2.5	2.2	9.4	5.4	3.7	17.0	9.6	1.2	6.3	2.2	5.9
	その他(n=2,245)	人	971	205	1253	209	30	81	414	273	191	457	183	104	162	120	229
		%	43.3	9.1	55.8	9.3	1.3	3.6	18.4	12.2	8.5	20.4	8.2	4.6	7.2	5.3	10.2

※ 色付きは30%以上の部分

副業をしている理由(本業の収入別)

○ 副業をしている理由について、全ての層について「収入を増やしたいから」と回答した割合が高かった。また、月収が少ない方は「1つの仕事だけでは収入が少なすぎて、生活自体ができないから」と回答した割合が、月収が多い方は「自分で活躍できる場を広げたいから」と回答した割合が高い傾向があった。

			副業をしている理由														
			1つの仕事だけでは収入が少なすぎて生活自体ができないから	働くことができる時間帯に制約があり、1つの仕事で生活を営めるような収入を得られない仕事に就けなかったから	収入を増やしたいから	ローンなど借金や負債を抱えているため	転職したいから	独立したいから	自分で活躍できる場を広げたいから	様々な分野の人とつながりができるから	現在の仕事で必要な能力を活用・向上させるため	時間のゆとりがあるから	副業の方が本当に好きな仕事だから	本業の仕事の性格上、別の仕事をもつことが自然だから(大学教員、研究者など)	仕事を頼まれ、断りきれなかったから	社会貢献のため	その他
本業の1カ月あたりの収入	5万円未満(n=3,214)	人	1,269	295	1,751	317	54	150	585	375	285	605	289	139	208	187	260
		%	39.5	9.2	54.5	9.9	1.7	4.7	18.2	11.7	8.9	18.8	9.0	4.3	6.5	5.8	8.1
	5万円以上10万円未満(n=2,202)	人	901	290	1,194	149	39	43	393	271	136	502	220	49	186	100	138
		%	40.9	13.2	54.2	6.8	1.8	2.0	17.8	12.3	6.2	22.8	10.0	2.2	8.4	4.5	6.3
	10万円以上20万円未満(n=3,487)	人	1,844	303	1,944	416	96	146	567	398	243	613	358	115	224	118	246
		%	52.9	8.7	55.7	11.9	2.8	4.2	16.3	11.4	7.0	17.6	10.3	3.3	6.4	3.4	7.1
	20万円以上30万円未満(n=2,823)	人	1,257	181	1,824	454	78	168	563	389	252	503	336	77	188	125	203
		%	44.5	6.4	64.6	16.1	2.8	6.0	19.9	13.8	8.9	17.8	11.9	2.7	6.7	4.4	7.2
	30万円以上40万円未満(n=1,579)	人	482	71	941	245	39	87	344	241	180	259	173	85	120	96	148
		%	30.5	4.5	59.6	15.5	2.5	5.5	21.8	15.3	11.4	16.4	11.0	5.4	7.6	6.1	9.4
	40万円以上50万円未満(n=717)	人	158	24	425	92	15	54	196	133	101	122	76	48	80	46	74
		%	22.0	3.3	59.3	12.8	2.1	7.5	27.3	18.5	14.1	17.0	10.6	6.7	11.2	6.4	10.3
	50万円以上60万円未満(n=458)	人	64	16	230	40	12	38	127	92	82	79	52	46	57	41	63
		%	14.0	3.5	50.2	8.7	2.6	8.3	27.7	20.1	17.9	17.2	11.4	10.0	12.4	9.0	13.8
	60万円以上70万円未満(n=221)	人	24	9	112	26	9	17	72	62	49	39	15	29	28	23	23
		%	10.9	4.1	50.7	11.8	4.1	7.7	32.6	28.1	22.2	17.6	6.8	13.1	12.7	10.4	10.4
	70万円以上(n=684)	人	104	33	288	51	11	40	201	135	130	139	66	82	96	76	76
		%	15.2	4.8	42.1	7.5	1.6	5.8	29.4	19.7	19.0	20.3	9.6	12.0	14.0	11.1	11.1

※ 色付きは30%以上の部分

本業と副業の就業形態①

- 本業と就業形態別の副業の就業形態では、「パート・アルバイト」、「自由業・フリーランス・個人請負」の割合が高い。
また、本業と副業で同じ就業形態である者の割合も比較的高い。
- 「雇用×雇用」では「パート・アルバイト×パート・アルバイト」が、「雇用×非雇用」では「正社員×自由業・フリーランス（独立）・個人請負」が、「非雇用×雇用」では「自営業×パート・アルバイト」が、「非雇用×非雇用」では「自由業・フリーランス（独立）・個人請負×自由業・フリーランス（独立）・個人請負」が最も多かった。

			副業の就業形態(収入のもっとも多い副業)											合計
			正社員	契約・嘱託社員	パート・アルバイト	派遣社員	請負会社の社員	期間工・季節工・日雇	会社などの役員	自営業主	家族従業員・家業の手伝い	自由業・フリーランス(独立)・個人請負	その他(有償ボランティアを含む)	
本業の就業形態	正社員	人	700	233	1,925	217	26	53	95	430	105	1,331	312	5,427
		%	12.9	4.3	35.5	4.0	0.5	1.0	1.8	7.9	1.9	24.5	5.7	100.0
	契約・嘱託社員	人	6	267	408	84	8	16	6	90	29	261	57	1,232
		%	0.5	21.7	33.1	6.8	0.6	1.3	0.5	7.3	2.4	21.2	4.6	100.0
	パートタイム・アルバイト	人	3	81	3,130	129	10	35	15	102	81	657	213	4,456
		%	0.1	1.8	70.2	2.9	0.2	0.8	0.3	2.3	1.8	14.7	4.8	100.0
	臨時・日雇社員	人	0	1	17	5	0	11	0	3	0	7	2	46
		%	0.0	2.2	37.0	10.9	0.0	23.9	0.0	6.5	0.0	15.2	4.3	100.0
	派遣社員	人	2	21	242	161	2	19	2	19	5	160	30	663
		%	0.3	3.2	36.5	24.3	0.3	2.9	0.3	2.9	0.8	24.1	4.5	100.0
	会社役員	人	27	20	61	3	3	3	116	87	3	84	27	434
		%	6.2	4.6	14.1	0.7	0.7	0.7	26.7	20.0	0.7	19.4	6.2	100.0
	自営業	人	23	68	429	48	1	11	21	518	27	244	52	1,442
		%	1.6	4.7	29.8	3.3	0.1	0.8	1.5	35.9	1.9	16.9	3.6	100.0
	自由業・フリーランス(独立)・個人請負	人	8	53	327	45	2	5	16	73	13	886	32	1,460
		%	0.5	3.6	22.4	3.1	0.1	0.3	1.1	5.0	0.9	60.7	2.2	100.0
	家族従業員・家業の手伝い	人	0	0	29	0	0	0	0	2	18	13	11	73
		%	0.0	0.0	39.7	0.0	0.0	0.0	0.0	2.7	24.7	17.8	15.1	100.0
	その他	人	4	5	31	8	0	2	5	4	4	32	57	152
		%	2.6	3.3	20.4	5.3	0.0	1.3	3.3	2.6	2.6	21.1	37.5	100.0
合計		人	773	749	6,599	700	52	155	276	1,328	285	3,675	793	15,385
		%	5.0	4.9	42.9	4.5	0.3	1.0	1.8	8.6	1.9	23.9	5.2	100.0

※1 「正社員」、「契約・嘱託社員」、「パート・アルバイト」、「臨時・日雇社員」、「派遣社員」、「請負会社の社員」、「期間工・季節工・日雇」を「雇用」とし、「会社役員」、「会社などの役員」、「自営業」、「自営業主」、「自由業・フリーランス（独立）・個人請負」、「家族従業員・家業の手伝い」、「その他（有償ボランティアを含む）」を「非雇用」とした。

15

※2 色付きは10%以上の部分

本業と副業の就業形態②

- 本業と副業の就業形態について、「雇用×雇用」の組み合わせが最も多く、副業・兼業をしている方の50.8%であった。また、「非雇用×雇用」の組み合わせが最も少なく、副業・兼業をしている方の7.9%であった。

(人)

		副業の就業形態(収入のもっとも多い副業)		
		雇用	非雇用	合計
本業の就業形態	雇用	7,812 (50.8%) 「パート・アルバイト×パート・アルバイト」等	4,012 (26.1%) 「正社員×自由業・フリーランス(独立)・個人請負」等	11,824 (76.9%)
	非雇用	1,216 (7.9%) 「自営業×パート・アルバイト」等	2,345 (15.2%) 「自由業・フリーランス(独立)・個人請負×自由業・フリーランス(独立)・個人請負」等	3,561 (23.2%)
	合計	9,028 (58.7%)	6,357 (41.3%)	15,385 (100%)

※ 「正社員」、「契約・嘱託社員」、「パート・アルバイト」、「臨時・日雇社員」、「派遣社員」、「請負会社の社員」、「期間工・季節工・日雇」を「雇用」とし、「会社役員」、「会社などの役員」、「自営業」、「自営業主」、「自由業・フリーランス(独立)・個人請負」、「家族従業員・家業の手伝い」、「その他(有償ボランティアを含む)」を「非雇用」とした。

本業・副業における強い不安、悩み、ストレスの状況(副業の有無別)

- 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスが「ある」と回答した割合は、副業をしている方が56.5%、副業をしていない方が58.2%であった。
- 本業における強い不安、悩み、ストレスについて、副業をしている方もしていない方も、上位3つは「収入が低いこと」、「仕事の量・質」、「対人関係(セクハラ・パワハラを含む。)」であった。
- 副業における強い不安、悩み、ストレスについて、「副業にはない」、「収入が低いこと」との回答が3割を超えていた。

		強い不安、悩み、ストレスがある	本業														副業													
			仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	不規則な勤務形態（深夜労働など）	健康上の問題	対人関係（セクハラ・パワハラを含む。）	役割・地位の変化等（昇進・昇格、配置転換等）	仕事の失敗、責任の発生等	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	本業にはない	仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	不規則な勤務形態（深夜労働など）	健康上の問題	対人関係（セクハラ・パワハラを含む。）	役割・地位の変化等（昇進・昇格、配置転換等）	仕事の失敗、責任の発生等	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	副業にはない
副業あり (n=15,385)	人	8712	2784	4145	604	635	923	2375	689	1135	712	159	1375	1357	777	342	1530	2643	308	659	575	945	139	642	512	166	997	475	699	2848
	%	56.6	32.0	47.6	6.9	7.3	10.6	27.3	7.9	13.0	8.2	1.8	15.8	15.6	8.9	3.9	17.6	30.3	3.5	7.6	6.6	10.8	1.6	7.4	5.9	1.9	11.4	5.5	8.0	32.7
副業なし (n=143,970)	人	83766	33876	33841	6880	5346	9715	26195	11013	14566	8367	1155	8909	13414	7569	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
	%	58.2	40.4	40.4	8.2	6.4	11.6	31.3	13.1	17.4	10.0	1.4	10.6	16.0	9.0	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

※1 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスは、それぞれ主なものの3つ以内を回答。

※2 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスの内容の割合は、「強い不安、悩み、ストレスがある」と回答した方を100%として算出。

※3 色付きは30%以上の部分。

副業をしている方の強い不安、悩み、ストレスの状況(就業形態別)

- 本業における強い不安、悩み、ストレスについては、就業形態を問わず、「収入が低いこと」、「仕事の量・質」と回答した割合が高かった。本業の就業形態が雇用の場合には「対人関係(セクハラ・パワハラを含む。)」と回答した割合も高かった。また、「派遣社員」は「雇用の安定性」、「会社役員」は「会社の将来性」と回答した割合も高かった。
- 副業における強い不安、悩み、ストレスについては、「収入が低いこと」と回答した割合が高く、「正社員」、「契約・嘱託社員」は「副業にはない」と回答した割合も高かった。

			強い不安、悩み、ストレスがある	本業														副業													
				仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	不規則な勤務形態（深夜労働など）	健康上の問題	対人関係（セクハラ・パワハラを含む。）	役割・地位の変化等（昇進・昇格、配置転換等）	仕事の失敗、責任の発生等	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	本業にはない	仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	不規則な勤務形態（深夜労働など）	健康上の問題	対人関係（セクハラ・パワハラを含む。）	役割・地位の変化等（昇進・昇格、配置転換等）	仕事の失敗、責任の発生等	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	副業にはない
本業の就業形態	正社員(n=5,427)	人	3451	1242	1605	366	252	298	1101	462	460	287	58	368	773	234	85	488	841	122	254	175	297	65	218	180	73	268	176	208	1476
		%	63.6	36.0	46.5	10.6	7.3	8.6	31.9	13.4	13.3	8.3	1.7	10.7	22.4	6.8	2.5	14.1	24.4	3.5	7.4	5.1	8.6	1.9	6.3	5.2	2.1	7.8	5.1	6.0	42.8
	契約・嘱託社員(n=1,232)	人	703	199	383	37	67	78	202	48	71	58	11	193	69	48	18	119	226	22	56	46	70	10	38	43	15	137	46	52	217
		%	57.1	28.3	54.5	5.3	9.5	11.1	28.7	6.8	10.1	8.3	1.6	27.5	9.8	6.8	2.6	16.9	32.1	3.1	8.0	6.5	10.0	1.4	5.4	6.1	2.1	19.5	6.5	7.4	30.9
	パートタイム・アルバイト(n=4,456)	人	2374	703	1069	80	139	279	719	106	347	203	28	449	200	223	128	482	773	66	150	168	348	33	203	154	24	314	114	188	658
		%	53.3	29.6	45.0	3.4	5.9	11.8	30.3	4.5	14.6	8.6	1.2	18.9	8.4	9.4	5.4	20.3	32.6	2.8	6.3	7.1	14.7	1.4	8.6	6.5	1.0	13.2	4.8	7.9	27.7
	臨時・日雇社員(n=46)	人	25	10	12	3	0	3	9	1	4	0	1	6	3	2	0	4	12	2	2	2	5	0	2	1	1	6	1	2	3
		%	54.3	40.0	48.0	12.0	0.0	12.0	36.0	4.0	16.0	0.0	4.0	24.0	12.0	8.0	0.0	16.0	48.0	8.0	8.0	8.0	20.0	0.0	8.0	4.0	4.0	24.0	4.0	8.0	12.0
	派遣社員(n=663)	人	398	122	200	16	23	31	124	16	43	16	4	139	24	32	13	69	142	12	29	25	49	5	28	18	4	68	18	39	115
		%	60.0	30.7	50.3	4.0	5.8	7.8	31.2	4.0	10.8	4.0	1.0	34.9	6.0	8.0	3.3	17.3	35.7	3.0	7.3	6.3	12.3	1.3	7.0	4.5	1.0	17.1	4.5	9.8	28.9
	会社役員(n=434)	人	197	52	60	10	17	27	32	12	28	24	12	12	76	26	5	28	50	12	20	10	23	5	15	20	12	12	26	18	51
		%	45.4	26.4	30.5	5.1	8.6	13.7	16.2	6.1	14.2	12.2	6.1	6.1	38.6	13.2	2.5	14.2	25.4	6.1	10.2	5.1	11.7	2.5	7.6	10.2	6.1	6.1	13.2	9.1	25.9
	自営業(n=1,442)	人	726	187	378	50	61	99	66	16	84	72	23	63	144	79	44	151	267	36	73	70	72	12	69	51	23	77	51	84	160
		%	50.3	25.8	52.1	6.9	8.4	13.6	9.1	2.2	11.6	9.9	3.2	8.7	19.8	10.9	6.1	20.8	36.8	5.0	10.1	9.6	9.9	1.7	9.5	7.0	3.2	10.6	7.0	11.6	22.0
	自由業・フリーランス（独立）・個人請負(n=1,460)	人	739	244	400	32	66	84	102	23	86	47	20	132	58	117	43	176	299	35	66	66	74	9	59	39	13	102	35	90	144
		%	50.6	33.0	54.1	4.3	8.9	11.4	13.8	3.1	11.6	6.4	2.7	17.9	7.8	15.8	5.8	23.8	40.5	4.7	8.9	8.9	10.0	1.2	8.0	5.3	1.8	13.8	4.7	12.2	19.5
	家族従業員・家業の手伝い(n=73)	人	38	12	20	2	5	11	7	1	6	4	0	4	4	1	3	5	16	1	6	6	2	0	4	4	0	3	4	4	8
		%	52.1	31.6	52.6	5.3	13.2	28.9	18.4	2.6	15.8	10.5	0.0	10.5	10.5	2.6	7.9	13.2	42.1	2.6	15.8	15.8	5.3	0.0	10.5	10.5	0.0	7.9	10.5	10.5	21.1
	その他(n=152)	人	61	13	18	8	5	13	13	4	6	1	2	9	6	15	3	8	17	0	3	7	5	0	6	2	1	10	4	14	16
		%	40.1	21.3	29.5	13.1	8.2	21.3	21.3	6.6	9.8	1.6	3.3	14.8	9.8	24.6	4.9	13.1	27.9	0.0	4.9	11.5	8.2	0.0	9.8	3.3	1.6	16.4	6.6	23.0	26.2

※1 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスは、それぞれ主なもの3つ以内を回答。

※2 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスの内容の割合は、「強い不安、悩み、ストレスがある」と回答した方を100%として算出。

※3 色付きは30%以上の部分。

副業をしている方の強い不安、悩み、ストレスの状況（業種別）

- 本業における強い不安、悩み、ストレスについては、「収入が低いこと」、「仕事の量・質」と、「医療・福祉」は「対人関係（セクハラ・パワハラを含む。）」と回答した割合が高かった。
- 副業における強い不安、悩み、ストレスについては、「収入が低いこと」、「副業にはない」と回答した割合が高かった。

			強い不安、悩み、ストレスがある	本業													副業														
				仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	夜間・不規則な勤務形態（深夜労働など）	健康上の問題	対人関係（セクハラ・パワハラを含む。）	役割・地位の変化等（昇進・昇格、配置転換等）	生等	仕事の失敗、責任の発生	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	本業にはない	仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	夜間・不規則な勤務形態（深夜労働など）	健康上の問題	対人関係（セクハラ・パワハラを含む。）	役割・地位の変化等（昇進・昇格、配置転換等）	生等	仕事の失敗、責任の発生	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性
本業の業種	農林漁業・鉱業(n=217)	人	116	35	53	13	15	16	22	2	14	10	6	11	10	10	8	30	41	9	12	7	13	2	8	4	5	9	6	9	28
		%	53.5	30.2	45.7	11.2	12.9	13.8	19.0	1.7	12.1	8.6	5.2	9.5	8.6	6.9	25.9	35.3	7.8	10.3	6.0	11.2	1.7	6.9	3.4	4.3	7.8	5.2	7.8	24.1	
	建設業(n=633)	人	350	109	159	34	19	41	104	38	50	22	7	40	67	27	12	54	94	7	34	27	46	5	28	15	4	28	20	23	115
		%	55.3	31.1	45.4	9.7	5.4	11.7	29.7	10.9	14.3	6.3	2.0	11.4	19.1	7.7	3.4	15.4	26.9	2.0	9.7	7.7	13.1	1.4	8.0	4.3	1.1	8.0	5.7	6.6	32.9
	製造業(n=1,655)	人	994	355	505	89	46	113	297	128	126	53	15	158	218	65	24	164	293	40	81	64	89	11	66	48	22	97	52	68	372
		%	60.1	35.7	50.8	9.0	4.6	11.4	29.9	12.9	12.7	5.3	1.5	15.9	21.9	6.5	2.4	16.5	29.5	4.0	8.1	6.4	9.0	1.1	6.6	4.8	2.2	9.8	5.2	6.8	37.4
	電気・ガス・熱供給・水道業(n=180)	人	112	28	47	12	3	12	28	7	15	12	4	21	17	6	6	17	33	5	13	9	13	4	5	9	6	14	7	9	35
		%	62.2	25.0	42.0	10.7	2.7	10.7	25.0	6.3	13.4	10.7	3.6	18.8	15.2	5.4	5.4	15.2	29.5	4.5	11.6	8.0	11.6	3.6	4.5	8.0	5.4	12.5	6.3	8.0	31.3
	情報通信業(n=577)	人	312	122	124	32	22	30	72	33	38	34	5	59	44	20	8	57	99	16	25	19	22	7	21	23	4	32	12	23	99
		%	54.1	39.1	39.7	10.3	7.1	9.6	23.1	10.6	12.2	10.9	1.6	18.9	14.1	6.4	2.6	18.3	31.7	5.1	8.0	6.1	7.1	2.2	6.7	7.4	1.3	10.3	3.8	7.4	31.7
	運輸業・郵便業(n=661)	人	390	123	194	51	42	46	114	25	42	28	20	60	60	22	16	66	114	16	20	20	42	7	21	25	4	42	18	30	144
		%	59.0	31.5	49.7	13.1	10.8	11.8	29.2	6.4	10.8	7.2	5.1	15.4	15.4	5.6	4.1	16.9	29.2	4.1	5.1	5.1	10.8	1.8	5.4	6.4	1.0	10.8	4.6	7.7	36.9
	卸売業・小売業(n=1,544)	人	915	290	451	64	48	88	251	61	116	96	17	124	187	56	41	158	296	34	79	62	100	14	46	53	20	110	55	53	297
		%	59.3	31.7	49.3	7.0	5.2	9.6	27.4	6.7	12.7	10.5	1.9	13.6	20.4	6.1	4.5	17.3	32.3	3.7	8.6	6.8	10.9	1.5	5.0	5.8	2.2	12.0	6.0	5.8	32.5
	金融業・保険業(n=434)	人	245	74	112	12	15	24	69	39	49	37	2	40	20	21	8	39	57	8	24	15	30	4	24	16	6	24	8	21	90
		%	56.5	30.2	45.7	4.9	6.1	9.8	28.2	15.9	20.0	15.1	0.8	16.3	8.2	8.6	3.3	15.9	23.3	3.3	9.8	6.1	12.2	1.6	9.8	6.5	2.4	9.8	3.3	8.6	36.7
	不動産業、物品賃貸業(n=398)	人	194	42	89	8	14	23	39	8	32	32	8	22	53	17	4	37	63	3	17	18	18	2	21	23	10	22	23	17	42
		%	48.7	21.6	45.9	4.1	7.2	11.9	20.1	4.1	16.5	16.5	4.1	11.3	27.3	8.8	2.1	19.1	32.5	1.5	8.8	9.3	9.3	1.0	10.8	11.9	5.2	11.3	11.9	8.8	21.6
	学術研究、専門・技術サービス業(n=648)	人	315	120	146	16	26	20	67	29	49	26	0	50	55	35	7	61	94	11	21	12	24	5	24	26	7	38	17	31	99
		%	48.6	38.1	46.3	5.1	8.3	6.3	21.3	9.2	15.6	8.3	0.0	15.9	17.5	11.1	2.2	19.4	29.8	3.5	6.7	3.8	7.6	1.6	7.6	8.3	2.2	12.1	5.4	9.8	31.4
	宿泊業、飲食サービス業(n=1,084)	人	625	177	306	42	57	67	184	29	79	56	9	100	72	56	27	118	198	14	40	42	88	10	60	43	7	62	34	45	194
		%	57.7	28.3	49.0	6.7	9.1	10.7	29.4	4.6	12.6	9.0	1.4	16.0	11.5	9.0	4.3	18.9	31.7	2.2	6.4	6.7	14.1	1.6	9.6	6.9	1.1	9.9	5.4	7.2	31.0
	生活関連サービス、娯楽業(n=681)	人	400	136	183	21	38	41	114	23	51	41	7	65	53	38	13	81	128	14	28	19	55	12	31	35	9	45	16	41	123
		%	58.7	34.0	45.8	5.3	9.5	10.3	28.5	5.8	12.8	10.3	1.8	16.3	13.3	9.5	3.3	20.3	32.0	3.5	7.0	4.8	13.8	3.0	7.8	8.8	2.3	11.3	4.0	10.3	30.8
	教育・学習支援業(n=1,325)	人	670	223	312	35	42	69	155	52	77	41	4	138	78	81	33	124	245	21	43	31	77	13	52	41	9	109	38	49	202
		%	50.6	33.3	46.6	5.2	6.3	10.3	23.1	7.8	11.5	6.1	0.6	20.6	11.6	12.1	4.9	18.5	36.6	3.1	6.4	4.6	11.5	1.9	7.8	6.1	1.3	16.3	5.7	7.3	30.1
	医療・福祉(n=1,825)	人	1117	393	508	78	100	127	401	98	153	65	18	137	149	94	51	160	251	44	88	81	137	17	81	45	16	123	52	72	432
		%	61.2	35.2	45.5	7.0	9.0	11.4	35.9	8.8	13.7	5.8	1.6	12.3	13.3	8.4	4.6	14.3	22.5	3.9	7.9	7.3	12.3	1.5	7.3	4.0	1.4	11.0	4.7	6.4	38.7
	複合サービス事業（協同組合など）(n=185)	人	103	38	41	5	5	12	24	9	12	8	2	18	8	7	6	24	26	4	7	9	13	2	5	3	2	11	5	5	33
		%	55.7	36.9	39.8	4.9	4.9	11.7	23.3	8.7	11.7	7.8	1.9	17.5	7.8	6.8	5.8	23.3	25.2	3.9	6.8	8.7	12.6	1.9	4.9	2.9	1.9	10.7	4.9	4.9	32.0
	その他のサービス業（理容業など）(n=967)	人	557	161	297	36	58	50	137	21	62	65	12	81	94	55	14	93	188	21	50	38	56	6	48	36	9	63	32	60	164
		%	57.6	28.9	53.3	6.5	10.4	9.0	24.6	3.8	11.1	11.7	2.2	14.5	16.9	9.9	2.5	16.7	33.8	3.8	9.0	6.8	10.1	1.1	8.6	6.5	1.6	11.3	5.7	10.8	29.4
	その他(n=2,371)	人	1297	358	618	56	85	144	297	87	170	86	23	251	172	167	64	247	423	41	77	102	122	18	101	67	26	168	80	143	379
		%	54.7	27.6	47.6	4.3	6.6	11.1	22.9	6.7	13.1	6.6	1.8	19.4	13.3	12.9	4.9	19.0	32.6	3.2	5.9	7.9	9.4	1.4	7.8	5.2	2.0	13.0	6.2	11.0	29.2

※1 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスは、それぞれ主なもの3つ以内を回答。

※2 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスの内容の割合は、「強い不安、悩み、ストレスがある」と回答した方を100%として算出。

※3 色付きは30%以上の部分。

副業をしている方の強い不安、悩み、ストレスの状況(仕事内容別)

- 本業における強い不安、悩み、ストレスについては、「収入が低いこと」、「仕事の量・質」と、「事務従事者」、「介護サービス職業従事者及び保健医療サービス職業従事者」、「生産工程従事者」は「対人関係(セクハラ・パワハラを含む。)」と回答した割合が高かった。
- 副業における強い不安、悩み、ストレスについては、「収入が低いこと」、「副業にはない」と回答した割合が高かった。

			強い不安・悩み、ストレスがある	本業														副業													
				仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	不規則な勤務形態(深夜労働など)	健康上の問題	対人関係(セクハラ・パワハラを含む)	役割・地位の変化等(昇進・昇格、配置転換等)	仕事の失敗、責任の発生等	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	副業にはない	仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	不規則な勤務形態(深夜労働など)	健康上の問題	対人関係(セクハラ・パワハラを含む)	役割・地位の変化等(昇進・昇格、配置転換等)	仕事の失敗、責任の発生等	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	
本業の仕事内容	管理的職業従事者(n=1,540)	人	865	293	288	78	65	101	177	123	121	94	33	92	205	81	37	152	226	35	75	54	77	24	64	70	33	76	70	90	277
		%	56.2	33.9	33.3	9.0	7.5	11.7	20.5	14.2	14.0	10.9	3.8	10.6	23.7	9.4	4.3	17.6	26.1	4.0	8.7	6.2	8.9	2.8	7.4	8.1	3.8	8.8	8.1	10.4	32.0
	専門的・技術的職業従事者(n=3,051)	人	1671	590	732	134	133	178	414	164	237	143	24	262	254	155	70	325	501	56	122	115	139	30	130	85	24	196	91	128	560
		%	54.8	35.3	43.8	8.0	8.0	10.7	24.8	9.8	14.2	8.6	1.4	15.7	15.2	9.3	4.2	19.4	30.0	3.4	7.3	6.9	8.3	1.8	7.8	5.1	1.4	11.7	5.4	7.7	33.5
	事務従事者(n=2,736)	人	1592	515	784	84	51	123	517	156	190	110	11	309	269	123	55	257	473	52	129	93	170	26	110	81	23	200	85	100	549
		%	58.2	32.3	49.2	5.3	3.2	7.7	32.5	9.8	11.9	6.9	0.7	19.4	16.9	7.7	3.5	16.1	29.7	3.3	8.1	5.8	10.7	1.6	6.9	5.1	1.4	12.6	5.3	6.3	34.5
	販売従事者(n=1,584)	人	935	300	461	71	63	85	238	53	130	132	16	118	146	67	36	163	292	38	71	62	105	18	59	77	21	102	46	43	315
		%	59.0	32.1	49.3	7.6	6.7	9.1	25.5	5.7	13.9	14.1	1.7	12.6	15.6	7.2	3.9	17.4	31.2	4.1	7.6	6.6	11.2	1.9	6.3	8.2	2.2	10.9	4.9	4.6	33.7
	サービス職業従事者(介護サービス職業従事者及び保健医療サービス職業従事者を除く)(n=1,516)	人	826	220	400	57	90	109	230	40	107	76	10	149	95	66	33	143	279	25	60	55	108	9	71	60	18	108	42	65	221
		%	54.5	26.6	48.4	6.9	10.9	13.2	27.8	4.8	13.0	9.2	1.2	18.0	11.5	8.0	4.0	17.3	33.8	3.0	7.3	6.7	13.1	1.1	8.6	7.3	2.2	13.1	5.1	7.9	26.8
	介護サービス職業従事者及び保健医療サービス職業従事者(n=807)	人	507	188	243	36	47	56	177	38	66	35	10	63	78	45	12	79	125	28	41	34	50	4	37	23	9	56	22	36	191
		%	62.8	37.1	47.9	7.1	9.3	11.0	34.9	7.5	13.0	6.9	2.0	12.4	15.4	8.9	2.4	15.6	24.7	5.5	8.1	6.7	9.9	0.8	7.3	4.5	1.8	11.0	4.3	7.1	37.7
	生産工程従事者(n=796)	人	493	170	289	27	32	57	163	41	65	11	7	80	98	28	13	82	151	12	37	41	60	3	38	13	8	47	26	36	184
		%	61.9	34.5	58.6	5.5	6.5	11.6	33.1	8.3	13.2	2.2	1.4	16.2	19.9	5.7	2.6	16.6	30.6	2.4	7.5	8.3	12.2	0.6	7.7	2.6	1.6	9.5	5.3	7.3	37.3
	輸送・機械運転従事者(n=286)	人	166	43	83	30	26	16	44	4	22	8	11	28	29	10	7	25	52	8	9	7	12	2	5	10	4	16	9	14	66
		%	58.0	25.9	50.0	18.1	15.7	9.6	26.5	2.4	13.3	4.8	6.6	16.9	17.5	6.0	4.2	15.1	31.3	4.8	5.4	4.2	7.2	1.2	3.0	6.0	2.4	9.6	5.4	8.4	39.8
	建設・採掘従事者(n=178)	人	108	33	59	8	8	16	22	5	17	4	7	18	22	6	6	20	34	3	12	8	13	5	8	5	3	9	9	11	30
		%	60.7	30.6	54.6	7.4	7.4	14.8	20.4	4.6	15.7	3.7	6.5	16.7	20.4	5.6	5.6	18.5	31.5	2.8	11.1	7.4	12.0	4.6	7.4	4.6	2.8	8.3	8.3	10.2	27.8
	運搬・清掃・包装等従事者(n=646)	人	337	110	190	25	28	47	87	9	36	19	12	51	31	21	11	57	119	10	20	21	52	4	20	13	7	33	16	34	96
		%	52.2	32.6	56.4	7.4	8.3	13.9	25.8	2.7	10.7	5.6	3.6	15.1	9.2	6.2	3.3	16.9	35.3	3.0	5.9	6.2	15.4	1.2	5.9	3.9	2.1	9.8	4.7	10.1	28.5
	その他(n=2,245)	人	1212	322	616	54	92	135	306	56	144	80	18	205	130	175	62	227	391	41	83	85	159	14	100	75	16	154	59	142	359
		%	54.0	26.6	50.8	4.5	7.6	11.1	25.2	4.6	11.9	6.6	1.5	16.9	10.7	14.4	5.1	18.7	32.3	3.4	6.8	7.0	13.1	1.2	8.3	6.2	1.3	12.7	4.9	11.7	29.6

※1 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスは、それぞれ主なものの3つ以内を回答。

※2 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスの内容の割合は、「強い不安、悩み、ストレスがある」と回答した方を100%として算出。

※3 色付きは30%以上の部分。

副業をしている方の強い不安、悩み、ストレスの状況（収入別）

- 本業における強い不安、悩み、ストレスについては、「仕事の量・質」と回答した割合が高かった。「5万円未満」、「5万円以上10万円未満」、「10万円以上20万円未満」、「20万円以上30万円未満」、「30万円以上40万円未満」の層では「収入が低いこと」と回答した割合も高かった。
- 副業における強い不安、悩み、ストレスについては、「5万円未満」、「5万円以上10万円未満」、「10万円以上20万円未満」、「20万円以上30万円未満」は「収入が低いこと」と回答した割合が高かった。「10万円以上20万円未満」、「20万円以上30万円未満」、「30万円以上40万円未満」、「40万円以上50万円未満」、「50万円以上60万円未満」、「60万円以上70万円未満」、「70万円以上」の層では、「副業にはない」と回答した割合が高かった。

			強い不安、悩み、ストレスがある	本業														副業													
				仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	不規則な勤務形態・深夜労働など	健康上の問題	対人関係（セクハラ・パワハラを含む）	役割・地位の変化等（昇進・昇格、配置転換等）	仕事の失敗、責任の発生等	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	本業にはない	仕事の量・質	収入が低いこと	長時間労働	不規則な勤務形態・深夜労働など	健康上の問題	対人関係（セクハラ・パワハラを含む）	役割・地位の変化等（昇進・昇格、配置転換等）	仕事の失敗、責任の発生等	顧客、取引先等からのクレーム	事故や災害の体験	雇用の安定性	会社の将来性	その他	副業にはない
本業の1カ月あたりの収入	5万円未満(n=3,214)	人	1693	528	825	134	140	188	403	93	202	138	30	232	220	159	72	325	577	84	114	105	192	25	132	90	27	194	99	127	479
		%	52.7	31.2	48.7	7.9	8.3	11.1	23.8	5.5	11.9	8.2	1.8	13.7	13.0	9.4	4.3	19.2	34.1	5.0	6.7	6.2	11.3	1.5	7.8	5.3	1.6	11.5	5.8	7.5	28.3
	5万円以上10万円未満(n=2,202)	人	1110	359	501	17	59	144	285	40	162	80	21	189	87	132	63	241	360	32	81	97	146	14	104	78	16	151	45	123	284
		%	50.4	32.3	45.1	1.5	5.3	13.0	25.7	3.6	14.6	7.2	1.9	17.0	7.8	11.9	5.7	21.7	32.4	2.9	7.3	8.7	13.2	1.3	9.4	7.0	1.4	13.6	4.1	11.1	25.6
	10万円以上20万円未満(n=3,487)	人	2123	600	1228	96	147	231	631	112	258	155	24	409	280	172	80	382	698	58	157	159	261	27	151	117	26	297	125	146	655
		%	60.9	28.3	57.8	4.5	6.9	10.9	29.7	5.3	12.2	7.3	1.1	19.3	13.2	8.1	3.8	18.0	32.9	2.7	7.4	7.5	12.3	1.3	7.1	5.5	1.2	14.0	5.9	6.9	30.9
	20万円以上30万円未満(n=2,823)	人	1724	547	936	123	132	146	514	141	221	146	33	288	330	133	47	261	518	54	140	97	190	21	110	95	41	189	88	138	637
		%	61.1	31.7	54.3	7.1	7.7	8.5	29.8	8.2	12.8	8.5	1.9	16.7	19.1	7.7	2.7	15.1	30.0	3.1	8.1	5.6	11.0	1.2	6.4	5.5	2.4	11.0	5.1	8.0	36.9
	30万円以上40万円未満(n=1,579)	人	913	329	384	89	59	79	270	111	115	67	19	108	197	73	35	127	244	31	70	49	76	19	55	57	21	75	49	72	339
		%	57.8	36.0	42.1	9.7	6.5	8.7	29.6	12.2	12.6	7.3	2.1	11.8	21.6	8.0	3.8	13.9	26.7	3.4	7.7	5.4	8.3	2.1	6.0	6.2	2.3	8.2	5.4	7.9	37.1
	40万円以上50万円未満(n=717)	人	425	169	122	56	33	45	116	66	65	51	13	63	94	28	13	75	113	16	35	28	25	9	35	27	10	30	19	23	173
		%	59.3	39.8	28.7	13.2	7.8	10.6	27.3	15.5	15.3	12.0	3.1	14.8	22.1	6.6	3.1	17.6	26.6	3.8	8.2	6.6	5.9	2.1	8.2	6.4	2.4	7.1	4.5	5.4	40.7
	50万円以上60万円未満(n=458)	人	253	84	46	31	26	33	56	47	38	24	6	33	60	25	7	52	50	11	26	15	12	8	22	17	9	15	14	22	102
		%	55.2	33.2	18.2	12.3	10.3	13.0	22.1	18.6	15.0	9.5	2.4	13.0	23.7	9.9	2.8	20.6	19.8	4.3	10.3	5.9	4.7	3.2	8.7	6.7	3.6	5.9	5.5	8.7	40.3
	60万円以上70万円未満(n=221)	人	120	43	24	18	8	15	24	30	24	18	2	18	31	15	4	17	17	7	9	5	10	8	8	6	4	10	10	13	51
		%	54.3	35.8	20.0	15.0	6.7	12.5	20.0	25.0	20.0	15.0	1.7	15.0	25.8	12.5	3.3	14.2	14.2	5.8	7.5	4.2	8.3	6.7	6.7	5.0	3.3	8.3	8.3	10.8	42.5
	70万円以上(n=684)	人	351	125	79	40	31	42	76	49	50	33	11	35	58	40	21	50	66	15	27	20	33	8	25	25	12	36	26	35	128
		%	51.3	35.6	22.5	11.4	8.8	12.0	21.7	14.0	14.2	9.4	3.1	10.0	16.5	11.4	6.0	14.2	18.8	4.3	7.7	5.7	9.4	2.3	7.1	7.1	3.4	10.3	7.4	10.0	36.5

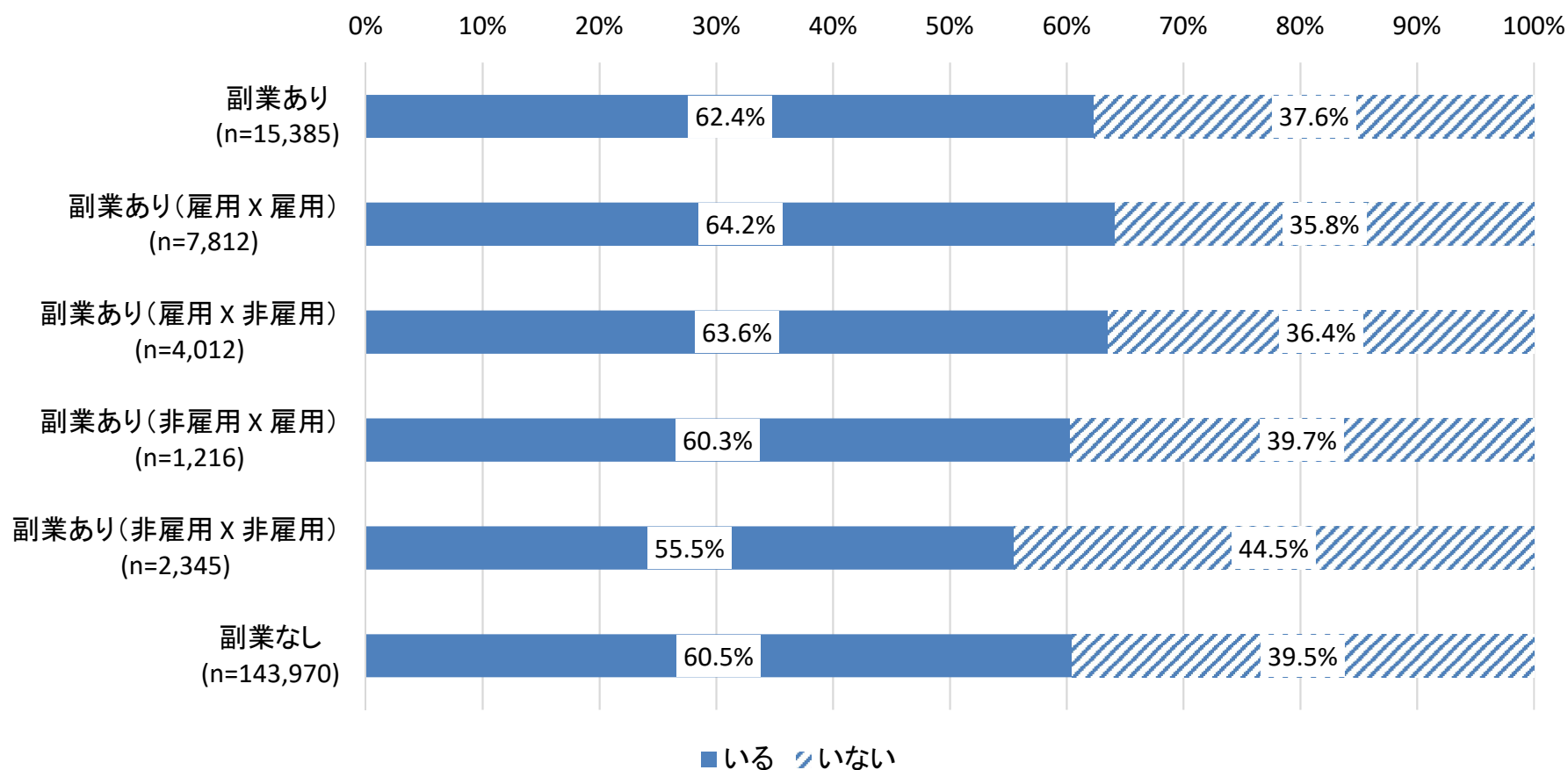
※1 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスは、それぞれ主なものの3つ以内を回答。

※2 本業・副業における強い不安、悩み、ストレスの内容の割合は、「強い不安、悩み、ストレスがある」と回答した方を100%として算出。

※3 色付きは30%以上の部分。

不安、悩み、ストレスを相談できる人がいるか（副業の有無別）

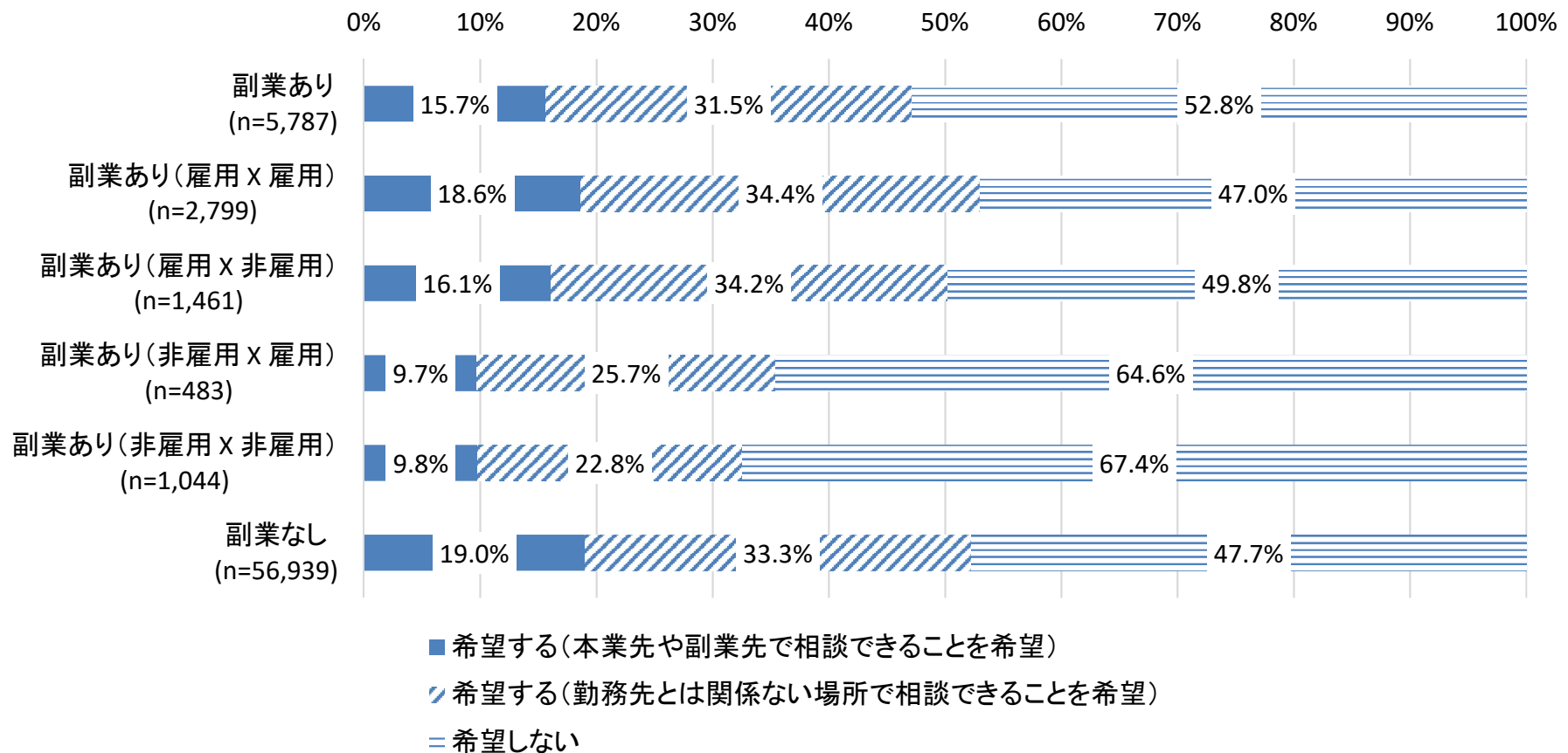
- 不安、悩み、ストレスを相談できる人が「いる」と回答した割合は、副業をしている方が62.4%、副業をしていない方が60.5%であった。
- 相談できる人が「いる」と回答した割合は、本業と副業の就業形態が、「雇用×雇用」の方の64.2%と最も高く、「非雇用×非雇用」の方55.5%と最も低かった。



※ 「正社員」、「契約・嘱託社員」、「パート・アルバイト」、「臨時・日雇社員」、「派遣社員」、「請負会社の社員」、「期間工・季節工・日雇」を「雇用」とし、「会社役員」、「会社などの役員」、「自営業」、「自営業主」、「自由業・フリーランス(独立)・個人請負」、「家族従業員・家業の手伝い」、「その他(有償ボランティアを含む)」を「非雇用」とした。

不安、悩み、ストレスの相談環境の整備の希望の有無(副業の有無別)

- 不安、悩み、ストレスを相談できる人が「いない」と回答した方のうち、相談環境の整備を「希望する(本業先や副業先で相談できることを希望)」と回答した割合は、副業している方が15.7%、副業をしていない方が19.0%であった。
- 不安、悩み、ストレスを相談できる人が「いない」と回答した方のうち、相談環境の整備を「希望する(勤務先とは関係ない場所で相談できることを希望)」と回答した割合は、副業している方が31.5%、副業をしていない方が33.3%であった。
- 副業をしている方で本業が非雇用の方は、本業が雇用の方と比べて、「希望する(本業先や副業先で相談できることを希望)」や「希望する(勤務先とは関係ない場所で相談できることを希望)」と回答した割合が低かった。

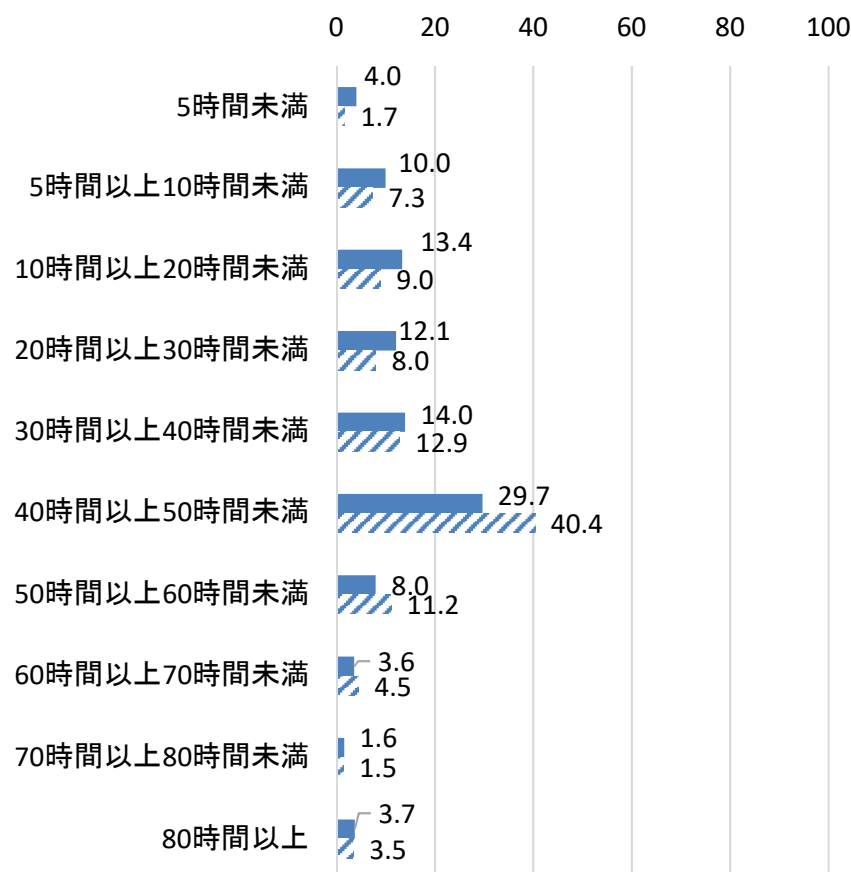


※ 「正社員」、「契約・嘱託社員」、「パート・アルバイト」、「臨時・日雇社員」、「派遣社員」、「請負会社の社員」、「期間工・季節工・日雇」を「雇用」とし、「会社役員」、「会社などの役員」、「自営業」、「自営業主」、「自由業・フリーランス(独立)・個人請負」、「家族従業員・家業の手伝い」、「その他(有償ボランティアを含む)」を「非雇用」とした。

本業・副業の労働時間①

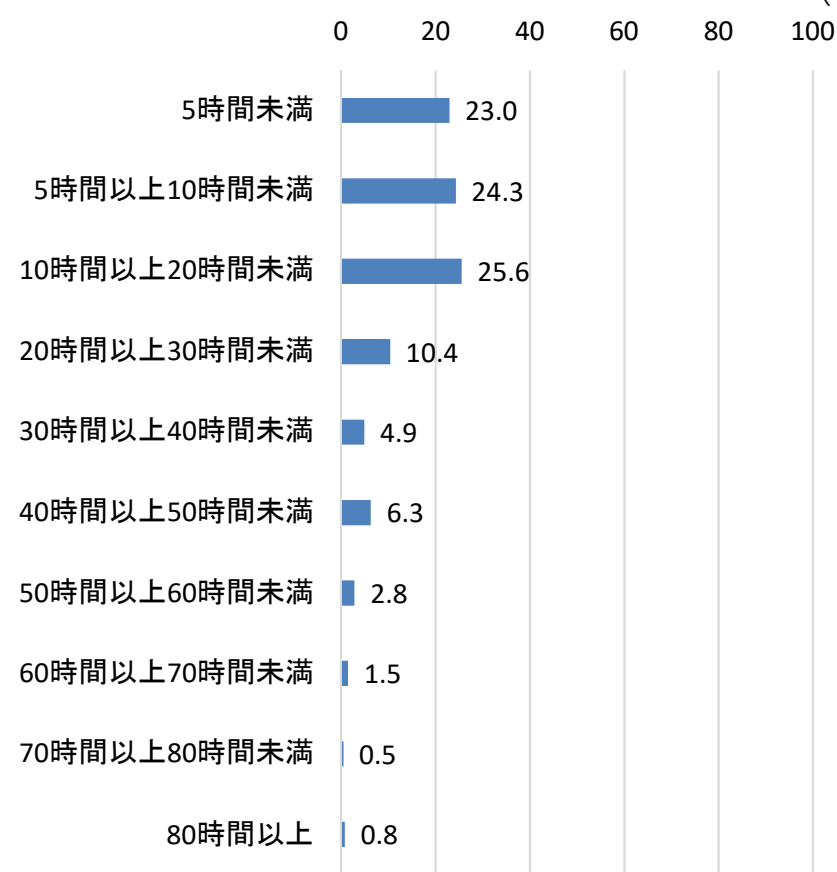
- 1週間あたりの本業の総実労働時間については、副業をしていない方は「40時間以上50時間未満」と回答した割合が40.4%と最も高かった。副業をしている方は副業をしていない方と比べて、「5時間未満」、「5時間以上10時間未満」、「10時間以上20時間未満」、「20時間以上30時間未満」、「30時間以上40時間未満」、「70時間以上80時間未満」、「80時間以上」と回答した割合が高かった。
- 1週間あたりの副業の総実労働時間については、「10時間以上20時間未満」、「5時間以上10時間未満」、「5時間未満」の順に回答した割合が高かった。

● 1週間あたりの本業の総実労働時間(副業の有無別) (%)



■ 副業あり(n=15,385) ▨ 副業なし(n=143,970)

● 1週間あたりの副業の総実労働時間(n=15,385) (%)

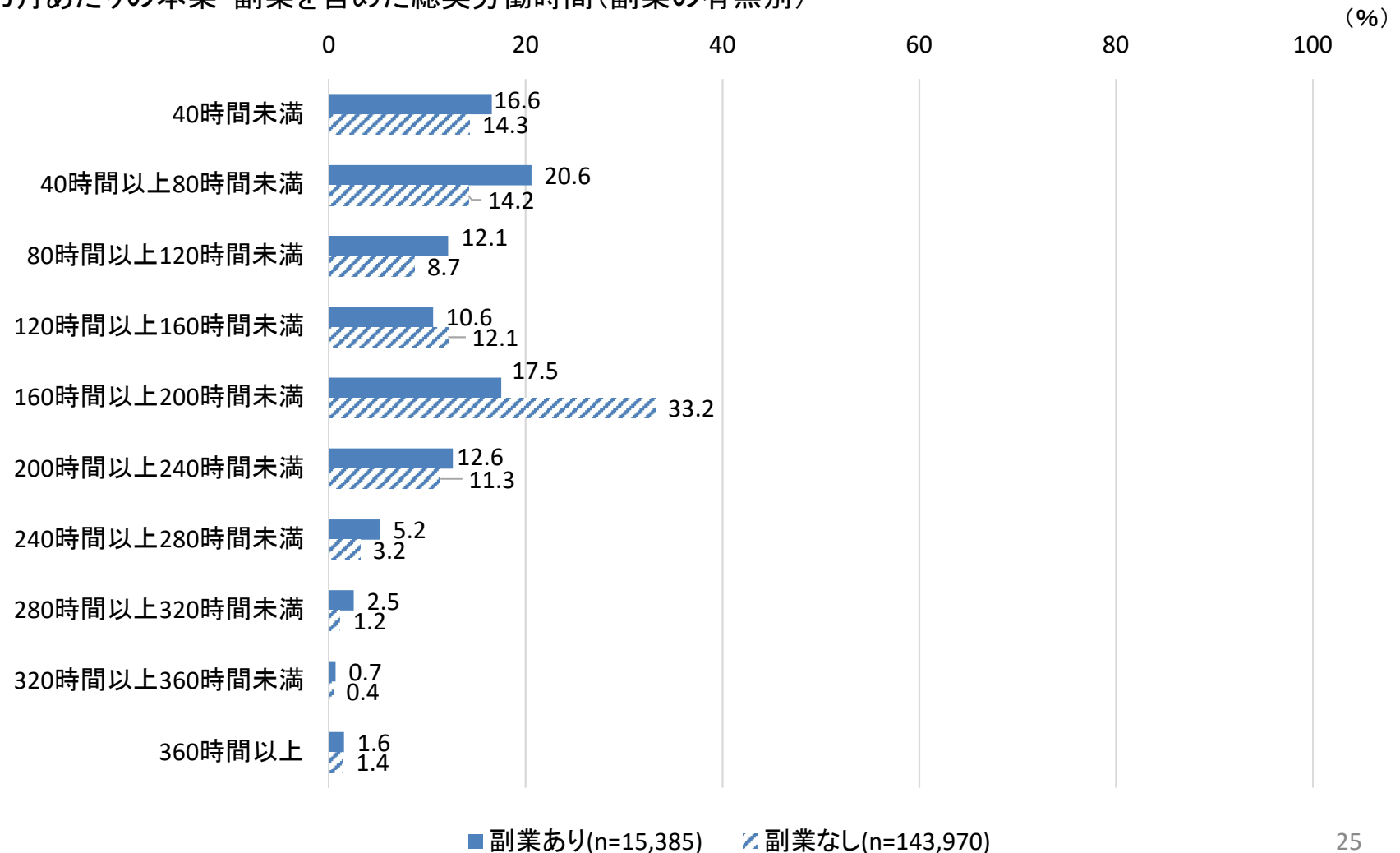


※ 副業・兼業を複数行っている方については、最も収入の多い副業について回答。

本業・副業の労働時間②

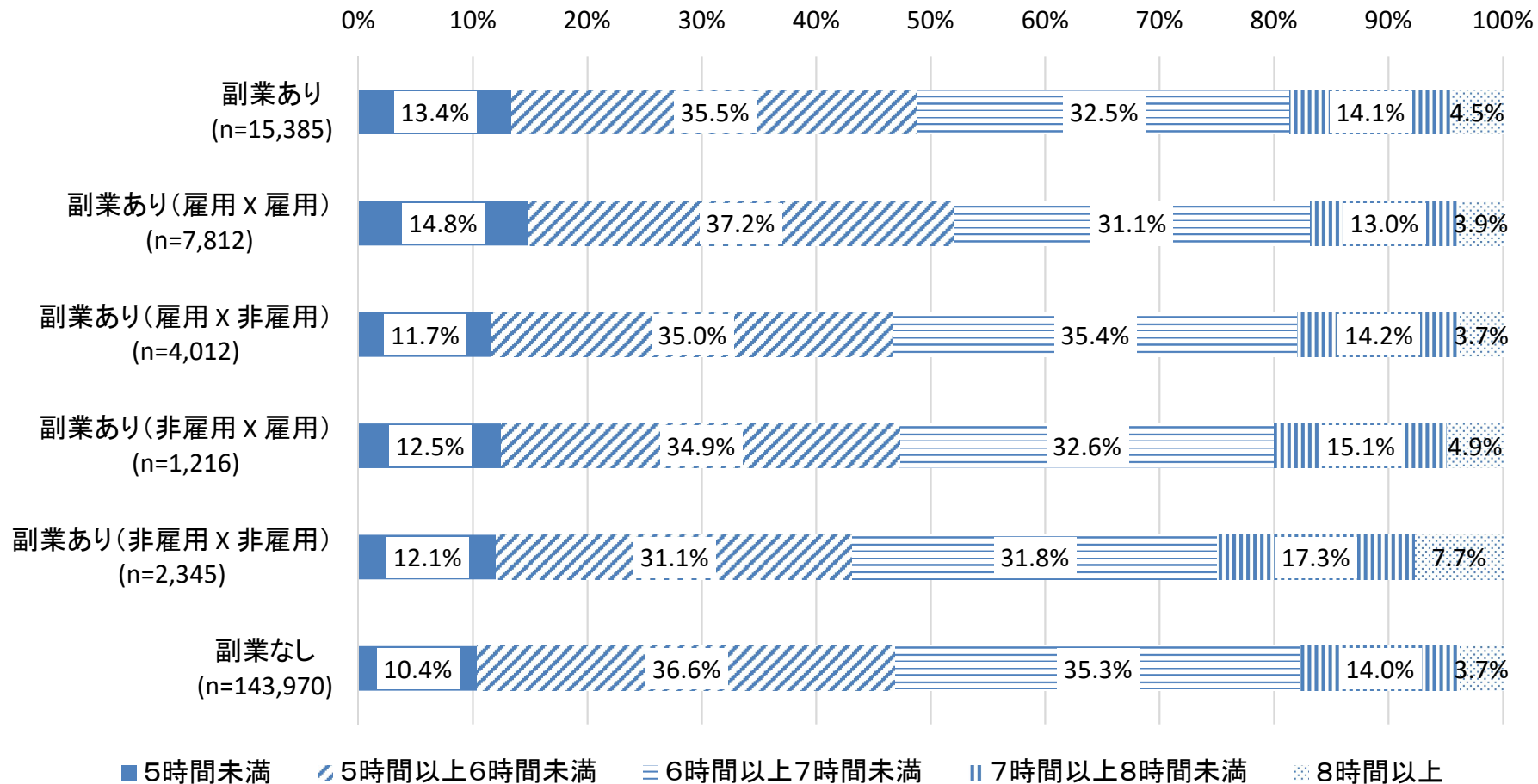
○ 本業・副業を含めた1カ月あたりの総実労働時間については、副業をしていない方は「160時間以上200時間未満」と回答した割合が33.2%と最も高かった。副業をしている方は副業をしていない方と比べて、「40時間未満」、「40時間以上80時間未満」、「80時間以上120時間未満」、「200時間以上240時間未満」、「240時間以上280時間未満」、「280時間以上320時間未満」、「320時間以上360時間未満」、「360時間以上」と回答した割合が高かった。

● 1カ月あたりの本業・副業を含めた総実労働時間(副業の有無別)



睡眠時間(副業の有無別)

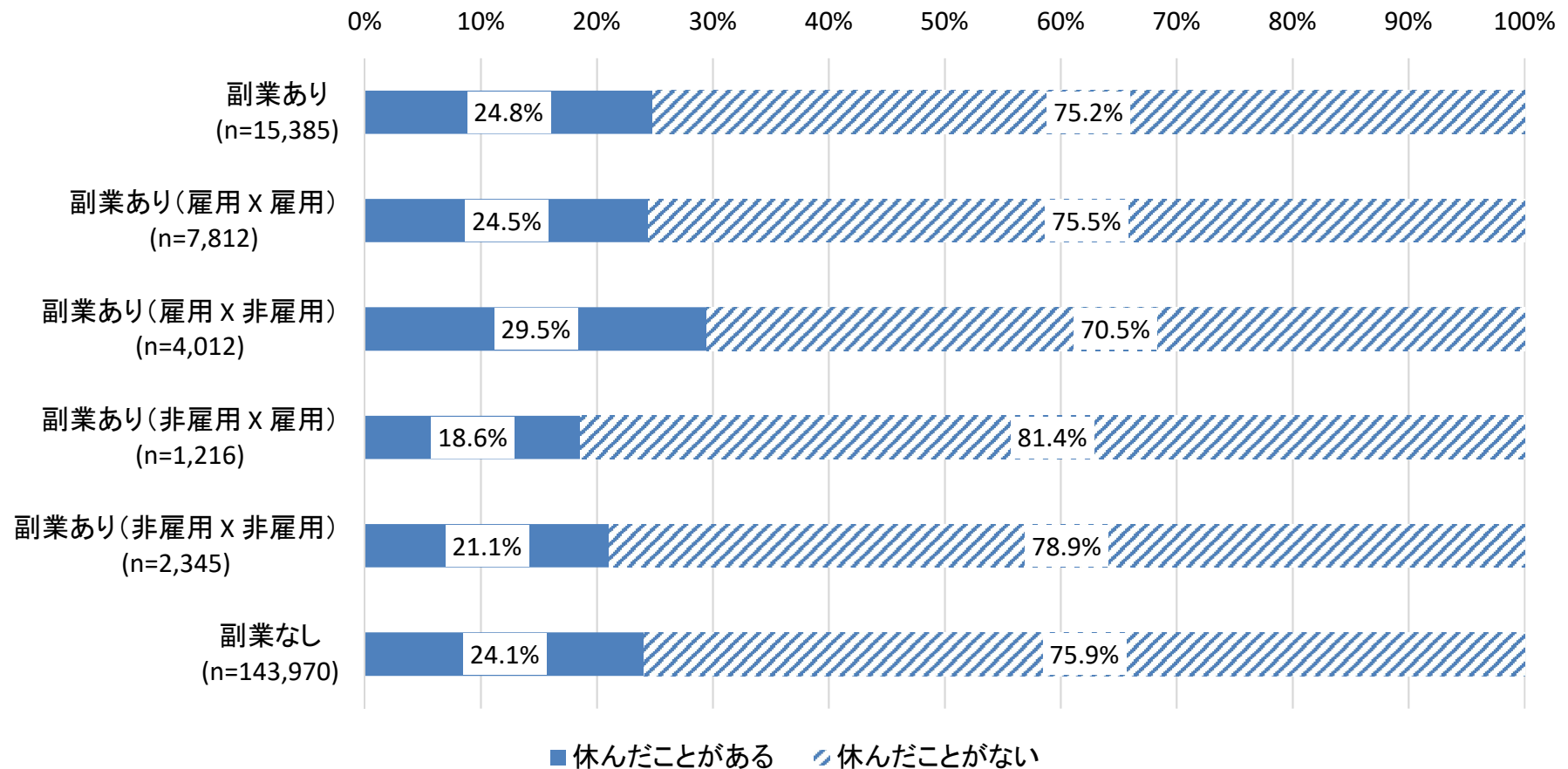
- 睡眠時間が「5時間未満」と回答した割合は、副業をしている方が13.4%、副業をしていない方が10.4%であり、本業と副業の就業形態が「雇用×雇用」の方が14.8%と最も高かった。
- 睡眠時間が「5時間以上6時間未満」と回答した割合は、副業をしている方が35.5%、副業をしていない方が36.6%であり、本業と副業の就業形態が「雇用×雇用」の方が37.2%と最も高かった。



※ 「正社員」、「契約・嘱託社員」、「パート・アルバイト」、「臨時・日雇社員」、「派遣社員」、「請負会社の社員」、「期間工・季節工・日雇」を「雇用」とし、「会社役員」、「会社などの役員」、「自営業」、「自営業主」、「自由業・フリーランス(独立)・個人請負」、「家族従業員・家業の手伝い」、「その他(有償ボランティアを含む)」を「非雇用」とした。

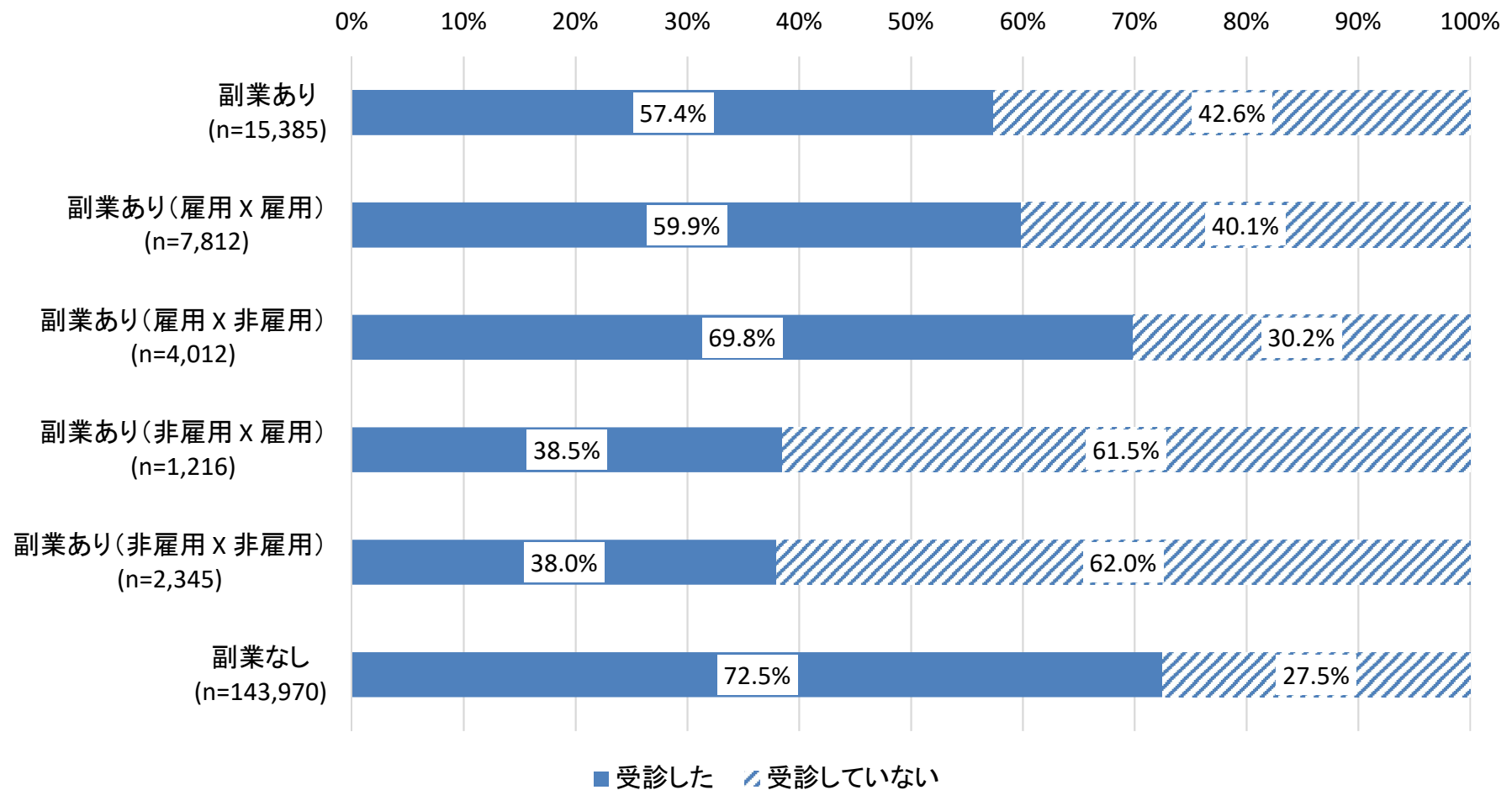
病気による休みの状況(副業の有無別)

- 過去1年間に病気のために仕事を「休んだことがある」と回答した割合は、副業をしている方が24.8%、副業をしていない方が24.1%であった。
- 「休んだことがある」と回答した割合について、本業と副業の就業形態が「雇用×非雇用」の方が29.5%と最も高く、「非雇用×雇用」の方が18.6%と最も低かった。



健康診断の受診の状況(副業の有無別)

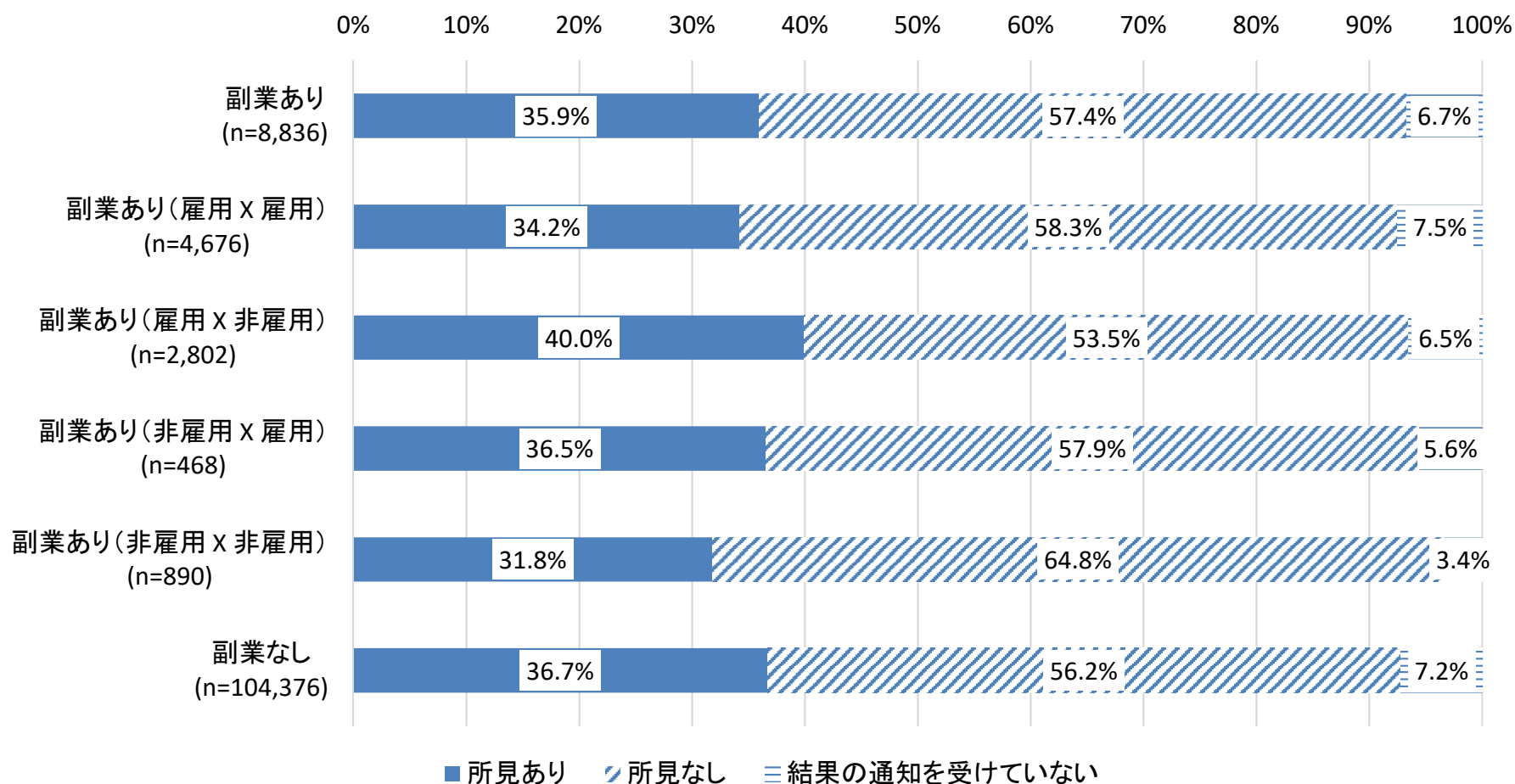
- 一般健康診断を「受診した」と回答した割合は、副業している方が57.4%、副業していない方が72.5であった。
- 副業している方で本業が非雇用の方は、本業が雇用の方と比べて、「受診した」と回答した割合が低かった。



※ 「正社員」、「契約・嘱託社員」、「パート・アルバイト」、「臨時・日雇社員」、「派遣社員」、「請負会社の社員」、「期間工・季節工・日雇」を「雇用」とし、「会社役員」、「会社などの役員」、「自営業」、「自営業主」、「自由業・フリーランス(独立)・個人請負」、「家族従業員・家業の手伝い」、「その他(有償ボランティアを含む)」を「非雇用」とした。

健康診断の有所見の状況(副業の有無別)

- 一般健康診断で「所見あり」だったと回答した割合は、副業している方が35.9%、副業していない方が36.7%であった。
- 「所見あり」と回答した割合は、本業と副業の就業形態が「雇用×非雇用」の方が40.0%と最も高く、「非雇用×非雇用」の方が31.8%と最も低かった。



※ 「正社員」、「契約・嘱託社員」、「パート・アルバイト」、「臨時・日雇社員」、「派遣社員」、「請負会社の社員」、「期間工・季節工・日雇」を「雇用」とし、「会社役員」、「会社などの役員」、「自営業」、「自営業主」、「自由業・フリーランス(独立)・個人請負」、「家族従業員・家業の手伝い」、「その他(有償ボランティアを含む)」を「非雇用」とした。

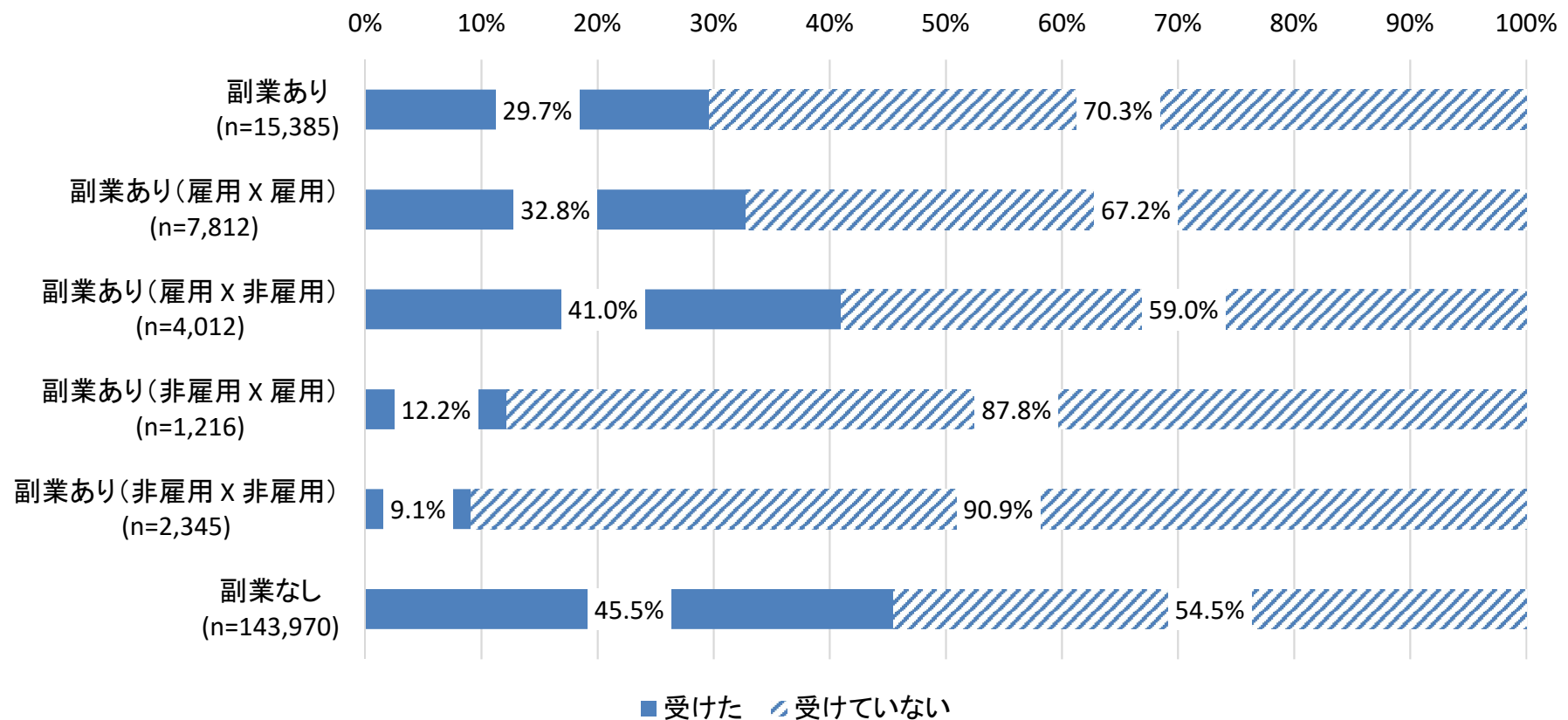
健康診断後の就業上の措置の状況(副業の有無別)

○ 一般健康診断で有所見となった方への就業上の措置の状況について、副業の有無に関わらず、「何も対応は受けていない」と回答した割合が最も高く、次に「保健師等による保健指導」と回答した割合が高かった。

	保健師等による保健指導	就業場所の変更	作業の転換	労働時間の短縮	深夜業の回数の減少	副業の禁止	副業の労働時間の短縮の勧奨	その他	何も対応は受けていない
副業あり(n=3,174)	29.8%	1.1%	0.8%	1.7%	1.0%	0.3%	0.6%	7.6%	61.1%
副業あり(雇用×雇用)(n=1,600)	28.3%	1.3%	1.1%	1.4%	1.2%	0.4%	0.5%	7.0%	62.9%
副業あり(雇用×非雇用)(n=1,120)	33.1%	0.8%	0.4%	1.9%	0.7%	0.2%	0.4%	6.6%	59.2%
副業あり(非雇用×雇用)(n=171)	26.3%	1.2%	0.6%	1.8%	1.2%	0.0%	1.2%	10.5%	61.4%
副業あり(非雇用×非雇用)(n=283)	27.6%	0.7%	0.7%	2.5%	1.4%	0.0%	1.1%	13.4%	58.0%
副業なし(n=38,266)	34.0%	0.7%	0.6%	1.1%	0.4%	0.3%	0.1%	8.7%	56.5%

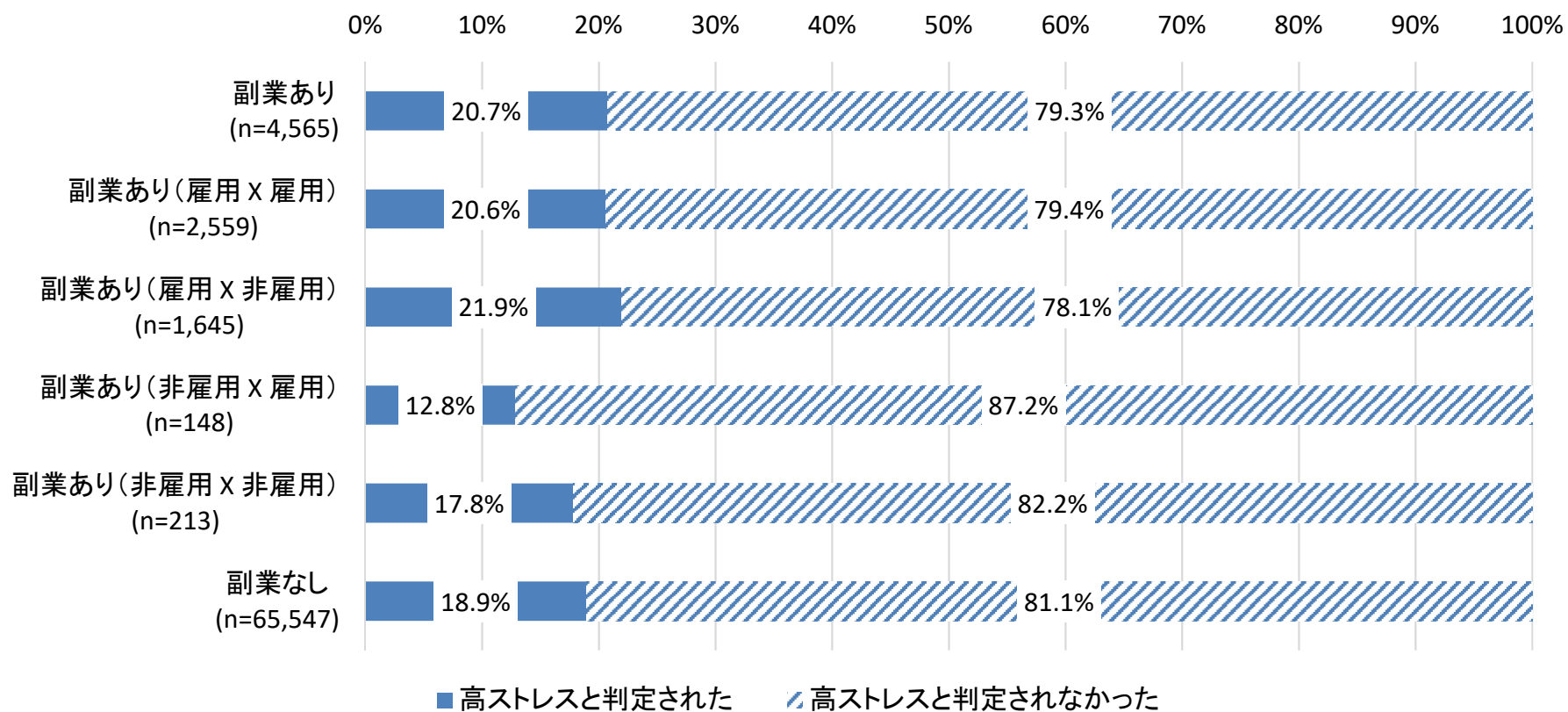
ストレスチェックの受診の状況(副業の有無別)

- ストレスチェックを「受けた」と回答した割合は、副業している方が29.7%、副業していない方が45.5%であった。
- 副業している方で本業が非雇用の方は、本業が雇用の方と比べて、「受けた」と回答した割合が低かった。



ストレスチェックにおける高ストレスの判定の状況（副業の有無別）

- ストレスチェックで「高ストレスと判定された」と回答した割合は、副業している方が20.7%、副業していない方が18.9%であった。
- 副業している方であって本業が非雇用の方は、本業が雇用の方と比べて、「高ストレスと判定された」と回答した割合が低い傾向にあった。



高ストレスと判定された方への面接指導の状況(副業の有無別)

- ストレスチェックの結果、高ストレスと判定された方の面接指導の受診状況について、「受けた」と回答した割合は、副業している方が17.9%、副業していない方が15.2%であった。また、「面接指導を受けることを希望したが実施されなかった」と回答した割合は、副業している方が11.7%、副業していない方が10.9%であった。
- 面接指導を「受けた」と回答した割合について、本業と副業の就業形態が「非雇用×非雇用」の方が23.7%と最も高く、「非雇用×雇用」の方が10.5%と最も低かった。

