

---

# 第5章 自営業者における労働時間と働き方に関する調査

---

## 1. 調査の目的・概要

### 1) 調査の目的

自営業者は労働基準法上の労働者に該当しないため労働時間・休日日数は各自で決めることができる一方、法制度において自営業者の長時間労働を抑制する仕組みはない。

また、労働安全衛生法に基づく健康診断等も義務付けられておらず、産業医の面接指導も特に設けられているものではないことから、健康管理は各自に任されているのが実態である。したがって、過労死等のリスクのある自営業者が必要な措置を受けずにいる可能性も指摘できる。

本調査研究事業では上記を踏まえ、自営業者の過重労働の実態やその背景を明らかにすることを目的としたアンケート調査を実施した。

### 2) アンケート調査

#### (1) 調査対象

自営業者調査は、全国の自営業者 5,000 者を対象に東京商工リサーチが所有しているデータベースから無作為に抽出して実施した。なお、ここでいう自営業者とは、東京商工リサーチに自営業者として登録されているものとしている。

なお、業種により労働時間や商取引慣行等が異なるものと想定されることから、5,000 者の内訳は「2015 年労働力調査（総務省）」に基づく業種別構成比により比例配分を行った。

図表 425 自営業者調査における調査対象の割付

業種(大分類)	総務省 「2015年労働力調査」		東京商工リサーチ 「業種別個人営業者数」		比例配分	割付
	自営業主数 (万人)	構成比	自営業主数 (人)	構成比		
農業、林業、漁業、鉱業	103	19.0%	3,319	1.5%	948	963
建設業	80	14.7%	90,589	41.1%	736	748
製造業	42	7.7%	10,398	4.7%	387	387
電気・ガス・熱供給・水道業	—	—	266	0.1%	—	—
情報通信業	8	1.5%	1,460	0.7%	74	74
運輸業、郵便業	12	2.2%	1,004	0.5%	111	111
卸売業、小売業	64	11.8%	47,395	21.5%	589	599
金融業、保険業	3	0.6%	1,318	0.6%	28	28
不動産業、物品賃貸業	10	1.8%	11,213	5.1%	92	92
学術研究、専門・技術サービス業	42	7.7%	9,350	4.2%	387	387
宿泊業、飲食サービス業	41	7.6%	3,927	1.8%	378	378
生活関連サービス業、娯楽業	45	8.3%	3,586	1.6%	414	414
教育、学習支援業	24	4.4%	1,055	0.5%	221	221
医療、福祉	26	4.8%	6,754	3.1%	239	239
複合サービス事業	0	0.0%	770	0.3%	0	0
サービス業(他に分類されないもの)	39	7.2%	28,225	12.8%	359	359
分類不能の産業	4	0.7%	—	—	37	—
合計	543	100.0%	220,629	100.0%	5,000	5,000

※「0」は数値が表章単位に満たないもの、「—」は該当数値のないことを示す。

※東京商工リサーチの保有サンプルでは、「分類不能の業種」は存在しないため(灰色網掛け)、同業種からの抽出は行わないこととし、当該件数(37件)は、「労働力調査」上での構成比が相対的に高い「農業、林業、漁業、鉱業」、「建設業」、「卸売業、小売業」に追加して比例配分した。

## (2) 調査方法

アンケート調査は自記式とし、郵送発送・郵送回収とした。(調査期間：平成28年12月5日～平成29年1月6日)

なお、設問内で特に断りが無い限り、平成28年11月1日時点の状況について調査を実施した。

### (3) 調査内容

主な調査内容は以下のとおり。

図表 426 自営業者調査における主な調査項目

調査項目	概要
事業の概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 主たる事業の業種</li> <li>○ 仕事の種類</li> <li>○ 主な仕事場所、ターゲットとしている顧客</li> <li>○ 営業時間の定めの有無</li> <li>○ 従業員数 等</li> </ul>
回答者の基本属性	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 性別・年齢</li> <li>○ 配偶者の有無、子どもの有無、介護の状況</li> <li>○ 主たる家計の維持（支持）者 等</li> </ul>
回答者の働き方	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1週間当たりの実労働時間、深夜勤務・休日出勤の状況（通常期、繁忙期）</li> <li>○ 労働日数・労働時間の把握方法</li> <li>○ 持ち帰り仕事の状況</li> <li>○ 仕事の特性、他の自営業者等との関係 等</li> </ul>
回答者の生活等の状況	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 健康診断の受診状況、疾患の有無</li> <li>○ 勤務日、休日1日の生活時間（通勤、家事労働、睡眠）</li> <li>○ 睡眠時間、息抜き・趣味活動・家族の団らん等の充足状況</li> <li>○ 生活習慣に対する影響</li> <li>○ 業務や業務以外のストレスや悩みの有無</li> <li>○ 職場以外の相談相手の有無 等</li> </ul>
過重労働・過労死等に向けた取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 関連法令等の認知度</li> <li>○ 自身における過重労働防止のための取組</li> <li>○ 事業において長時間労働が生じる理由（事業特性） 等</li> </ul>

### (4) 回収結果

有効回収件数：1,296 件（回収率：25.9%）

## 2. アンケート調査結果

各図表中に示している「n」は各設問の集計対象数（調査数）を示す。

単数回答の回答割合の合計は、四捨五入の関係で100%にならない場合がある。

複数回答の回答数の合計は調査数を超えることがあるとともに、回答割合の合計は100%を超えることがある。

また、集計表のうち再掲として掲載している回答割合は、四捨五入の関係で、集計表上の各内訳の割合の合計と一致しない場合がある。

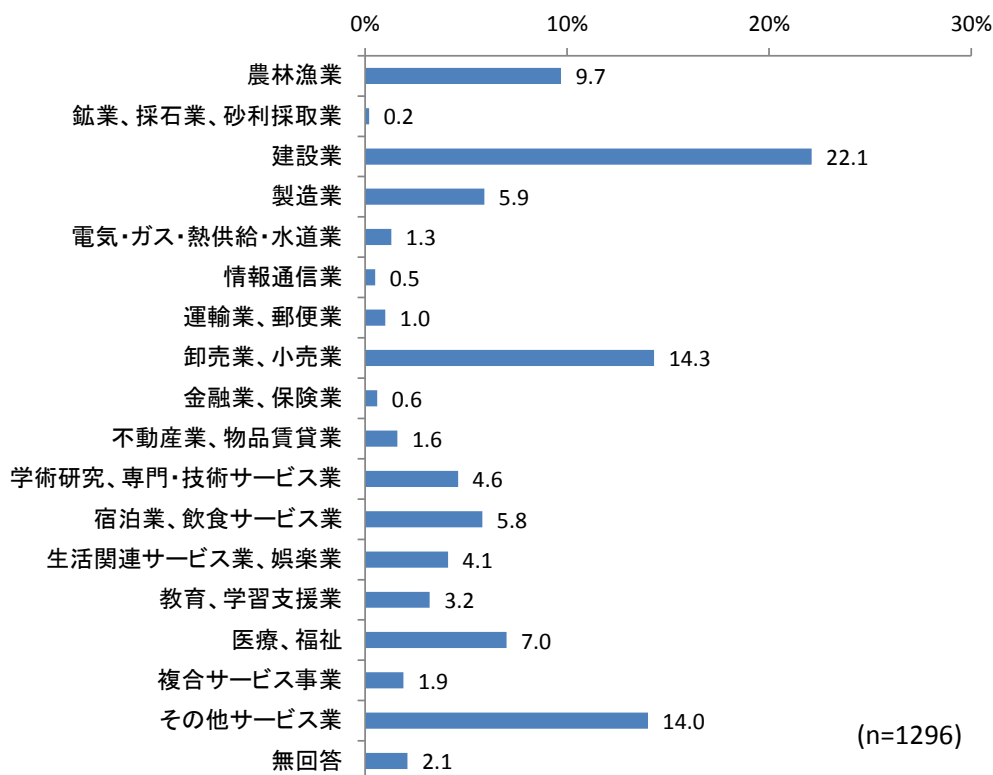
### 1) 基本属性

#### (1) 自営業者として行っている事業

##### ①主たる事業の業種

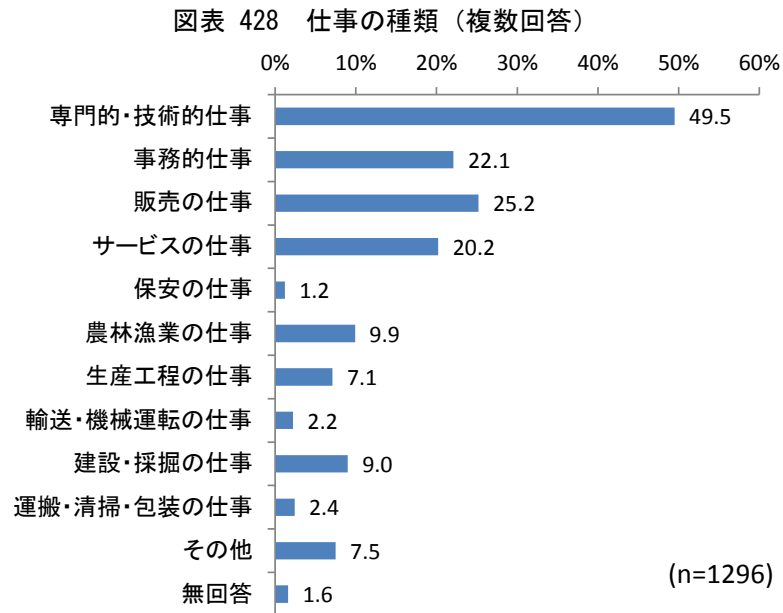
主たる事業の業種は、「建設業」が22.1%で最も多く、次いで「卸売業、小売業」が14.3%、「その他サービス業」が14.0%であった。

図表 427 主たる事業の業種



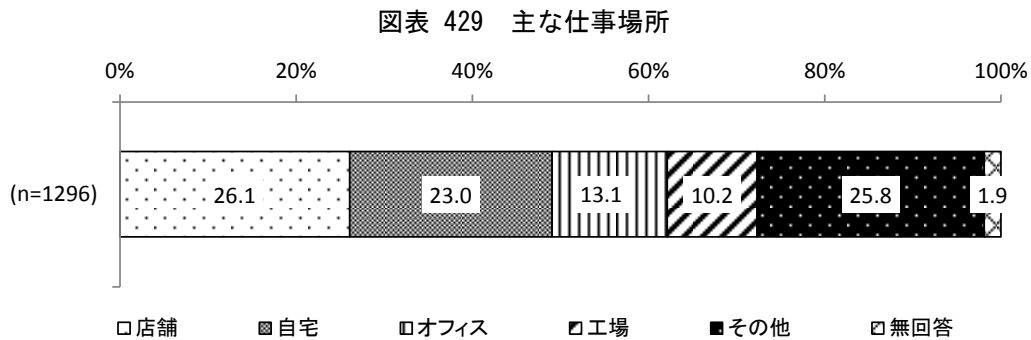
## ②仕事の種類

仕事の種類は、「専門的・技術的工作」が 49.5%で最も多く、次いで「販売の仕事」が 25.2%、「事務的工作」が 22.1%であった。



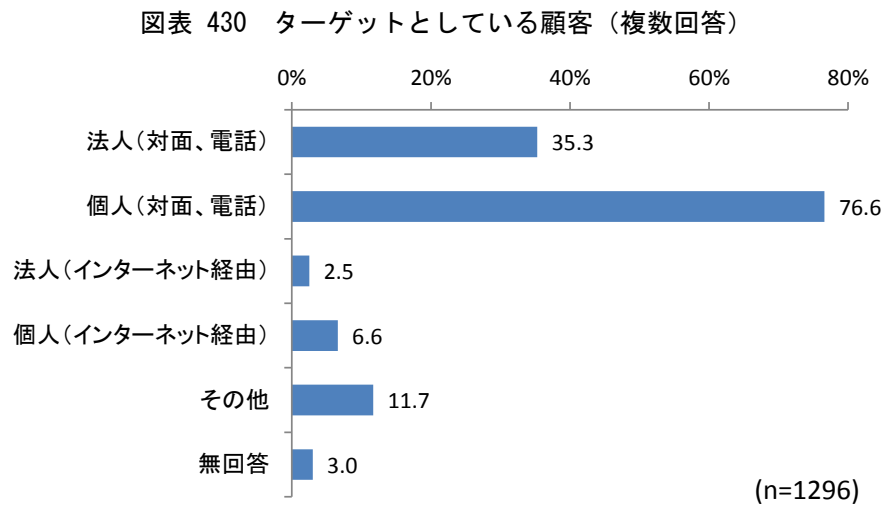
## ③仕事場所

主な仕事場所は、「店舗」が 26.1%で最も多く、次いで「自宅」が 23.0%、「オフィス」が 13.1%であった。



#### ④顧客

ターゲットとしている顧客は、「個人（対面、電話）」が 76.6%で最も多く、次いで「法人（対面、電話）」が 35.3%であった。

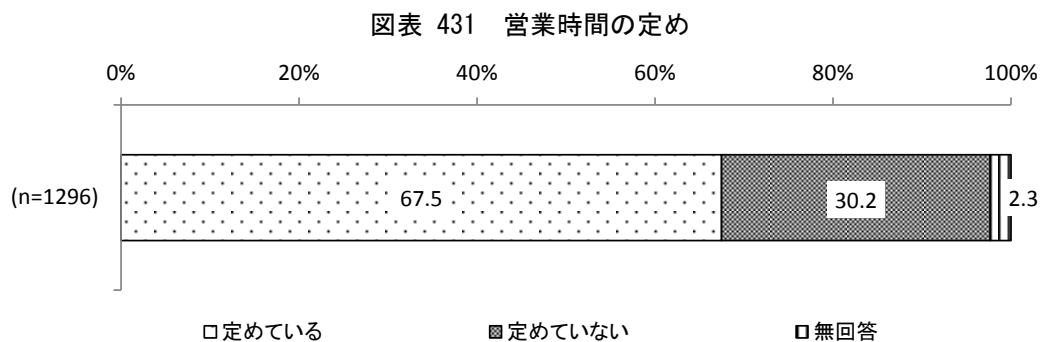


#### ⑤営業時間

営業時間の定めは、「定めている」が 67.5%、「定めていない」が 30.2%であった。

営業時間を定めていると回答した自営業者 875 件のうち、定めている 1 週間当たりの営業日数は「5 日超 6 日」が 62.9%で最も多く、次いで「4 日超 5 日」22.4%であった。

また、定めている 1 日の営業時間は、「9 時間以上 10 時間未満」が 46.6%、「10 時間以上 11 時間未満」が 14.3%、「8 時間以上 9 時間未満」が 13.9%であった。



図表 432 1週間当たりの営業日数

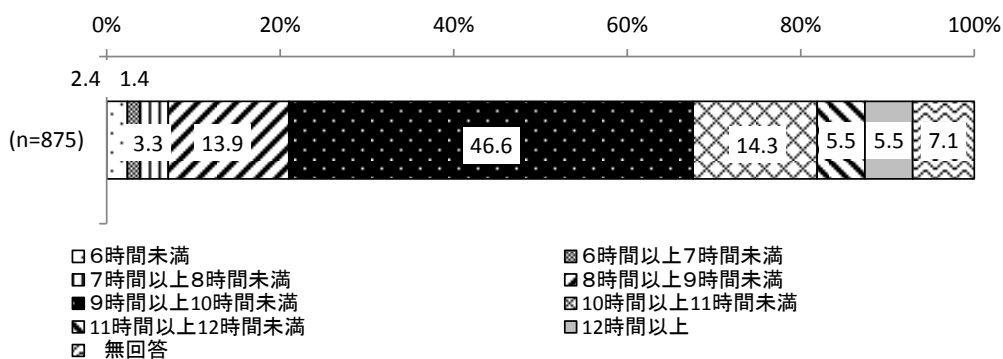
調査数	上段：回答数（件） 下段：割合（%）						
	1日超 2日	2日超 3日	3日超 4日	4日超 5日	5日超 6日	6日超 7日	無回答
875	3	3	4	196	550	58	61
100.0	0.3	0.3	0.5	22.4	62.9	6.6	7.0

※平均 5.8 日

※平均は有効回答のあったものについて集計。以下同様。

※営業時間の定めについて「定めている」と回答した者（調査数 n=875）について集計。

図表 433 定めている1日の営業時間

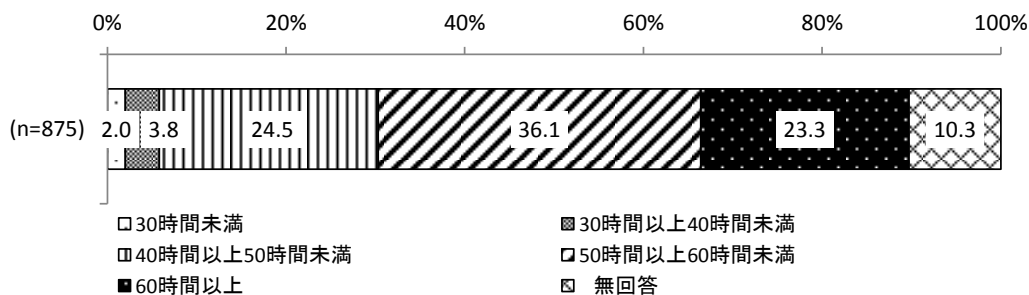


※平均 9.3 時間

※営業時間の定めについて「定めている」と回答した者（調査数 n=875）について集計。

営業時間を定めていると回答した自営業者 875 件のうち、定めている1週間の営業時間（1週間の営業日数と1日の営業時間の乗算により算出）は、「50時間以上60時間未満」が36.1%、「40時間以上50時間未満」が24.5%、「60時間以上」が23.3%であった。

図表 434 定めている1週間の営業時間



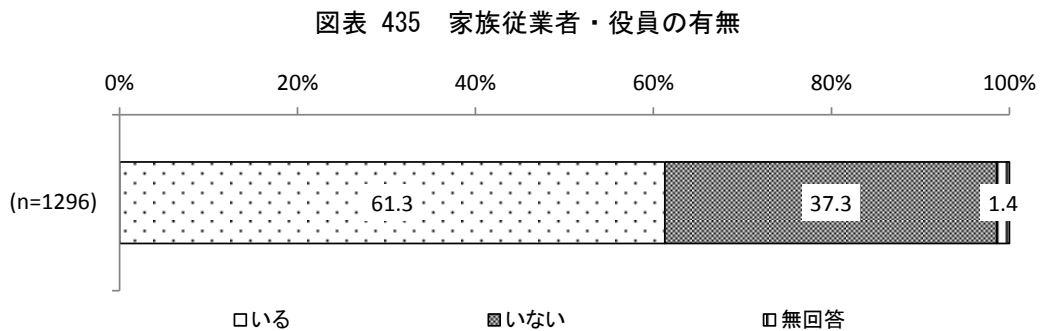
※平均 53.7 時間

※営業時間の定めについて「定めている」と回答した者（調査数 n=875）について集計。

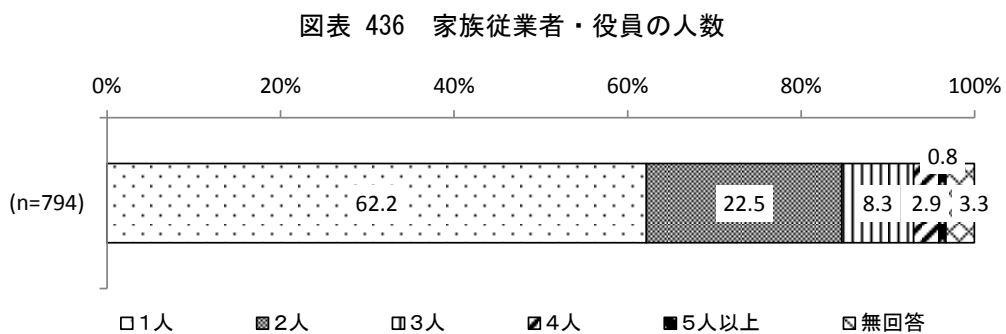
※1週間の営業日数と1日の営業時間の乗算により算出。1週間の営業日数又は1日の営業時間のいずれかの回答がない場合、「無回答」とした。

## ⑥ 従業者・役員の有無

家族従業者・役員（家族従業者又は家族役員）の有無については、「いる」が61.3%、「いない」が37.3%であった。



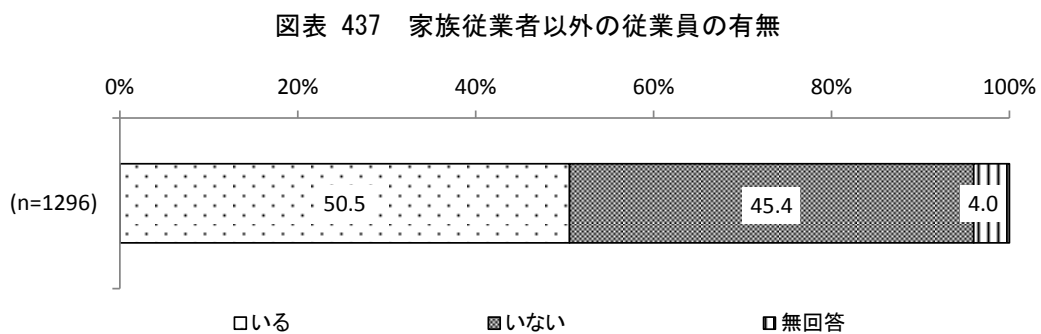
家族従業者・役員について「いる」と回答した自営業者794件のうち、家族従業者・役員の人数は、「1人」が62.2%で最も多く、次いで「2人」が22.5%、「3人」が8.3%であった。



※平均 1.5 人

※家族従業者・役員について「いる」と回答した者（調査数 n=794）について集計。

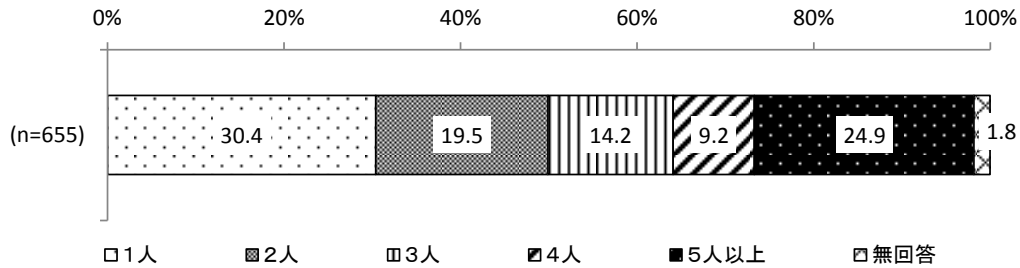
家族従業者以外の従業者の有無については、「いる」が50.5%、「いない」が45.4%であった。





家族従業者以外の従業員について「いる」と回答した自営業者 655 件のうち、家族従業者以外の従業員の人数は、「1人」が 30.4%で最も多く、次いで「5人以上」が 24.9%、「2人」が 19.5%であった。

図表 438 家族従業者以外の従業員の人数



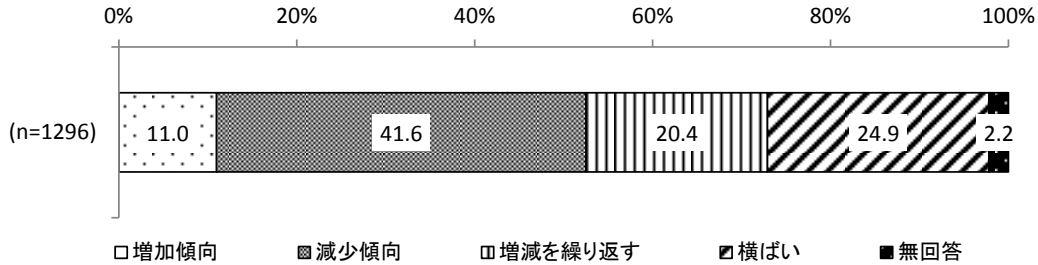
※平均 4.7 人

※家族従業者以外の従業員について「いる」と回答した者（調査数 n=655）について集計。

### ⑦事業全体の売上・利益の動向

事業全体の売上・利益の動向（直近3期の売上の動向）は、「減少傾向」が 41.6%で最も多く、次いで「横ばい」が 24.9%、「増減を繰り返す」が 20.4%であった。

図表 439 事業全体の売上・利益の動向（直近3期の売上の動向）

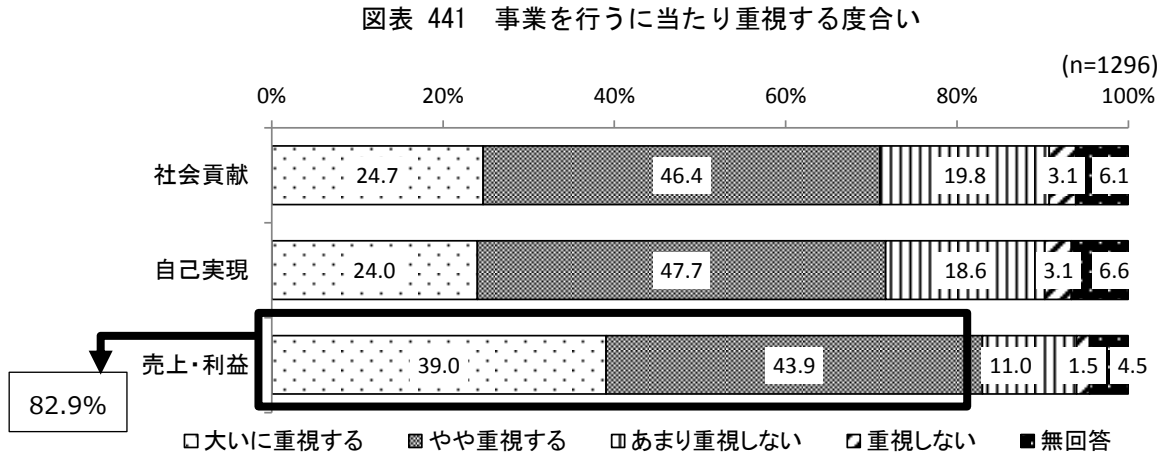


図表 440 事業全体の売上・利益の動向

	上段：回答数（件）				
	調査数	黒字	赤字	未開業	無回答
前期の経常利益	1296	726	407	43	120
	100.0	56.0	31.4	3.3	9.3
前々期の経常利益	1296	715	401	57	123
	100.0	55.2	30.9	4.4	9.5
3期前の経常利益	1296	717	396	63	120
	100.0	55.3	30.6	4.9	9.3

## ⑧事業を行うに当たり重視する度合い

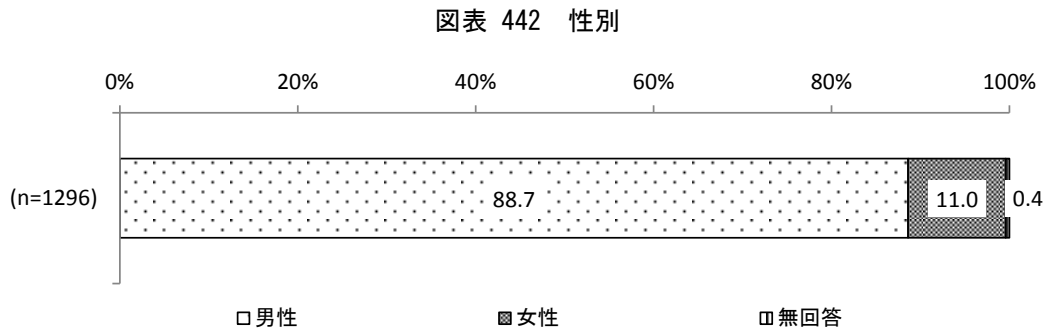
事業を行うに当たり重視する度合いについては、「やや重視する」がそれぞれ最も多く、「社会貢献」は46.4%、「自己実現」は47.7%、「売上・利益」は43.9%であった。また、「大いに重視する」と「やや重視する」者の割合は、「売上・利益」が82.9%と「社会貢献」、「自己実現」よりも高い割合であった。



## (2) 回答者の基本属性

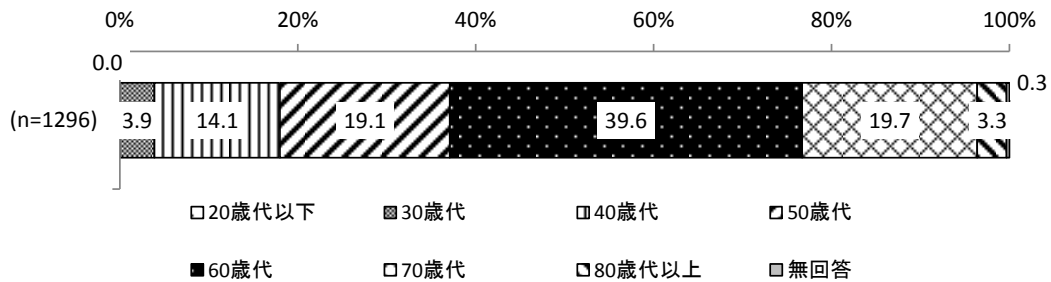
### ①性別・年齢

回答者の性別は、「男性」が88.7%、「女性」が11.0%であった。



回答者の年齢は、「60歳代」が39.6%で最も多く、次いで「70歳代」が19.7%、「50歳代」が19.1%であった。

図表 443 年齢

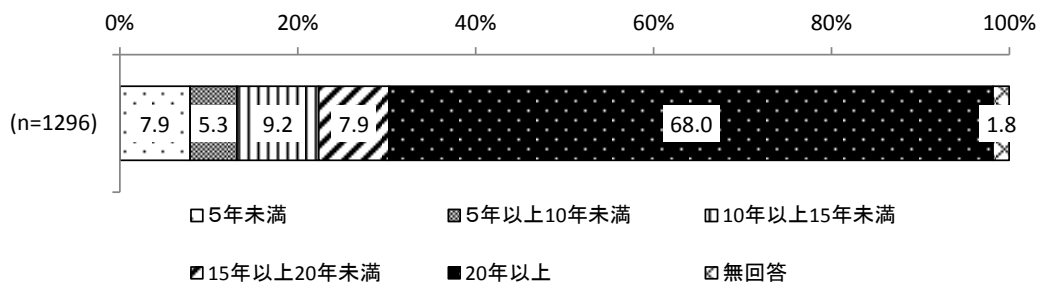


※平均 61.3 歳

## ② 経験年数

経験年数（通算）は、「20年以上」が68.0%で最も多く、次いで「10年以上15年未満」が9.2%、「5年未満」及び「15年以上20年未満」が7.9%であった。

図表 444 経験年数（通算）

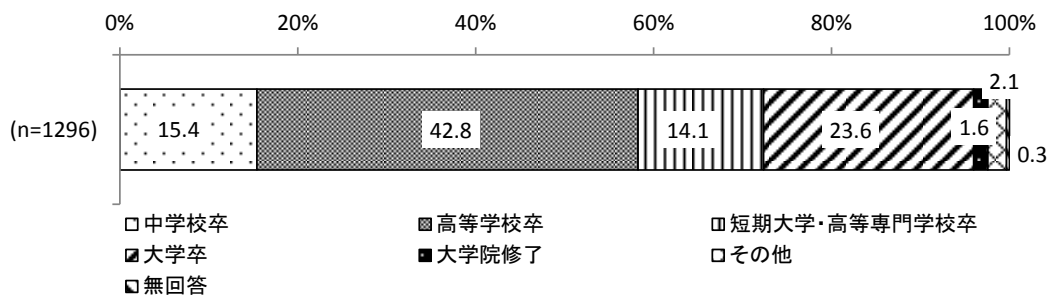


※平均 28.4 年

## ③ 最終学歴

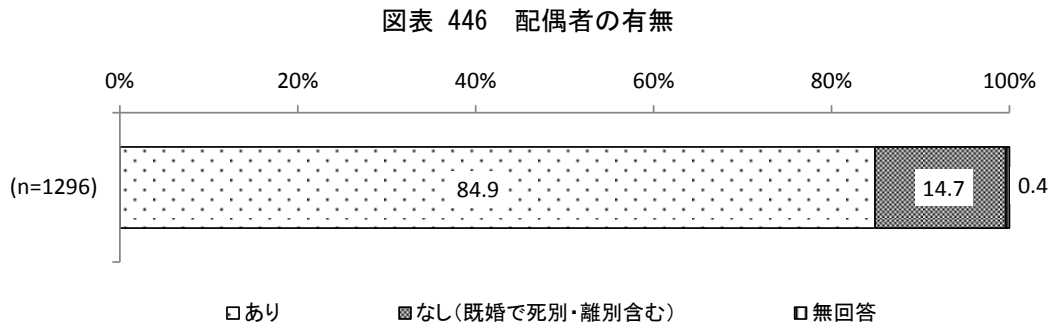
最終学歴は、「高等学校卒」が42.8%で最も多く、次いで「大学卒」が23.6%、「中学校卒」が15.4%であった。

図表 445 最終学歴

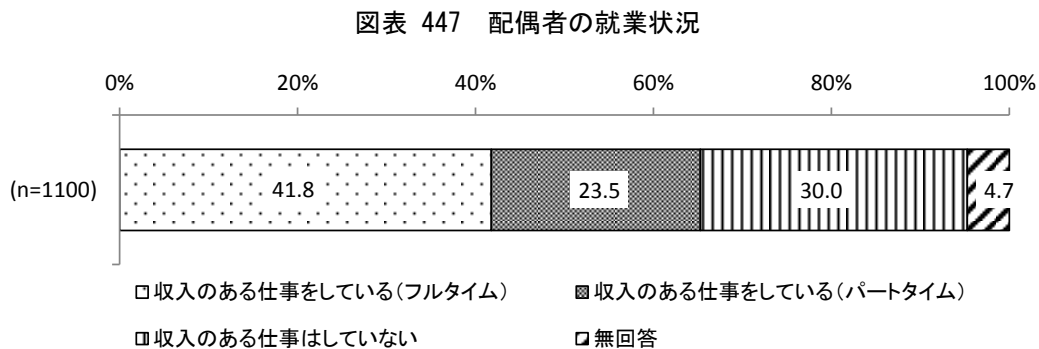


#### ④配偶者について

配偶者の有無については、「あり」が84.9%、「なし（既婚で死別・離別含む）」が14.7%であった。



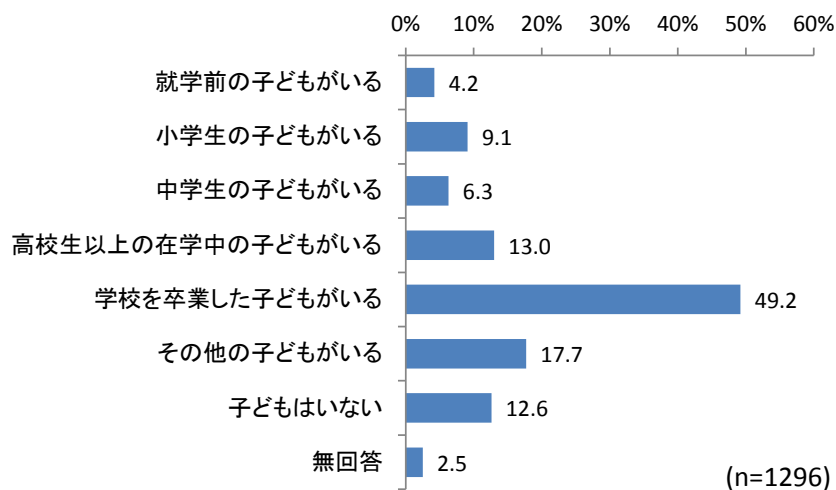
配偶者について「あり」と回答した自営業者 1100 件のうち、配偶者の就業状況は、「収入のある仕事をしている（フルタイム）」が41.8%で最も多く、次いで「収入のある仕事はしていない」が30.0%、「収入のある仕事をしている（パートタイム）」が23.5%であった。



#### ⑤子どもについて

子どもの有無については、「学校を卒業した子どもがいる」が49.2%で最も多く、次いで「その他の子どもがいる」が17.7%、「高校生以上の在学中の子どもがいる」が13.0%であった。

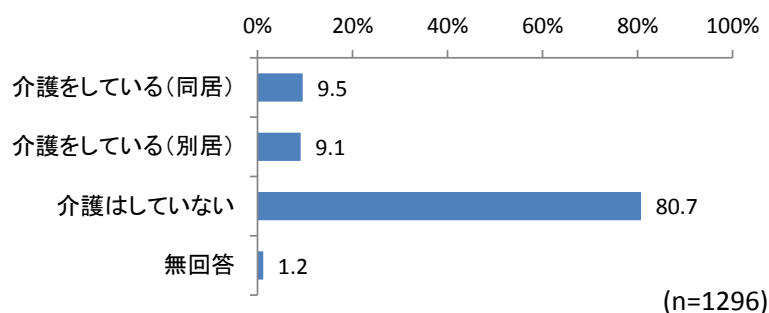
図表 448 子どもの有無（複数回答）



## ⑥介護の状況

介護の状況は、「介護はしていない」が80.7%、「介護をしている（同居）」が9.5%、「介護をしている（別居）」が9.1%であった。

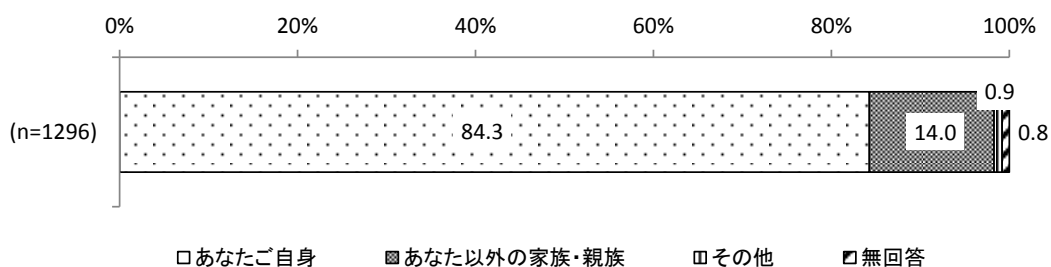
図表 449 介護の状況（複数回答）



## ⑦主たる家計の維持（支持）者

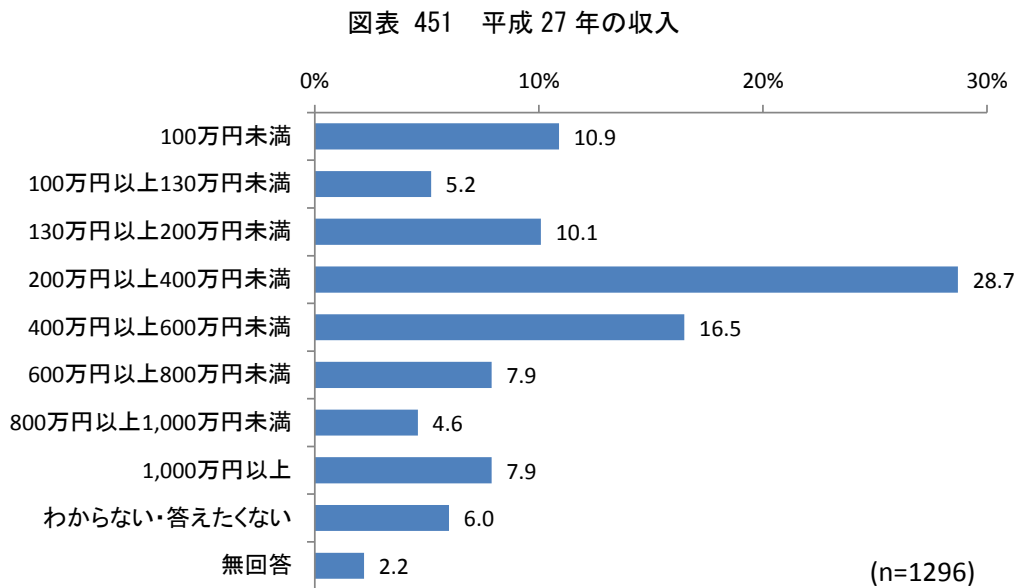
主たる家計の維持（支持）者は、「あなたご自身」が84.3%で最も多く、次いで「あなた以外の家族・親族」が14.0%であった。

図表 450 主たる家計の維持（支持）者



## ⑧平成 27 年の収入

平成 27 年の収入は、「200 万円以上 400 万円未満」が 28.7%で最も多く、次いで「400 万円以上 600 万円未満」が 16.5%、「100 万円未満」が 10.9%であった。

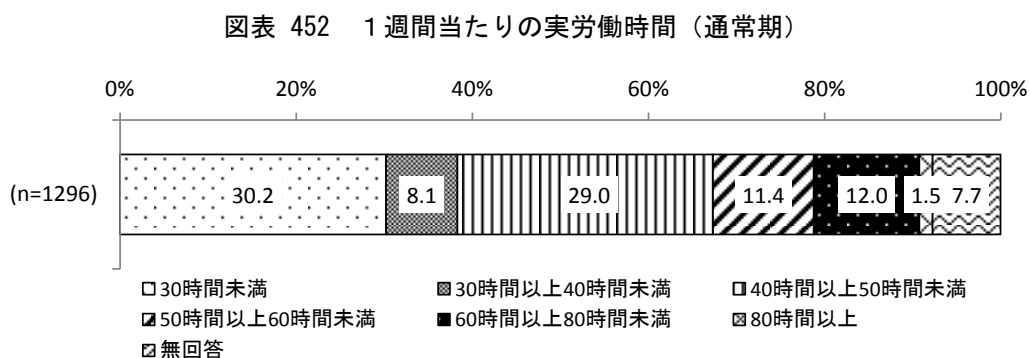


## 2) 労働・社会面の状況

### (1) 回答者の働き方について

#### ①労働日数・労働時間

1 週間当たりの実労働時間（通常期）は、「30 時間未満」が 30.2%で最も多く、次いで「40 時間以上 50 時間未満」が 29.0%、「60 時間以上 80 時間未満」が 12.0%であった。



※平均 36.7 時間

※通常期の 1 週間当たりの実労働時間が繁忙期以上の回答は無回答とした。

業種別に1週間当たりの実労働時間（通常期）をみると、実労働時間の平均は「情報通信業」が最も長く46.3時間、「金融業、保険業」が最も短く23.9時間であった。

なお、「情報通信業」、「金融業、保険業」は、調査数が10未満と少ない点に留意が必要である。

一方、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合は、全体で13.6%、業種別で見ると「宿泊業、飲食サービス業」が28.0%で最も多く、次いで「生活関連サービス業、娯楽業」が22.6%、「教育、学習支援業」が21.4%であった。

図表 453 1週間当たりの実労働時間（通常期）【業種別】

上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

	調査数	30時間未満	43時間未満	54時間未満	65時間未満	86時間未満	8時間以上	無回答	(再掲)60時間以上	平均(単位:時間)
全体	1296 100.0	391 30.2	105 8.1	376 29.0	148 11.4	156 12.0	20 1.5	100 7.7	176 13.6	36.7
農林漁業	126 100.0	39 31.0	6 4.8	28 22.2	17 13.5	17 13.5	2 1.6	17 13.5	19 15.1	36.8
鉱業、採石業、砂利採取業	3 100.0	0 0.0	2 66.7	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	35.0
建設業	287 100.0	81 28.2	23 8.0	124 43.2	24 8.4	18 6.3	0 0.0	17 5.9	18 6.3	35.7
製造業	76 100.0	19 25.0	6 7.9	27 35.5	8 10.5	11 14.5	3 3.9	2 2.6	14 18.4	39.9
電気・ガス・熱供給・水道業	17 100.0	8 47.1	0 0.0	5 29.4	2 11.8	1 5.9	0 0.0	1 5.9	1 5.9	28.8
情報通信業	6 100.0	0 0.0	1 16.7	2 33.3	2 33.3	1 16.7	0 0.0	0 0.0	1 16.7	46.3
運輸業、郵便業	13 100.0	5 38.5	2 15.4	2 15.4	0 0.0	1 7.7	0 0.0	3 23.1	1 7.7	26.9
卸売業、小売業	185 100.0	69 37.3	9 4.9	36 19.5	22 11.9	30 16.2	5 2.7	14 7.6	35 18.9	36.3
金融業、保険業	8 100.0	4 50.0	1 12.5	1 12.5	1 12.5	0 0.0	0 0.0	1 12.5	0 0.0	23.9
不動産業、物品賃貸業	21 100.0	5 23.8	2 9.5	5 23.8	6 28.6	1 4.8	0 0.0	2 9.5	1 4.8	36.7
学術研究、専門・技術サービス業	60 100.0	15 25.0	7 11.7	22 36.7	7 11.7	7 11.7	0 0.0	2 3.3	7 11.7	36.9
宿泊業、飲食サービス業	75 100.0	28 37.3	3 4.0	13 17.3	6 8.0	17 22.7	4 5.3	4 5.3	21 28.0	39.1
生活関連サービス業、娯楽業	53 100.0	16 30.2	5 9.4	9 17.0	8 15.1	12 22.6	0 0.0	3 5.7	12 22.6	39.2
教育、学習支援業	42 100.0	11 26.2	5 11.9	9 21.4	7 16.7	7 16.7	2 4.8	1 2.4	9 21.4	41.3
医療、福祉	91 100.0	17 18.7	14 15.4	35 38.5	11 12.1	11 12.1	0 0.0	3 3.3	11 12.1	39.7
複合サービス事業	25 100.0	8 32.0	0 0.0	11 44.0	1 4.0	5 20.0	0 0.0	0 0.0	5 20.0	39.2
その他サービス業	181 100.0	52 28.7	18 9.9	42 23.2	26 14.4	15 8.3	4 2.2	24 13.3	19 10.5	35.6

※全体の調査数には業種が無回答のものを含むため、全体の調査数は各業種の調査数の合計と一致しない。

仕事の種類別に1週間当たりの実労働時間（通常期）をみると、実労働時間の平均は「保安の仕事」が最も長く48.4時間、「建設・採掘の仕事」が最も短く34.6時間であった。

一方、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合は、「保安の仕事」が37.5%で最も多く、次いで「サービスの仕事」が26.3%、「運搬・清掃・包装の仕事」が25.8%であった。

図表 454 1週間当たりの実労働時間（通常期）【仕事の種類別】

	調査数	上段：回答数（件）							無回答	下段：割合（%）	
		30時間未満	430時間未満	540時間未満	650時間未満	860時間未満	80時間以上	（60時間以上）		平均（単位：時間）	
全体	1296	391	105	376	148	156	20	100	176	36.7	
	100.0	30.2	8.1	29.0	11.4	12.0	1.5	7.7	13.6		
専門的・技術的工作	641	184	47	224	78	71	5	32	76	36.9	
	100.0	28.7	7.3	34.9	12.2	11.1	0.8	5.0	11.9		
事務的工作	287	84	25	79	32	43	8	16	51	38.4	
	100.0	29.3	8.7	27.5	11.1	15.0	2.8	5.6	17.8		
販売の仕事	326	100	17	76	41	62	8	22	70	39.3	
	100.0	30.7	5.2	23.3	12.6	19.0	2.5	6.7	21.5		
サービスの仕事	262	71	14	55	29	61	8	24	69	41.9	
	100.0	27.1	5.3	21.0	11.1	23.3	3.1	9.2	26.3		
保安の仕事	16	2	0	6	2	6	0	0	6	48.4	
	100.0	12.5	0.0	37.5	12.5	37.5	0.0	0.0	37.5		
農林漁業の仕事	128	41	6	31	15	18	2	15	20	36.3	
	100.0	32.0	4.7	24.2	11.7	14.1	1.6	11.7	15.6		
生産工程の仕事	92	28	7	24	11	15	2	5	17	38.2	
	100.0	30.4	7.6	26.1	12.0	16.3	2.2	5.4	18.5		
輸送・機械運転の仕事	29	6	1	11	2	5	1	3	6	43.3	
	100.0	20.7	3.4	37.9	6.9	17.2	3.4	10.3	20.7		
建設・採掘の仕事	116	33	13	47	11	5	0	7	5	34.6	
	100.0	28.4	11.2	40.5	9.5	4.3	0.0	6.0	4.3		
運搬・清掃・包装の仕事	31	5	2	10	3	8	0	3	8	44.1	
	100.0	16.1	6.5	32.3	9.7	25.8	0.0	9.7	25.8		
その他	97	31	9	22	9	13	4	9	17	36.8	
	100.0	32.0	9.3	22.7	9.3	13.4	4.1	9.3	17.5		

※全体の調査数には仕事の種類が無回答のものを含み、また、仕事の種類は複数回答のため、全体の調査数は各仕事の種類の調査数の合計と一致しない。



過去1年間の持ち帰り仕事の有無別に1週間当たりの実労働時間（通常期）をみると、実労働時間の平均は、「持ち帰り仕事がほぼ毎日」の場合が44.7時間で最も長く、「1か月に1日程度」の場合が35.8時間で最も短かった。

一方、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合は、「持ち帰り仕事がほぼ毎日」が38.9%で最も多く、次いで「1週間に3～4日」が25.6%、「1か月に1日程度」が14.3%であった。

図表 455 1週間当たりの実労働時間（通常期）【過去1年間の持ち帰り仕事の有無別】

上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

	調査数	3 0 時間 未 満	4 3 0 0 時間 未 満 上	5 4 0 0 時間 未 満 上	6 5 0 0 時間 未 満 上	8 6 0 0 時間 未 満 上	8 0 時間 以 上	無 回 答	(再 掲 時 間 以 上)	平 均 (単 位 :時 間)
全体	1296 100.0	391 30.2	105 8.1	376 29.0	148 11.4	156 12.0	20 1.5	100 7.7	176 13.6	36.7
ほぼ毎日	54 100.0	16 29.6	1 1.9	5 9.3	8 14.8	19 35.2	2 3.7	3 5.6	21 38.9	44.7
1週間に3～4日	43 100.0	12 27.9	1 2.3	10 23.3	7 16.3	9 20.9	2 4.7	2 4.7	11 25.6	42.2
1週間に2～3日	52 100.0	13 25.0	3 5.8	21 40.4	6 11.5	6 11.5	0 0.0	3 5.8	6 11.5	39.0
1週間に1日程度	52 100.0	13 25.0	5 9.6	15 28.8	12 23.1	5 9.6	1 1.9	1 1.9	6 11.5	39.4
1か月に2～3日程度	56 100.0	14 25.0	6 10.7	22 39.3	9 16.1	2 3.6	0 0.0	3 5.4	2 3.6	36.1
1か月に1日程度	49 100.0	17 34.7	4 8.2	12 24.5	9 18.4	7 14.3	0 0.0	0 0.0	7 14.3	35.8
1か月に1日以下	45 100.0	6 13.3	3 6.7	21 46.7	9 20.0	4 8.9	1 2.2	1 2.2	5 11.1	43.4
持ち帰り仕事はない	886 100.0	272 30.7	81 9.1	266 30.0	85 9.6	100 11.3	13 1.5	69 7.8	113 12.8	36.0

※全体の調査数には持ち帰り仕事の有無が無回答のものを含むため、全体の調査数は各持ち帰り仕事の有無の調査数の合計と一致しない。

事業を行うに当たって重視するもの別に1週間当たりの実労働時間（通常期）をみると、「社会貢献」については、重視する度合いが強いほど、実労働時間の平均は長くなる傾向が見られるとともに、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合も高くなる傾向が見られた。

「自己実現」については、「重視しない」場合で実労働時間の平均が39.6時間で最も長く、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合も他の区分に比べて高い傾向が見られた。

「売上・利益」については、「重視しない」場合では実労働時間の平均が41.2時間で最も長かったが、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合は「大いに重視する」場合で16.4%と、他の区分に比べて高かった。

図表 456 1週間当たりの実労働時間（通常期）【事業を行うに当たって重視するもの別】

上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

<社会貢献>

	調査数	3 0 時間 未 満	4 3 0 0 時間 間 未 以 満 上	5 4 0 0 時間 間 未 以 満 上	6 5 0 0 時間 間 未 以 満 上	8 6 0 0 時間 間 未 以 満 上	8 0 時間 間 以 上	無 回 答	(再 掲 6 0 時間 間 以 上)	平均 (単位 :時間)
全体	1296 100.0	391 30.2	105 8.1	376 29.0	148 11.4	156 12.0	20 1.5	100 7.7	176 13.6	36.7
大いに重視する	320 100.0	86 26.9	28 8.8	91 28.4	46 14.4	44 13.8	6 1.9	19 5.9	50 15.6	38.7
やや重視する	601 100.0	177 29.5	56 9.3	180 30.0	70 11.6	77 12.8	7 1.2	34 5.7	84 14.0	37.2
あまり重視しない	256 100.0	80 31.3	13 5.1	81 31.6	29 11.3	29 11.3	5 2.0	19 7.4	34 13.3	36.6
重視しない	40 100.0	18 45.0	3 7.5	8 20.0	1 2.5	2 5.0	1 2.5	7 17.5	3 7.5	26.9

※全体の調査数には重視の度合いについて無回答のものを含むため、全体の調査数は各重視の度合いの調査数の合計と一致しない。

<自己実現>

	調査数	3 0 時間 未 満	4 3 0 0 時間 間 未 以 満 上	5 4 0 0 時間 間 未 以 満 上	6 5 0 0 時間 間 未 以 満 上	8 6 0 0 時間 間 未 以 満 上	8 0 時間 間 以 上	無 回 答	(再 掲 6 0 時間 間 以 上)	平均 (単位 :時間)
全体	1296 100.0	391 30.2	105 8.1	376 29.0	148 11.4	156 12.0	20 1.5	100 7.7	176 13.6	36.7
大いに重視する	311 100.0	85 27.3	26 8.4	90 28.9	43 13.8	48 15.4	4 1.3	15 4.8	52 16.7	38.8
やや重視する	618 100.0	175 28.3	44 7.1	196 31.7	85 13.8	72 11.7	7 1.1	39 6.3	79 12.8	37.4
あまり重視しない	241 100.0	89 36.9	29 12.0	65 27.0	14 5.8	22 9.1	7 2.9	15 6.2	29 12.0	33.6
重視しない	40 100.0	12 30.0	1 2.5	8 20.0	3 7.5	8 20.0	1 2.5	7 17.5	9 22.5	39.6

※全体の調査数には重視の度合いについて無回答のものを含むため、全体の調査数は各重視の度合いの調査数の合計と一致しない。  
(次ページへ続く)

<売上・利益>

	調査数	30時間未満	4300時間未満	5400時間未満	6500時間未満	8600時間未満	80時間以上	無回答	(60時間以上)	平均(単位:時間)
全体	1296	391	105	376	148	156	20	100	176	36.7
	100.0	30.2	8.1	29.0	11.4	12.0	1.5	7.7	13.6	
大いに重視する	506	157	38	131	63	73	10	34	83	37.5
	100.0	31.0	7.5	25.9	12.5	14.4	2.0	6.7	16.4	
やや重視する	569	154	49	193	66	68	6	33	74	37.4
	100.0	27.1	8.6	33.9	11.6	12.0	1.1	5.8	13.0	
あまり重視しない	143	52	14	38	16	9	2	12	11	33.2
	100.0	36.4	9.8	26.6	11.2	6.3	1.4	8.4	7.7	
重視しない	20	5	0	3	3	2	1	6	3	41.2
	100.0	25.0	0.0	15.0	15.0	10.0	5.0	30.0	15.0	

※全体の調査数には重視の度合について無回答のものを含まため、全体の調査数は各重視の度合の調査数の合計と一致しない。

自身の労働日数・労働時間の把握方法別に1週間当たりの実労働時間(通常期)をみると、実労働時間の平均は、「タイムカード、ICカード、パソコンのログイン・ログアウト等の客観的な方法で把握している」場合で39.3時間と最も長く、「時計等で確認の上、ノートや電子ファイル等に記録している」場合で35.9時間と最も短かった。

一方、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合は、「特に把握していない」場合が15.2%で最も多く、次いで「タイムカード、ICカード、パソコンのログイン・ログアウト等の客観的な方法で把握している」場合が10.5%、「時計等で確認の上、ノートや電子ファイル等に記録している」場合が7.3%であった。

図表 457 1週間当たりの実労働時間(通常期)【自身の労働日数・労働時間の把握方法別】

	調査数	30時間未満	4300時間未満	5400時間未満	6500時間未満	8600時間未満	80時間以上	無回答	(60時間以上)	平均(単位:時間)
全体	1296	391	105	376	148	156	20	100	176	36.7
	100.0	30.2	8.1	29.0	11.4	12.0	1.5	7.7	13.6	
タイムカード、ICカード、パソコンのログイン・ログアウト等の客観的な方法で把握している	38	9	4	15	4	3	1	2	4	39.3
	100.0	23.7	10.5	39.5	10.5	7.9	2.6	5.3	10.5	
時計等で確認の上、ノートや電子ファイル等に記録している	191	54	22	77	17	12	2	7	14	35.9
	100.0	28.3	11.5	40.3	8.9	6.3	1.0	3.7	7.3	
特に把握していない	951	284	74	256	123	129	16	69	145	37.4
	100.0	29.9	7.8	26.9	12.9	13.6	1.7	7.3	15.2	
その他	74	30	5	18	3	11	0	7	11	31.5
	100.0	40.5	6.8	24.3	4.1	14.9	0.0	9.5	14.9	

※全体の調査数には自身の労働日数・労働時間の把握方法について無回答のものを含まため、全体の調査数は各自身の労働日数・労働時間の把握方法の調査数の合計と一致しない。

健康診断の受診状況別に1週間当たりの実労働時間（通常期）をみると、実労働時間の平均は、「年に1回よりは少ないが、定期的に受けている」場合で40.7時間と最も長く、「半年に1回以上受けている」場合で34.3時間と最も短かった。

一方、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合は、「受けていない」場合が23.2%で最も高く、次いで「年に1回よりは少ないが、定期的に受けている」場合が17.3%、「半年に1回以上受けている」場合が12.6%であった。

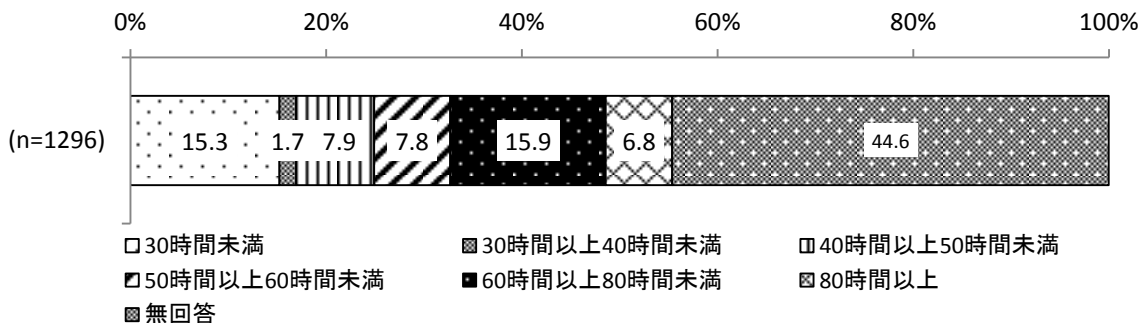
図表 458 1週間当たりの実労働時間（通常期）【健康診断の受診状況別】

	調査数	上段：回答数（件）							（6 再掲） 時間以上	平均 （単位：時間）
		30時間未満	40時間未満以上	50時間未満以上	60時間未満以上	80時間未満以上	80時間以上	無回答		
全体	1296	391	105	376	148	156	20	100	176	36.7
半年に1回以上受けている	127	43	7	27	15	14	2	19	16	34.3
年に1回受けている	688	204	69	205	83	72	8	47	80	36.1
年に1回よりは少ないが、定期的に受けている	52	13	2	19	3	8	1	6	9	40.7
不定期であるが、受けている	224	74	14	70	28	20	5	13	25	35.5
受けていない	194	55	12	51	19	41	4	12	45	40.5
	100.0	30.2	8.1	29.0	11.4	12.0	1.5	7.7	13.6	

※全体の調査数には健康診断の受診状況について無回答のものを含むため、全体の調査数は各健康診断の受診状況の調査数の合計と一致しない。

1週間当たりの実労働時間（繁忙期）は、「60時間以上80時間未満」が15.9%で最も多く、次いで「30時間未満」が15.3%、「40時間以上50時間未満」が7.9%であった。

図表 459 1週間当たりの実労働時間（繁忙期）



※繁忙期の1週間当たりの実労働時間が通常期以下の回答は無回答扱いとした。

1週間当たりの実労働時間（繁忙期）について業種別にみると、実労働時間の平均は「教育、学習支援業」が58.1時間で最も長く、「金融業、保険業」が29.0時間で最も短かった。

なお、「金融業、保険業」は、調査数が10未満と少ない点に留意が必要である。

一方、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合は、「複合サービス業」が40.0%で最も高く、次いで「製造業」が34.2%、「教育、学習支援業」が33.3%であった。

図表 460 1週間当たりの実労働時間（繁忙期）

上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

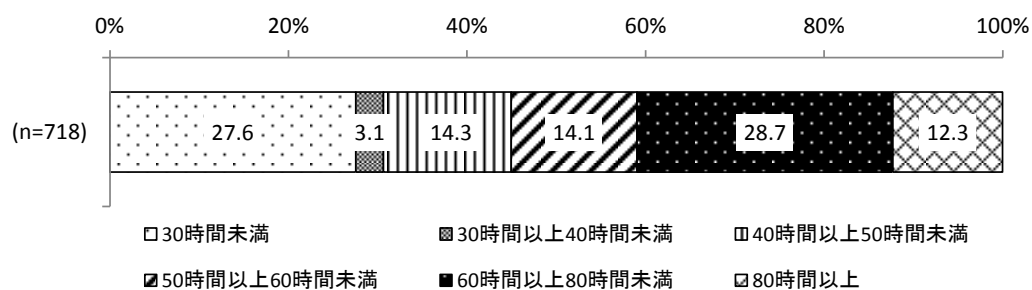
	調査数	30時間未満	40時間未満	50時間未満	60時間未満	80時間未満	80時間以上	無回答	（60時間以上）	平均（単位：時間）
		割合	割合	割合	割合	割合	割合			
全体	1296	198	22	103	101	206	88	578	294	48.1
	100.0	15.3	1.7	7.9	7.8	15.9	6.8	44.6	22.7	
農林漁業	126	26	1	7	15	22	12	43	34	48.0
	100.0	20.6	0.8	5.6	11.9	17.5	9.5	34.1	27.0	
鉱業、採石業、砂利採取業	3	0	1	2	0	0	0	0	0	41.7
	100.0	0.0	33.3	66.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
建設業	287	37	8	31	36	40	10	125	50	46.9
	100.0	12.9	2.8	10.8	12.5	13.9	3.5	43.6	17.4	
製造業	76	11	1	7	3	17	9	28	26	53.1
	100.0	14.5	1.3	9.2	3.9	22.4	11.8	36.8	34.2	
電気・ガス・熱供給・水道業	17	3	0	1	1	5	0	7	5	45.5
	100.0	17.6	0.0	5.9	5.9	29.4	0.0	41.2	29.4	
情報通信業	6	0	1	0	1	0	1	3	1	55.0
	100.0	0.0	16.7	0.0	16.7	0.0	16.7	50.0	16.7	
運輸業、郵便業	13	2	1	1	0	1	0	8	1	33.2
	100.0	15.4	7.7	7.7	0.0	7.7	0.0	61.5	7.7	
卸売業、小売業	185	33	1	9	8	29	13	92	42	47.2
	100.0	17.8	0.5	4.9	4.3	15.7	7.0	49.7	22.7	
金融業、保険業	8	2	0	0	0	1	0	5	1	29.0
	100.0	25.0	0.0	0.0	0.0	12.5	0.0	62.5	12.5	
不動産業、物品賃貸業	21	3	0	0	0	3	1	14	4	44.5
	100.0	14.3	0.0	0.0	0.0	14.3	4.8	66.7	19.0	
学術研究、専門・技術サービス業	60	9	0	6	7	16	3	19	19	49.7
	100.0	15.0	0.0	10.0	11.7	26.7	5.0	31.7	31.7	
宿泊業、飲食サービス業	75	13	0	5	5	12	9	31	21	52.4
	100.0	17.3	0.0	6.7	6.7	16.0	12.0	41.3	28.0	
生活関連サービス業、娯楽業	53	7	1	4	2	9	4	26	13	49.9
	100.0	13.2	1.9	7.5	3.8	17.0	7.5	49.1	24.5	
教育、学習支援業	42	2	4	4	3	7	7	15	14	58.1
	100.0	4.8	9.5	9.5	7.1	16.7	16.7	35.7	33.3	
医療、福祉	91	6	1	8	4	9	3	60	12	49.2
	100.0	6.6	1.1	8.8	4.4	9.9	3.3	65.9	13.2	
複合サービス事業	25	4	0	0	4	9	1	7	10	51.3
	100.0	16.0	0.0	0.0	16.0	36.0	4.0	28.0	40.0	
その他サービス業	181	33	2	17	10	25	14	80	39	45.7
	100.0	18.2	1.1	9.4	5.5	13.8	7.7	44.2	21.5	

※繁忙期の1週間当たりの実労働時間が通常期以下の回答は無回答扱いとした。

※全体の調査数には業種が無回答のものを含むため、全体の調査数は各業種の調査数の合計と一致しない。

1週間当たりの実労働時間（繁忙期）について有効回答のあった718件についてみると、「60時間以上80時間未満」が28.7%で最も多く、次いで「30時間未満」が27.6%、「40時間以上50時間未満」が14.3%であった。

図表 461 1週間当たりの実労働時間（繁忙期）



※平均 48.1 時間

※繁忙期の1週間当たりの実労働時間が通常期以下の回答は無回答扱いとし、有効回答（調査数 n=718）のみについて集計。

1週間当たりの実労働時間（繁忙期）について有効回答のあった718件について業種別にみると、実労働時間の平均は「教育、学習支援業」が58.1時間で最も長く、「金融業、保険業」が29.0時間と最も短かった。

なお、「金融業、保険業」は、調査数が10未満と少ない点に留意が必要である。

一方、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合は、「不動産業、物品賃貸業」が57.1%で最も高く、次いで「複合サービス事業」が55.6%、「製造業」が54.2%であった。

なお、「不動産業、物品賃貸業」は、調査数が10未満と少ない点に留意が必要である。

図表 462 1週間当たりの実労働時間（繁忙期）【業種別】

上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

	調査数	30時間未満	40時間未満	50時間未満	60時間未満	80時間未満	80時間以上	（再掲）60時間以上	平均（単位：時間）
全体	718 100.0	198 27.6	22 3.1	103 14.3	101 14.1	206 28.7	88 12.3	294 40.9	48.1
農林漁業	83 100.0	26 31.3	1 1.2	7 8.4	15 18.1	22 26.5	12 14.5	34 41.0	48.0
鉱業、採石業、砂利採取業	3 100.0	0 0.0	1 33.3	2 66.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	41.7
建設業	162 100.0	37 22.8	8 4.9	31 19.1	36 22.2	40 24.7	10 6.2	50 30.9	46.9
製造業	48 100.0	11 22.9	1 2.1	7 14.6	3 6.3	17 35.4	9 18.8	26 54.2	53.1
電気・ガス・熱供給・水道業	10 100.0	3 30.0	0 0.0	1 10.0	1 10.0	5 50.0	0 0.0	5 50.0	45.5
情報通信業	3 100.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0	1 33.3	0 0.0	1 33.3	1 33.3	55.0
運輸業、郵便業	5 100.0	2 40.0	1 20.0	1 20.0	0 0.0	1 20.0	0 0.0	1 20.0	33.2
卸売業、小売業	93 100.0	33 35.5	1 1.1	9 9.7	8 8.6	29 31.2	13 14.0	42 45.2	47.2
金融業、保険業	3 100.0	2 66.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0	1 33.3	29.0
不動産業、物品賃貸業	7 100.0	3 42.9	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3 42.9	1 14.3	4 57.1	44.5
学術研究、専門・技術サービス業	41 100.0	9 22.0	0 0.0	6 14.6	7 17.1	16 39.0	3 7.3	19 46.3	49.7
宿泊業、飲食サービス業	44 100.0	13 29.5	0 0.0	5 11.4	5 11.4	12 27.3	9 20.5	21 47.7	52.4
生活関連サービス業、娯楽業	27 100.0	7 25.9	1 3.7	4 14.8	2 7.4	9 33.3	4 14.8	13 48.1	49.9
教育、学習支援業	27 100.0	2 7.4	4 14.8	4 14.8	3 11.1	7 25.9	7 25.9	14 51.9	58.1
医療、福祉	31 100.0	6 19.4	1 3.2	8 25.8	4 12.9	9 29.0	3 9.7	12 38.7	49.2
複合サービス事業	18 100.0	4 22.2	0 0.0	0 0.0	4 22.2	9 50.0	1 5.6	10 55.6	51.3
その他サービス業	101 100.0	33 32.7	2 2.0	17 16.8	10 9.9	25 24.8	14 13.9	39 38.6	45.7

※繁忙期の1週間当たりの実労働時間が通常期以下の回答は無回答扱いとし、有効回答（調査数 n=718）のみについて集計。

※全体の調査数には業種が無回答のものを含まため、全体の調査数は各業種の調査数の合計と一致しない。

仕事の種類別に1週間当たりの実労働時間（繁忙期）をみると、実労働時間の平均は「保安の仕事」が57.1時間で最も長く、「建設・採掘の仕事」場合で42.9時間と最も短かった。

一方、1週間当たりの実労働時間が60時間以上である者の割合は、「保安の仕事」が66.7%で最も高く、次いで「生産工程の仕事」が59.1%、「運搬・清掃・包装の仕事」が56.0%であった。

図表 463 1週間当たりの実労働時間（繁忙期）【仕事の種類別】

上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

	調査数	3	4	5	6	8	8	（6 再 掲 ） 時間 以上	平均 （単位 ：時間）
		0 時間 未満	3 0 時間 未満	4 0 時間 未満	5 0 時間 未満	6 0 時間 未満	8 0 時間 未満		
全体	718 100.0	198 27.6	22 3.1	103 14.3	101 14.1	206 28.7	88 12.3	294 41.0	48.1
専門的・技術的工作	381 100.0	100 26.2	11 2.9	54 14.2	58 15.2	122 32.0	36 9.4	158 41.4	48.1
事務的工作	189 100.0	52 27.5	5 2.6	23 12.2	23 12.2	52 27.5	34 18.0	86 45.5	51.0
販売の仕事	178 100.0	49 27.5	2 1.1	16 9.0	15 8.4	57 32.0	39 21.9	96 53.9	53.0
サービスの仕事	148 100.0	39 26.4	2 1.4	15 10.1	11 7.4	45 30.4	36 24.3	81 54.7	54.3
保安の仕事	12 100.0	2 16.7	0 0.0	1 8.3	1 8.3	6 50.0	2 16.7	8 66.7	57.1
農林漁業の仕事	81 100.0	26 32.1	1 1.2	6 7.4	14 17.3	22 27.2	12 14.8	34 42.0	48.7
生産工程の仕事	66 100.0	16 24.2	2 3.0	5 7.6	4 6.1	26 39.4	13 19.7	39 59.1	55.7
輸送・機械運転の仕事	23 100.0	5 21.7	0 0.0	1 4.3	5 21.7	10 43.5	2 8.7	12 52.2	53.1
建設・採掘の仕事	65 100.0	18 27.7	3 4.6	18 27.7	7 10.8	16 24.6	3 4.6	19 29.2	42.9
運搬・清掃・包装の仕事	25 100.0	4 16.0	1 4.0	2 8.0	4 16.0	11 44.0	3 12.0	14 56.0	55.2
その他	49 100.0	12 24.5	1 2.0	8 16.3	5 10.2	17 34.7	6 12.2	23 46.9	50.9

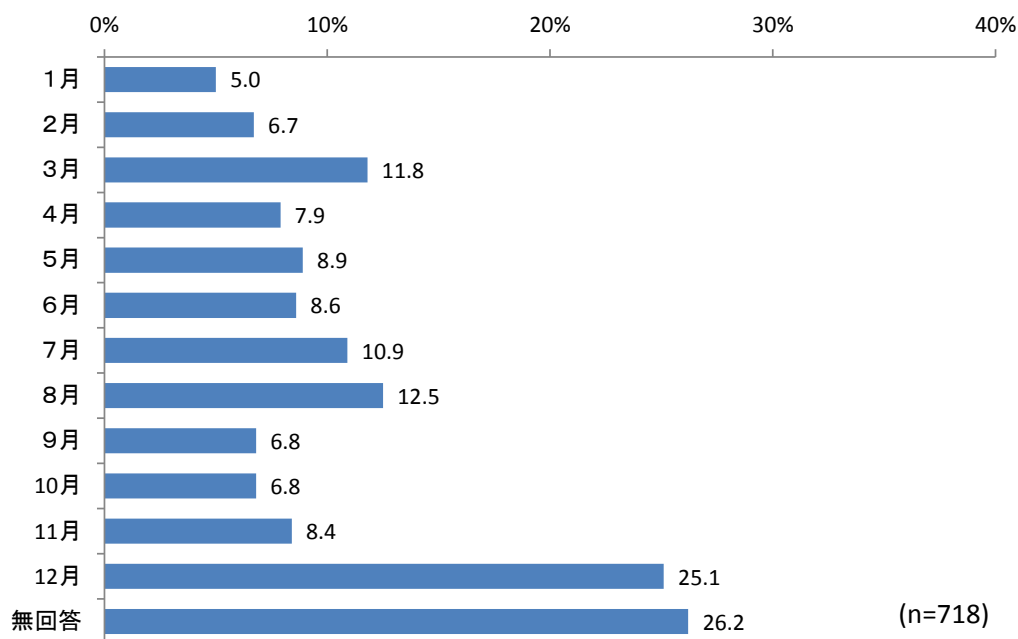
※繁忙期の1週間当たりの実労働時間が通常期以下の回答は無回答扱いとし、有効回答（調査数 n=718）のみについて集計。

※全体の調査数には仕事の種類が無回答のものを含み、また、仕事の種類は複数回答のため、全体の調査数は各仕事の種類の調査数の合計と一致しない。



1週間当たりの実労働時間（繁忙期）について有効回答のあった718件についてみると、繁忙期の時期については、「12月」が25.1%で最も多く、次いで「8月」が12.5%、「3月」が11.8%であった。

図表 464 繁忙期の時期（複数回答）

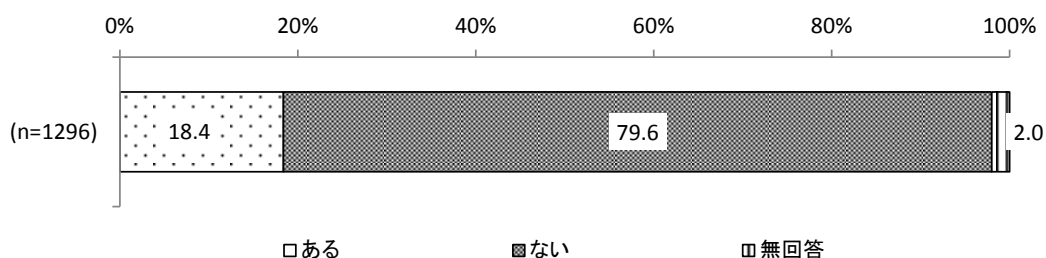


※繁忙期の1週間当たりの実労働時間が通常期以下の回答は無回答扱いとし、有効回答（調査数 n=718）のみについて集計。

## ②深夜勤務

深夜勤務の有無については、「ない」が79.6%、「ある」が18.4%であった。

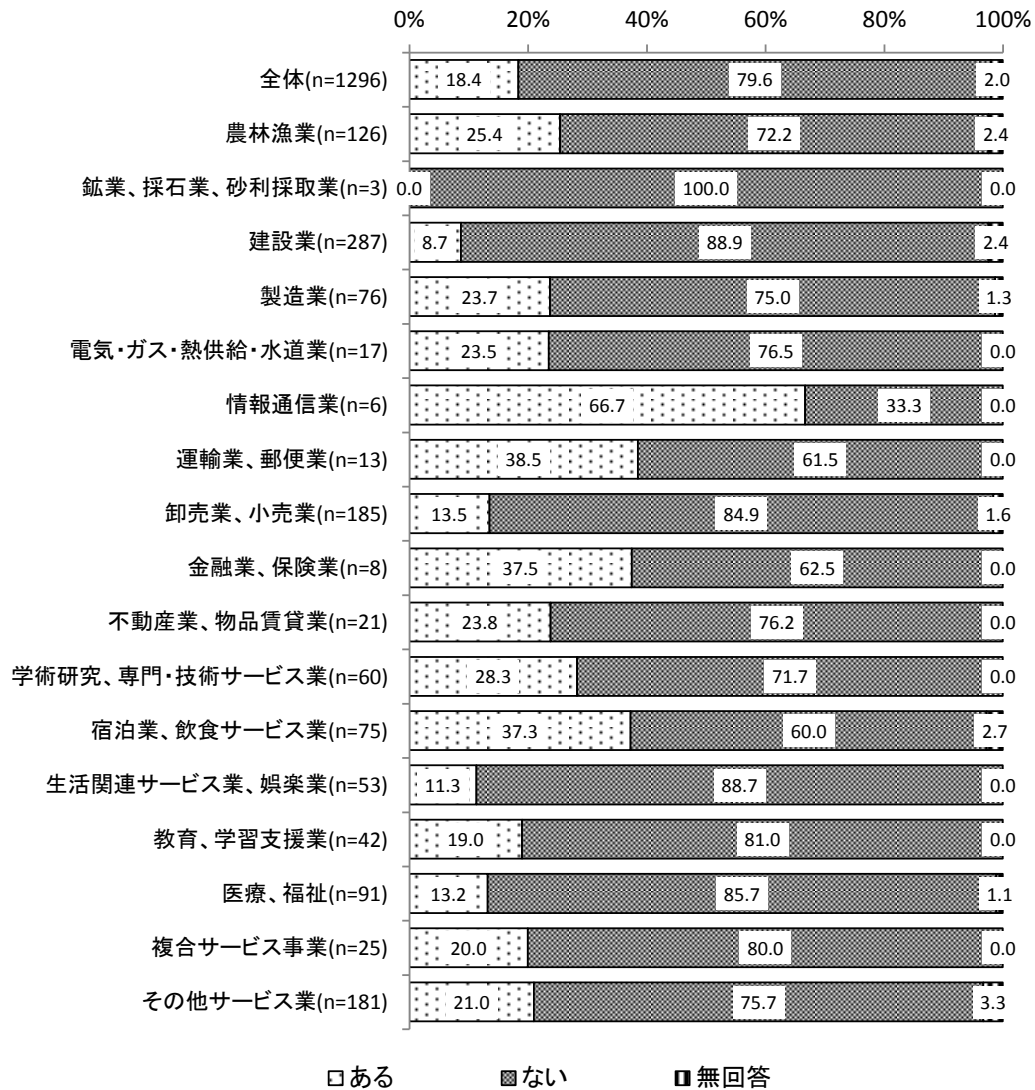
図表 465 深夜勤務の有無



業種別に深夜勤務の有無をみると、深夜勤務が「ある」者の割合は、「情報通信業」が66.7%で最も高く、次いで「運輸業、郵便業」が38.5%、「金融業、保険業」が37.5%であった。

なお、「情報通信業」、「金融業、保険業」は調査数が10未満と少ない点に留意する必要がある。

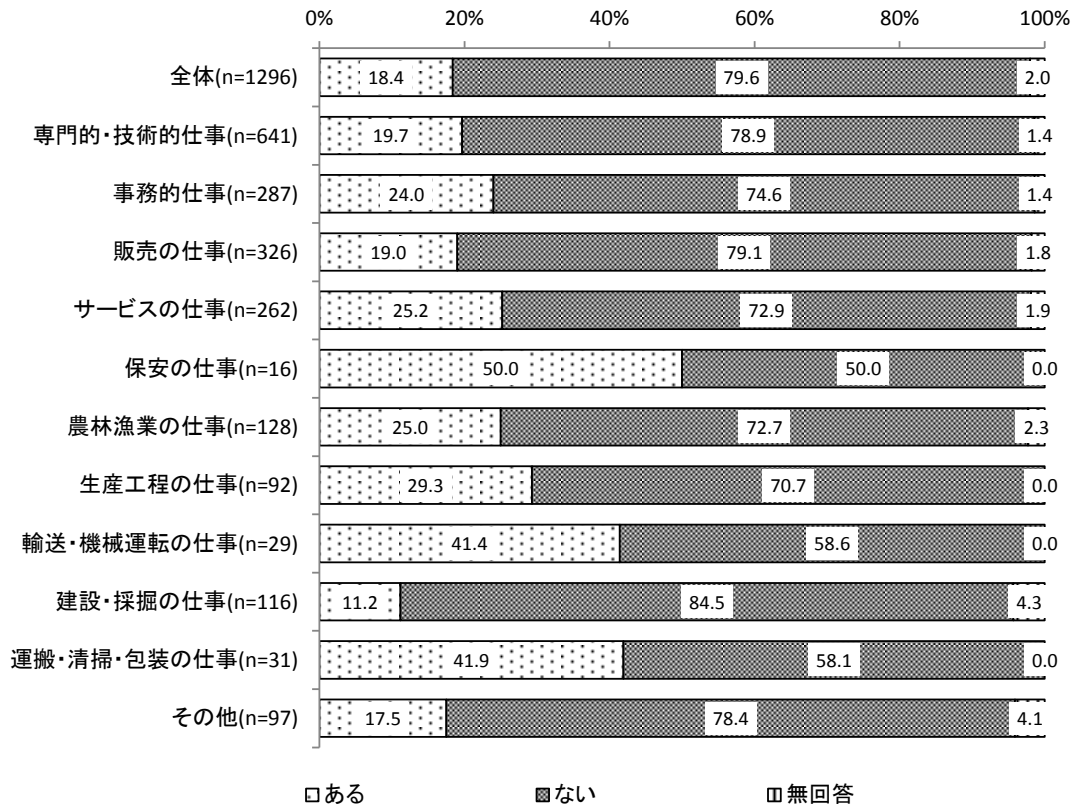
図表 466 深夜勤務の有無【業種別】



※全体の調査数には業種が無回答のものを含まため、全体の調査数は各業種の調査数の合計と一致しない。

仕事の種類別に深夜勤務の有無をみると、深夜勤務が「ある」者の割合は、「保安の仕事」が50.0%で最も高く、次いで「運搬・清掃・包装の仕事」が41.9%、「輸送・機械運転の仕事」が41.4%であった。

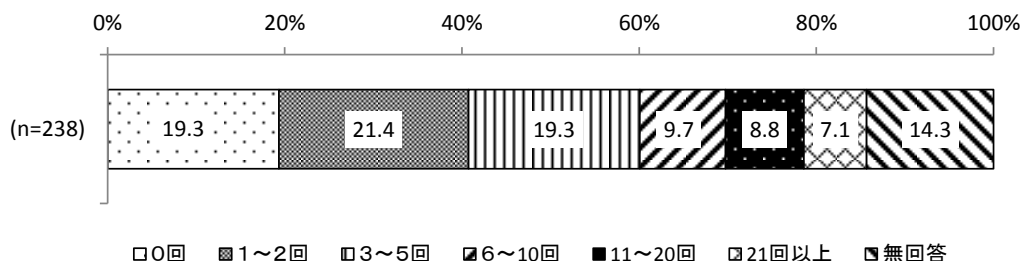
図表 467 深夜勤務の有無【仕事の種類別】



※全体の調査数には仕事の種類が無回答のものを含み、また、仕事の種類は複数回答のため、全体の調査数は各仕事の種類の調査数の合計と一致しない。

深夜勤務について「ある」と回答した自営業者 238 件のうち、1 か月当たりの深夜勤務回数（通常時）は、「1～2回」が 21.4%で最も多く、次いで「0回」及び「3～5回」が 19.3%であった。

図表 468 1 か月当たりの深夜勤務回数（通常期）



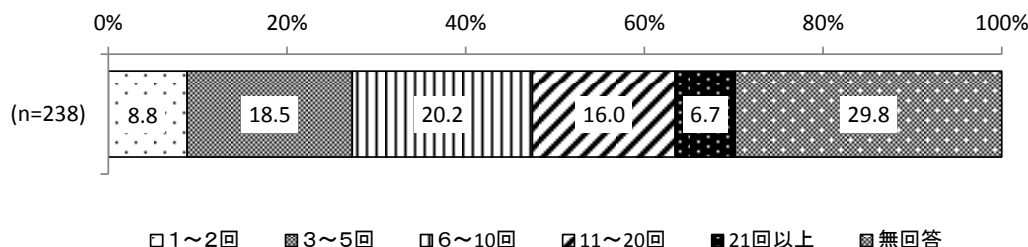
※平均 6.4 回

※深夜勤務が「ある」と回答した者（調査数 n=238）について集計。

※通常期の 1 か月当たりの深夜勤務回数が繁忙期以上の回答は無回答とした。

深夜勤務について「ある」と回答した自営業者 238 件のうち、1 か月当たりの深夜勤務回数（繁忙期）についてみると、「6～10回」が 20.2%で最も多く、次いで「3～5回」が 18.5%、「11～20回」が 16.0%であった。

図表 469 1 か月当たりの深夜勤務回数（繁忙期）



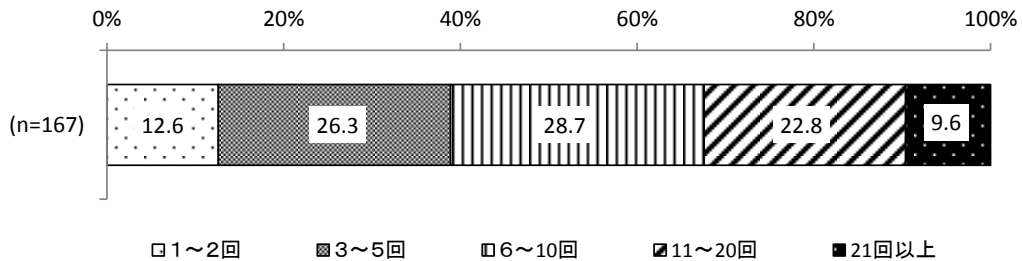
※平均 10.3 回

※深夜勤務が「ある」と回答した者（調査数 n=238）について集計。

※繁忙期の 1 か月当たりの深夜勤務回数が通常期以下の回答は無回答扱いとした。

1 か月当たりの深夜勤務回数（繁忙期）について有効回答のあった 167 件についてみると、「6～10 回」が 28.7%で最も多く、次いで「3～5 回」が 26.3%、「11～20 回」が 22.8%であった。

図表 470 1 か月当たりの深夜勤務回数（繁忙期）

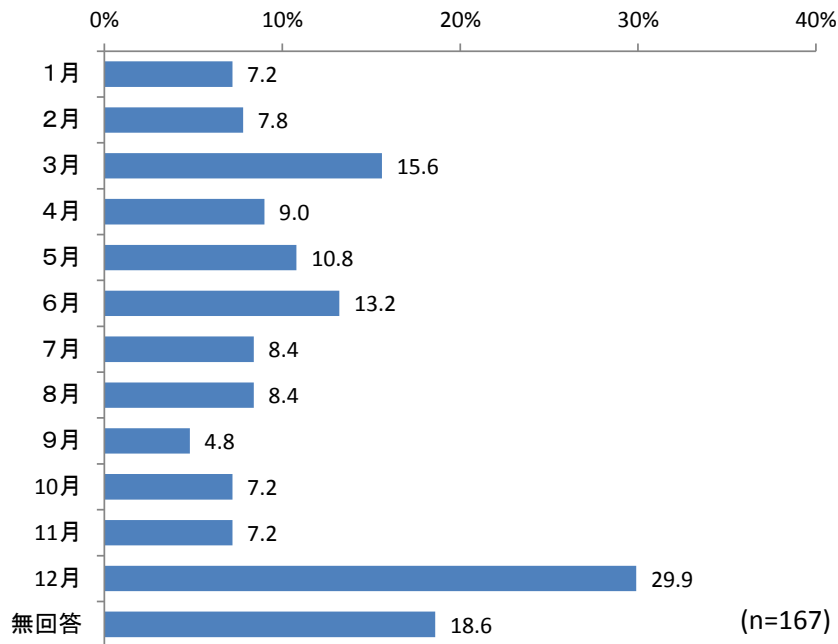


※平均 10.3 回

※繁忙期の 1 か月当たりの深夜勤務回数が通常期以下の回答は無回答扱いとし、有効回答（調査数 n=167）のみについて集計。

1 か月当たりの深夜勤務回数（繁忙期）について有効回答のあった 167 件についてみると、繁忙期の時期については、「12 月」が 29.9%で最も多く、次いで「3 月」が 15.6%、「6 月」が 13.2%であった。

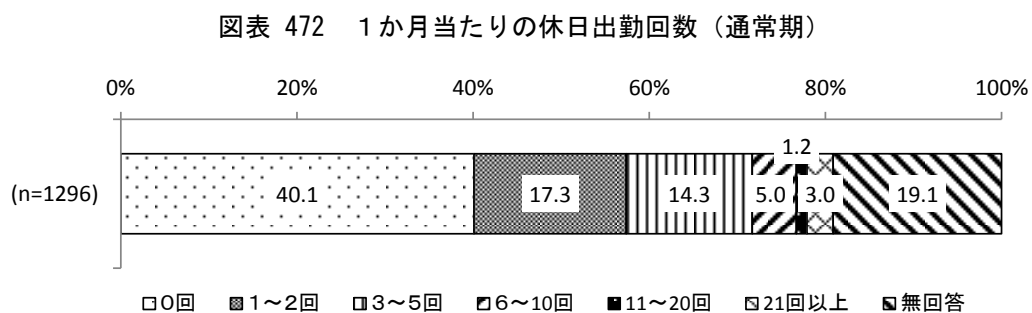
図表 471 繁忙期の時期（複数回答）



※繁忙期の 1 か月当たりの深夜勤務回数が通常期以下の回答は無回答扱いとし、有効回答（調査数 n=167）のみについて集計。

### ③休日出勤

1か月当たりの休日出勤回数（通常期）は、「0回」が40.1%で最も多く、次いで「1～2回」が17.3%、「3～5回」が14.3%であった。



※平均 2.7 回

※通常期の1か月当たりの休日出勤回数が繁忙期以上の回答は無回答とした。

業種別に1か月当たりの休日出勤回数（通常期）をみると、休日出勤回数の平均は「不動産業、物品賃貸業」が4.7回で最も多く、次いで「鉱業、採石業、砂利採取業」が4.0回、「農林漁業」が3.7回であった。

なお、「鉱業、採石業、砂利採取業」は調査数が10未満と少ない点に留意が必要である。

図表 473 1か月当たりの休日出勤回数（通常期）【業種別】

	調査数	上段：回答数（件）							平均 （単位：回）
		0回	1 ～ 2回	3 ～ 5回	6 ～ 10回	11 ～ 20回	21 回以上	無回答	
全体	1296 100.0	520 40.1	224 17.3	185 14.3	65 5.0	15 1.2	39 3.0	248 19.1	2.7
農林漁業	126 100.0	30 23.8	21 16.7	30 23.8	6 4.8	2 1.6	4 3.2	33 26.2	3.7
鉱業、採石業、砂利採取業	3 100.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0	1 33.3	4.0
建設業	287 100.0	121 42.2	52 18.1	34 11.8	15 5.2	3 1.0	8 2.8	54 18.8	2.5
製造業	76 100.0	31 40.8	15 19.7	8 10.5	3 3.9	2 2.6	1 1.3	16 21.1	2.4
電気・ガス・熱供給・水道業	17 100.0	5 29.4	4 23.5	3 17.6	2 11.8	0 0.0	0 0.0	3 17.6	2.4
情報通信業	6 100.0	3 50.0	0 0.0	1 16.7	2 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2.8
運輸業、郵便業	13 100.0	4 30.8	5 38.5	1 7.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3 23.1	1.2
卸売業、小売業	185 100.0	69 37.3	30 16.2	34 18.4	7 3.8	1 0.5	7 3.8	37 20.0	2.9
金融業、保険業	8 100.0	3 37.5	0 0.0	2 25.0	2 25.0	0 0.0	0 0.0	1 12.5	3.3
不動産業、物品賃貸業	21 100.0	7 33.3	6 28.6	2 9.5	1 4.8	0 0.0	2 9.5	3 14.3	4.7
学術研究、専門・技術サービス業	60 100.0	25 41.7	14 23.3	5 8.3	4 6.7	0 0.0	2 3.3	10 16.7	2.4
宿泊業、飲食サービス業	75 100.0	29 38.7	12 16.0	14 18.7	2 2.7	2 2.7	1 1.3	15 20.0	2.5
生活関連サービス業、娯楽業	53 100.0	25 47.2	7 13.2	9 17.0	2 3.8	0 0.0	2 3.8	8 15.1	2.8
教育、学習支援業	42 100.0	17 40.5	11 26.2	3 7.1	1 2.4	0 0.0	1 2.4	9 21.4	1.9
医療、福祉	91 100.0	50 54.9	14 15.4	11 12.1	2 2.2	1 1.1	5 5.5	8 8.8	2.7
複合サービス事業	25 100.0	10 40.0	4 16.0	0 0.0	2 8.0	1 4.0	1 4.0	7 28.0	3.6
その他サービス業	181 100.0	81 44.8	27 14.9	23 12.7	12 6.6	3 1.7	5 2.8	30 16.6	2.7

※通常期の1か月当たりの休日出勤回数が繁忙期以上の回答は無回答とした。

※全体の調査数には業種が無回答のものを含むため、全体の調査数は各業種の調査数の合計と一致しない。

仕事の種類別に1か月当たりの休日出勤回数（通常期）をみると、休日出勤回数の平均は「運搬・清掃・包装の仕事」が3.9回で最も多く、次いで「保安の仕事」、「農林漁業の仕事」がそれぞれ3.8回であった。

図表 474 1か月当たりの休日出勤回数（通常期）【仕事の種類別】

上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

	調査数	0回	1 ～ 2回	3 ～ 5回	6 ～ 10回	11 ～ 20回	21回以上	無回答	平均 (単位：回)
全体	1296 100.0	520 40.1	224 17.3	185 14.3	65 5.0	15 1.2	39 3.0	248 19.1	2.7
専門的・技術の仕事	641 100.0	275 42.9	120 18.7	86 13.4	25 3.9	5 0.8	22 3.4	108 16.8	2.6
事務の仕事	287 100.0	107 37.3	67 23.3	40 13.9	9 3.1	6 2.1	13 4.5	45 15.7	3.2
販売の仕事	326 100.0	107 32.8	72 22.1	55 16.9	15 4.6	1 0.3	10 3.1	66 20.2	2.8
サービスの仕事	262 100.0	95 36.3	50 19.1	41 15.6	14 5.3	2 0.8	9 3.4	51 19.5	2.9
保安の仕事	16 100.0	4 25.0	4 25.0	4 25.0	0 0.0	0 0.0	1 6.3	3 18.8	3.8
農林漁業の仕事	128 100.0	33 25.8	19 14.8	31 24.2	6 4.7	1 0.8	5 3.9	33 25.8	3.8
生産工程の仕事	92 100.0	33 35.9	23 25.0	18 19.6	2 2.2	2 2.2	1 1.1	13 14.1	2.3
輸送・機械運転の仕事	29 100.0	9 31.0	8 27.6	5 17.2	0 0.0	0 0.0	2 6.9	5 17.2	3.5
建設・採掘の仕事	116 100.0	44 37.9	21 18.1	17 14.7	9 7.8	1 0.9	3 2.6	21 18.1	2.8
運搬・清掃・包装の仕事	31 100.0	8 25.8	5 16.1	10 32.3	1 3.2	1 3.2	1 3.2	5 16.1	3.9
その他	97 100.0	40 41.2	14 14.4	13 13.4	7 7.2	2 2.1	3 3.1	18 18.6	3.2

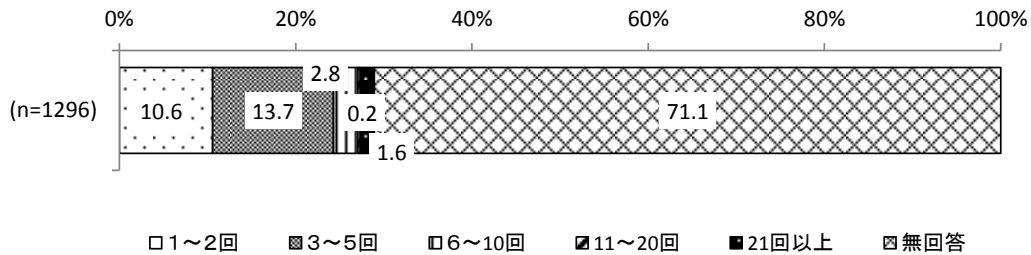
※通常期の1か月当たりの休日出勤回数が繁忙期以上の回答は無回答とした。

※全体の調査数には仕事の種類が無回答のものを含み、また、仕事の種類は複数回答のため、全体の調査数は各仕事の種類の調査数の合計と一致しない。



1 か月当たりの休日出勤回数（繁忙期）についてみると、1 か月当たりの休日出勤回数（繁忙期）は、「3～5回」が13.7%で最も多く、次いで「1～2回」が10.6%であった。  
 なお、無回答が70%以上と多い点に留意が必要である。

図表 475 1 か月当たりの休日出勤回数（繁忙期）

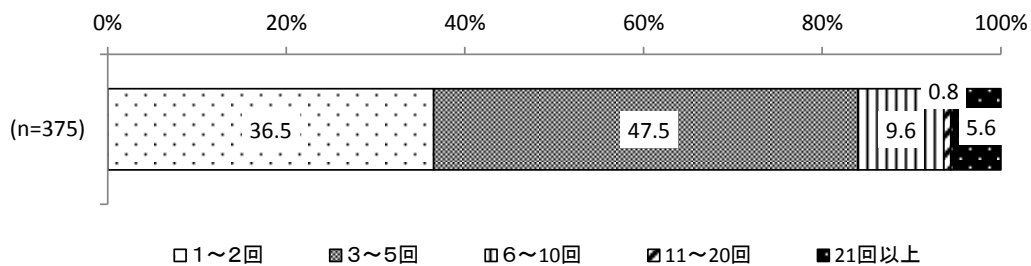


※平均 4.8 回

※繁忙期の1 か月当たりの休日出勤回数が通常期以下の回答は無回答扱いとした。

1 か月当たりの休日出勤回数（繁忙期）について有効回答のあった 375 件についてみると、1 か月当たりの休日出勤回数（繁忙期）は、「3～5回」が47.5%で最も多く、次いで「1～2回」が36.5%であった。

図表 476 1 か月当たりの休日出勤回数（繁忙期）



※平均 4.8 回

※繁忙期の1 か月当たりの休日出勤回数が通常期以下の回答は無回答扱いとし、有効回答（調査数 n=375）のみについて集計。

1 か月当たりの休日出勤回数（繁忙期）について有効回答のあった 375 件について仕事の種類別にみると、休日出勤回数の平均は「農林漁業の仕事」が 6.9 回で最も多く、次いで「運搬・清掃・包装の仕事」が 6.1 回、「保安の仕事」が 5.2 回であった。

なお、「保安の仕事」は調査数が 10 未満と少ない点に留意が必要である。

図表 477 1 か月当たりの休日出勤回数（繁忙期）【仕事の種類別】

上段：回答数（件）

下段：割合（％）

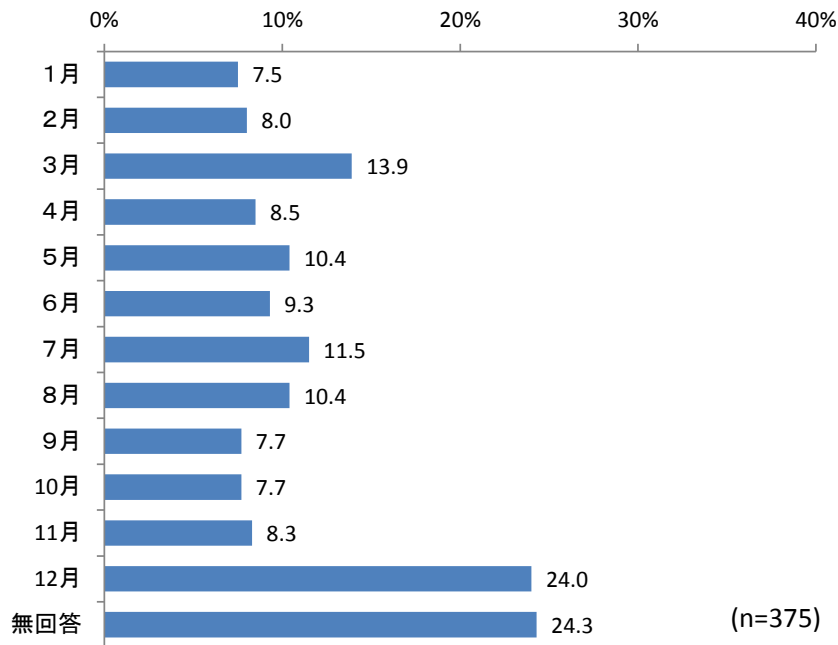
	調査数	1	3	6	1	2	無回答	平均 (単位：回)
		1 ～ 2 回	3 ～ 5 回	6 ～ 10 回	1 1 ～ 2 0 回	2 1 回 以上		
全体	375 100.0	137 36.5	178 47.5	36 9.6	3 0.8	21 5.6	0 0.0	4.8
専門的・技術的工作	220 100.0	81 36.8	105 47.7	22 10.0	0 0.0	12 5.5	0 0.0	4.7
事務的工作	112 100.0	39 34.8	53 47.3	13 11.6	0 0.0	7 6.3	0 0.0	4.9
販売の仕事	97 100.0	32 33.0	45 46.4	15 15.5	1 1.0	4 4.1	0 0.0	4.8
サービスの仕事	71 100.0	27 38.0	32 45.1	8 11.3	0 0.0	4 5.6	0 0.0	4.8
保安の仕事	5 100.0	2 40.0	1 20.0	2 40.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	5.2
農林漁業の仕事	30 100.0	2 6.7	19 63.3	5 16.7	2 6.7	2 6.7	0 0.0	6.9
生産工程の仕事	30 100.0	9 30.0	16 53.3	5 16.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3.8
輸送・機械運転の仕事	16 100.0	8 50.0	6 37.5	2 12.5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3.4
建設・採掘の仕事	41 100.0	20 48.8	17 41.5	1 2.4	0 0.0	3 7.3	0 0.0	4.5
運搬・清掃・包装の仕事	11 100.0	3 27.3	4 36.4	3 27.3	0 0.0	1 9.1	0 0.0	6.1
その他	22 100.0	11 50.0	9 40.9	1 4.5	0 0.0	1 4.5	0 0.0	4.0

※繁忙期の 1 か月当たりの休日出勤回数が通常期以下の回答は無回答扱いとし、有効回答（調査数 n=375）のみについて集計。

※全体の調査数には仕事の種類が無回答のものを含み、また、仕事の種類は複数回答のため、全体の調査数は各仕事の種類の調査数の合計と一致しない。

1か月当たりの休日出勤回数（繁忙期）について有効回答のあった375件についてみると、繁忙期の時期については、「12月」が24.0%で最も多く、次いで「3月」が13.9%、「7月」が11.5%であった。

図表 478 繁忙期の時期（複数回答）

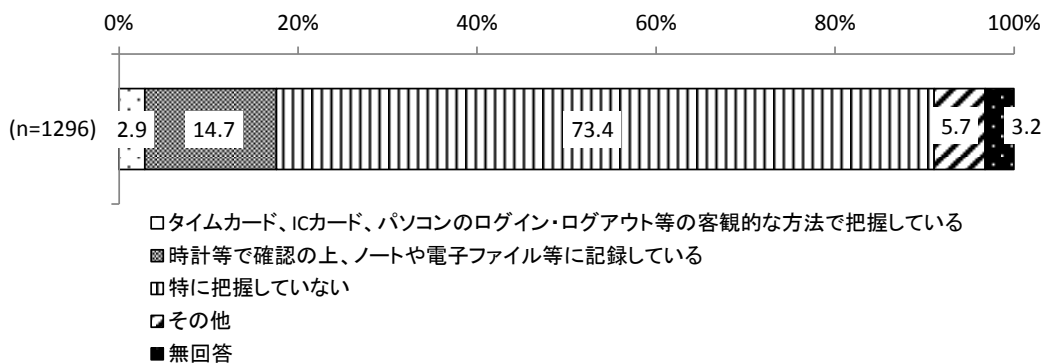


※繁忙期の1か月当たりの休日出勤回数が通常期以下の回答は無回答扱いとし、有効回答（調査数 n=375）のみについて集計。

#### ④労働日数・労働時間の把握方法

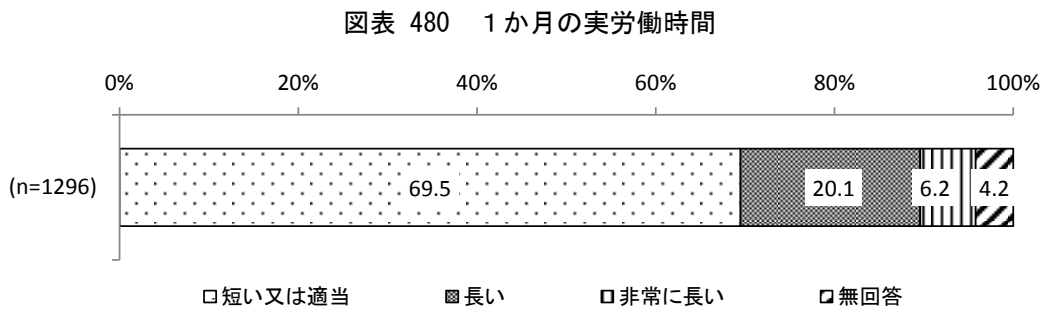
労働日数・労働時間の把握方法については、「特に把握していない」が73.4%で最も多く、次いで「時計等で確認の上、ノートや電子ファイル等に記録している」が14.7%であった。

図表 479 労働日数・労働時間の把握方法

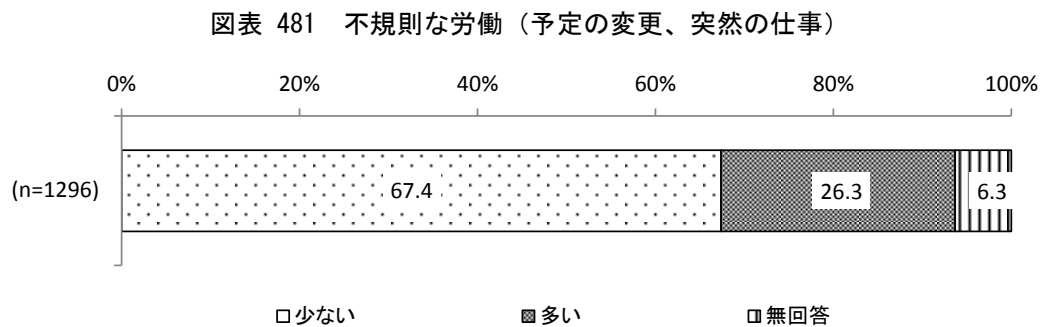


### ⑤直近1か月（平成28年11月）の労働状況

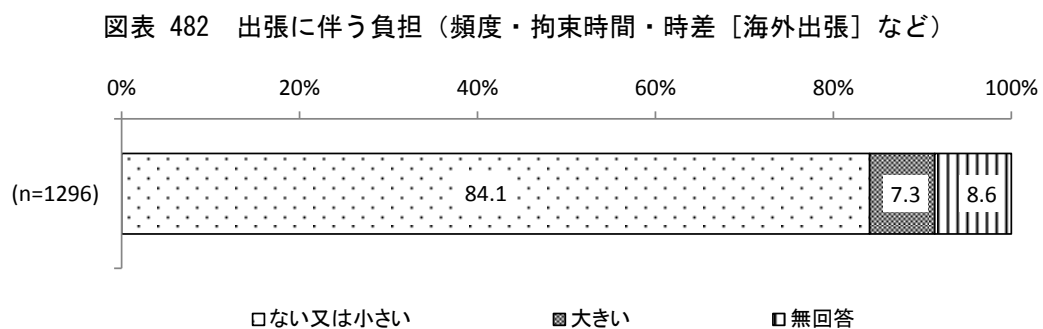
1か月の実労働時間は、「短い又は適当」が69.5%で最も多く、次いで「長い」が20.1%であった。



不規則な労働（予定の変更、突然の仕事）は、「少ない」が67.4%、「多い」が26.3%であった。

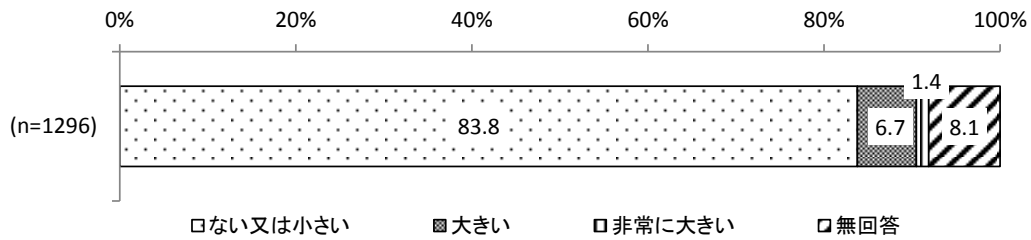


出張に伴う負担（頻度・拘束時間・時差〔海外出張〕など）は、「ない又は小さい」が84.1%、「大きい」が7.3%であった。



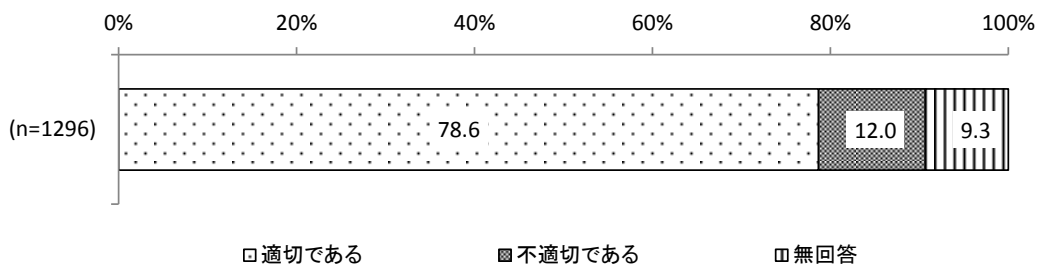
深夜労働に伴う負担は、「ない又は小さい」が83.8%、「大きい」が6.7%であった。

図表 483 深夜労働に伴う負担



休憩・仮眠の時間数および（休憩・仮眠の）施設は、「適切である」が78.6%、「不適切である」が12.0%であった。

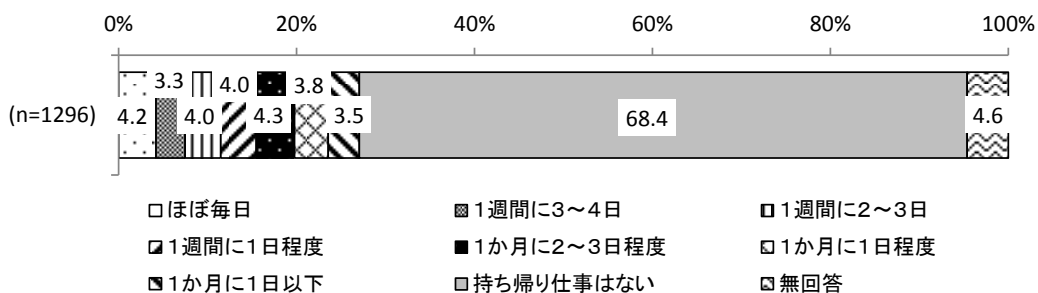
図表 484 休憩・仮眠の時間数および（休憩・仮眠の）施設



### ⑥過去1年間（平成27年12月～平成28年11月）の労働状況

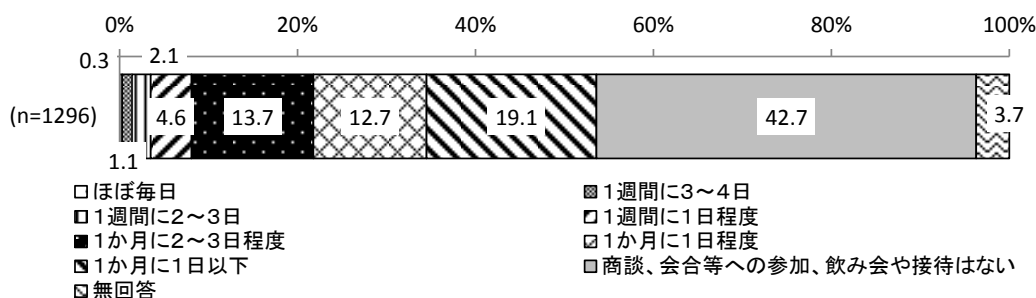
持ち帰り仕事の有無については、「持ち帰り仕事はない」が68.4%で最も多く、次いで「1か月に2～3日程度」が4.3%、「ほぼ毎日」が4.2%であった。

図表 485 持ち帰り仕事の有無



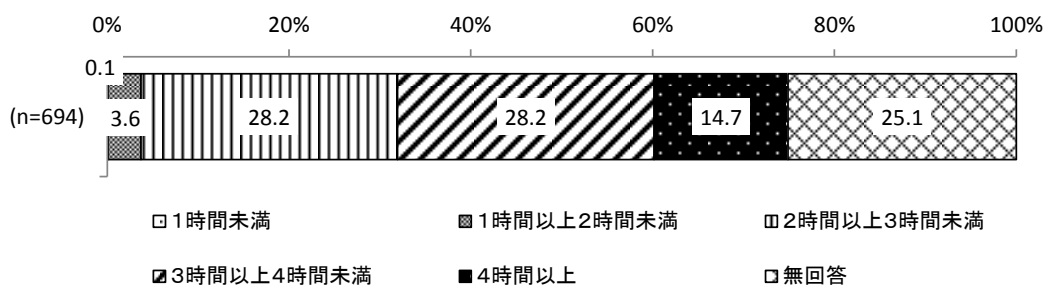
「商談（営業回り）」、「業界団体、商業組合や地域の会合等への参加」、「仕事に関連した飲み会や接待」の頻度は、「商談、会合等への参加、飲み会や接待はない」が42.7%で最も多く、次いで「1か月に1日以下」が19.1%、「1か月に2～3日程度」が13.7%であった。

図表 486 「商談（営業回り）」「業界団体、商業組合や地域の会合等への参加」  
「仕事に関連した飲み会や接待」の頻度



「商談（営業回り）」、「業界団体、商業組合や地域の会合等への参加」、「仕事に関連した飲み会や接待」があると回答した自営業者 694 件のうち、商談、会合、仕事関連の飲み会や接待の1回当たりの時間は、「2時間以上3時間未満」及び「3時間以上4時間未満」が28.2%で最も多く、次いで「4時間以上」が14.7%であった。

図表 487 商談、会合、仕事関連の飲み会や接待の1回当たりの時間



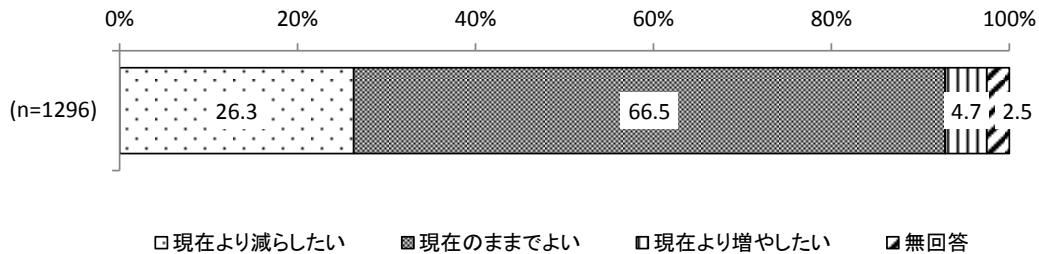
※平均 2.9 時間

※「商談（営業回り）」、「業界団体、商業組合や地域の会合等への参加」、「仕事に関連した飲み会や接待」があると回答した者（「商談、会合等への参加、飲み会や接待はない」又は無回答以外の者）（調査数 n=694）について集計。

## ⑦希望する労働日数・労働時間

希望する労働日数・労働時間は、「現在のままでよい」が66.5%、「現在より減らしたい」が26.3%、「現在より増やしたい」が4.7%、「現在より増やしたい」が4.7%であった。

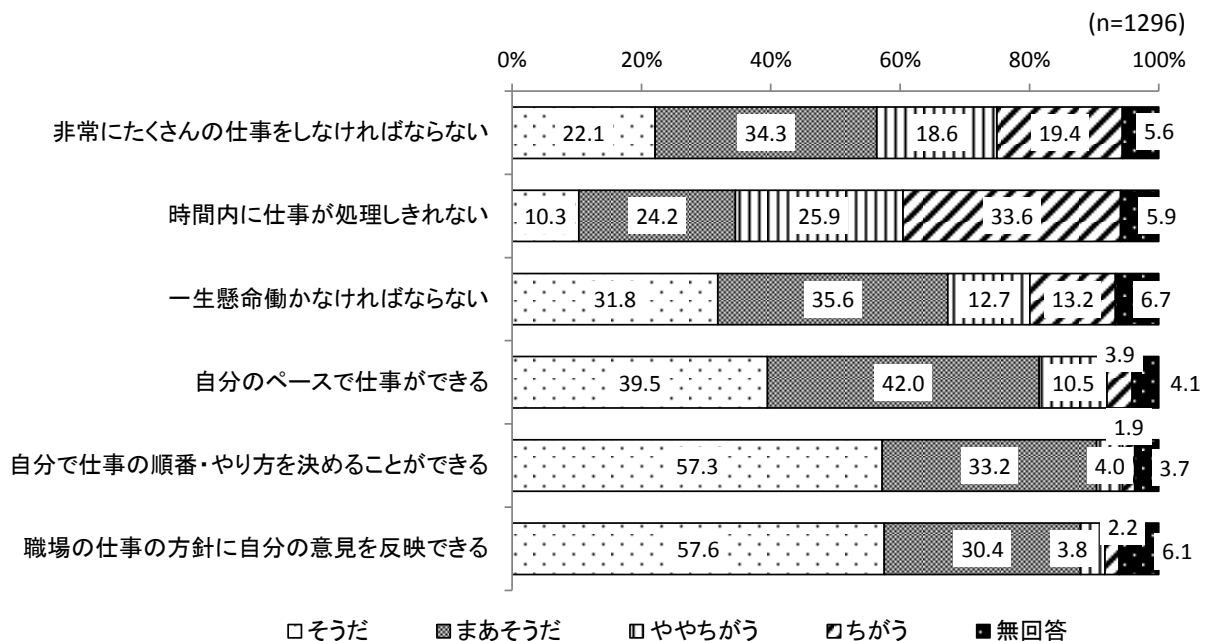
図表 488 希望する労働日数・労働時間



## ⑧仕事の特性

仕事の特性において、「非常にたくさんの仕事をしなければならない」について「そうだ」と回答した割合は22.1%であった。同様に、「時間内に仕事が処理しきれない」は10.3%、「一生懸命働かなければならない」は31.8%、「自分のペースで仕事ができる」は39.5%、「自分で仕事の順番・やり方を決めることができる」は57.3%、「職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる」は57.6%であった。

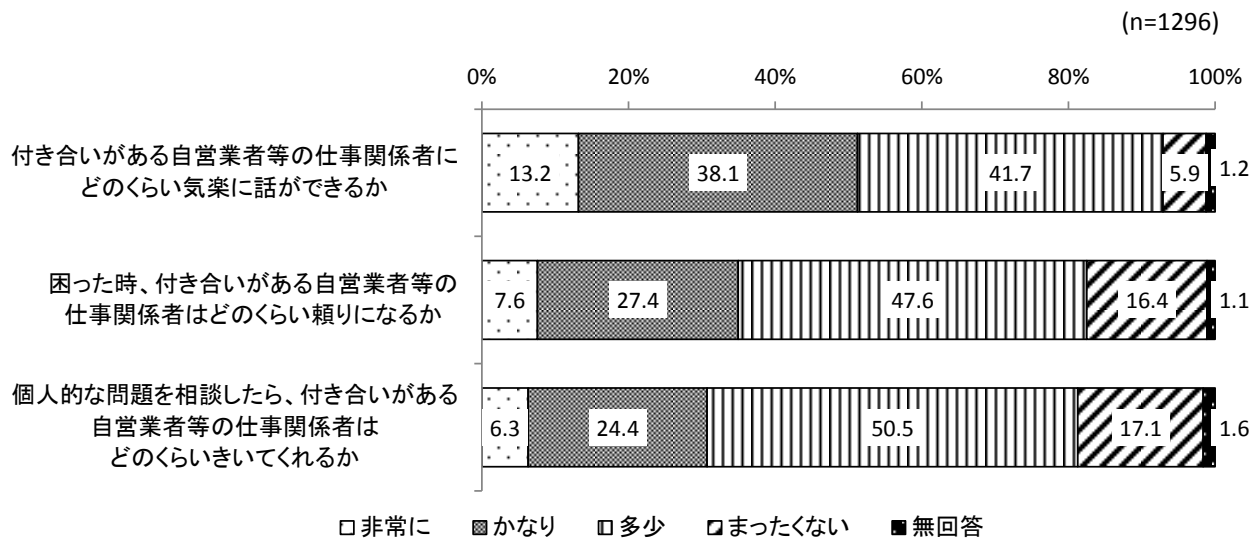
図表 489 仕事の特性



### ⑨付き合いがある自営業者等の仕事関係者との関係

付き合いがある自営業者等の仕事関係者との関係において、「付き合いがある自営業者等の仕事関係者にどのくらい気楽に話ができるか」について「非常に」と回答した割合は13.2%であった。同様に「困った時、付き合いがある自営業者等の仕事関係者はどのくらい頼りになるか」は7.6%、「個人的な問題を相談したら、付き合いがある自営業者等の仕事関係者はどのくらいきいてくれるか」は6.3%であった。

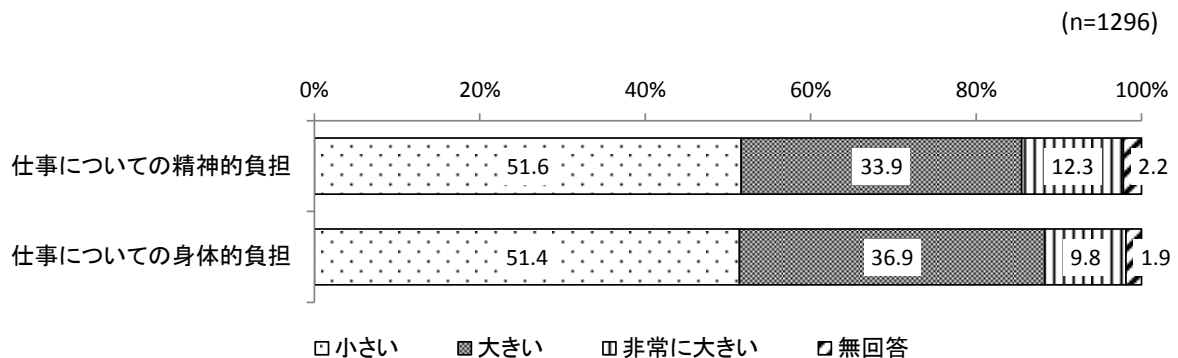
図表 490 付き合いがある自営業者等の仕事関係者との関係



### ⑩最近1か月（平成28年11月）の仕事についての負担

最近1か月（平成28年11月）の仕事についての「精神的負担」において、「小さい」と回答した割合は51.6%、「大きい」は33.9%、「非常に大きい」は12.3%であった。「身体的負担」においては、「小さい」と回答した割合は51.4%、「大きい」は36.9%、「非常に大きい」は9.8%であった。

図表 491 最近1か月（平成28年11月）の仕事についての負担

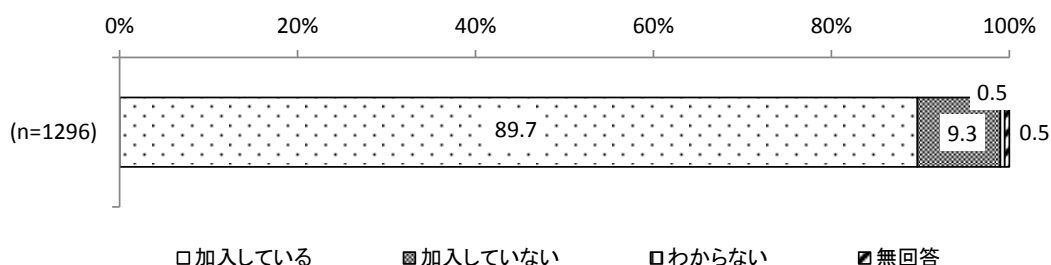




## ⑪ 保険の加入

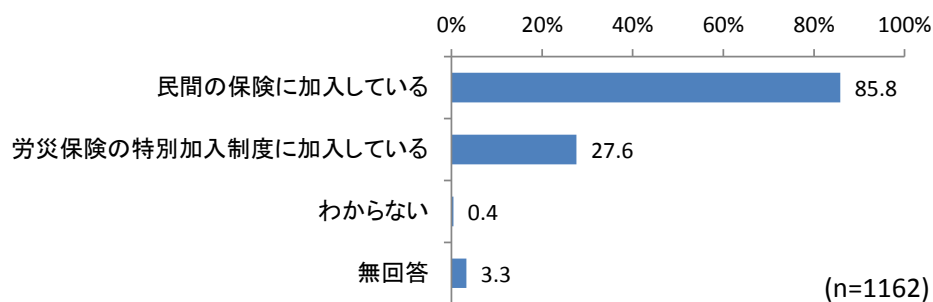
生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の保険の加入の有無については、「加入している」が89.7%、「加入していない」が9.3%であった。

図表 492 生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の保険の加入の有無



生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の保険について「加入している」と回答した自営業者 1162 件のうち、加入している保険の種類は、「民間の保険に加入している」が85.8%で最も多く、次いで「労災保険の特別加入制度に加入している」が27.6%であった。

図表 493 加入している保険の種類（複数回答）



※生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の保険について「加入している」と回答した者（調査数 n=1162）について集計。

業種別に生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の保険の加入の有無・加入している保険の種類をみると、保険に「加入している」者の割合は、「鉱業、採石業、砂利採取業」、「電気・ガス・熱供給・水道業」、「金融業、保険業」が最も高く 100.0%であった一方、「情報通信業」が最も低く 66.7%であった。

なお、「鉱業、採石業、砂利採取業」、「情報通信業」、「金融業、保険業」は調査数が 10 未満と少ない点に留意する必要がある。

図表 494 生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の  
保険の加入の有無・加入している保険の種類（複数回答）【業種別】

上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

<保険の加入の有無>

<加入している保険の種類>

	<保険の加入の有無>					<加入している保険の種類>				
	調査数	加入している	加入していない	わからない	無回答	調査数	民間の保険に加入している	に労災保険の特別加入制度	わからない	無回答
全体	1296 100.0	1162 89.7	121 9.3	6 0.5	7 0.5	1162 100.0	997 85.8	321 27.6	5 0.4	38 3.3
農林漁業	126 100.0	116 92.1	10 7.9	0 0.0	0 0.0	116 100.0	97 83.6	27 23.3	0 0.0	8 6.9
鉱業、採石業、砂利採取業	3 100.0	3 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3 100.0	3 100.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0
建設業	287 100.0	272 94.8	12 4.2	1 0.3	2 0.7	272 100.0	191 70.2	167 61.4	1 0.4	6 2.2
製造業	76 100.0	69 90.8	7 9.2	0 0.0	0 0.0	69 100.0	59 85.5	21 30.4	0 0.0	3 4.3
電気・ガス・熱供給・水道業	17 100.0	17 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	17 100.0	11 64.7	9 52.9	0 0.0	2 11.8
情報通信業	6 100.0	4 66.7	2 33.3	0 0.0	0 0.0	4 100.0	4 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
運輸業、郵便業	13 100.0	12 92.3	1 7.7	0 0.0	0 0.0	12 100.0	10 83.3	1 8.3	0 0.0	2 16.7
卸売業、小売業	185 100.0	163 88.1	18 9.7	1 0.5	3 1.6	163 100.0	155 95.1	11 6.7	0 0.0	4 2.5
金融業、保険業	8 100.0	8 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	8 100.0	8 100.0	1 12.5	0 0.0	0 0.0
不動産業、物品賃貸業	21 100.0	15 71.4	6 28.6	0 0.0	0 0.0	15 100.0	13 86.7	0 0.0	0 0.0	2 13.3
学術研究、専門・技術サービス業	60 100.0	55 91.7	5 8.3	0 0.0	0 0.0	55 100.0	52 94.5	9 16.4	0 0.0	1 1.8
宿泊業、飲食サービス業	75 100.0	66 88.0	7 9.3	1 1.3	1 1.3	66 100.0	60 90.9	9 13.6	0 0.0	3 4.5
生活関連サービス業、娯楽業	53 100.0	48 90.6	4 7.5	1 1.9	0 0.0	48 100.0	47 97.9	7 14.6	1 2.1	0 0.0
教育、学習支援業	42 100.0	32 76.2	10 23.8	0 0.0	0 0.0	32 100.0	31 96.9	3 9.4	0 0.0	0 0.0
医療、福祉	91 100.0	82 90.1	9 9.9	0 0.0	0 0.0	82 100.0	80 97.6	11 13.4	1 1.2	0 0.0
複合サービス事業	25 100.0	21 84.0	4 16.0	0 0.0	0 0.0	21 100.0	20 95.2	5 23.8	0 0.0	1 4.8
その他サービス業	181 100.0	158 87.3	21 11.6	2 1.1	0 0.0	158 100.0	141 89.2	33 20.9	2 1.3	4 2.5

※全体の調査数には業種が無回答のものを含むため、全体の調査数は各業種の調査数の合計と一致しない。  
※「加入している保険の種類」については、生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の保険について「加入している」と回答した者（調査数 n=1162）について集計。

仕事の種類別に生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の保険の加入の有無・加入している保険の種類をみると、保険に「加入している」者の割合は、「運搬・清掃・包装の仕事」が最も高く 96.8%であった一方、「サービスの仕事」が最も低く 85.5%であった。

図表 495 生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の保険の加入の有無・加入している保険の種類（複数回答）【仕事の種類別】

上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

< 保険の加入の有無 >

< 加入している保険の種類 >

	調査数	< 保険の加入の有無 >				調査数	< 加入している保険の種類 >			
		加入している	加入していない	わからない	無回答		民間の保険に加入している	労災保険の特別加入制度	わからない	無回答
全体	1296 100.0	1162 89.7	121 9.3	6 0.5	7 0.5	1162 100.0	997 85.8	321 27.6	5 0.4	38 3.3
専門的・技術的工作	641 100.0	582 90.8	57 8.9	1 0.2	1 0.2	582 100.0	500 85.9	161 27.7	5 0.9	14 2.4
事務的工作	287 100.0	261 90.9	21 7.3	3 1.0	2 0.7	261 100.0	226 86.6	70 26.8	0 0.0	10 3.8
販売の仕事	326 100.0	296 90.8	27 8.3	1 0.3	2 0.6	296 100.0	268 90.5	42 14.2	0 0.0	13 4.4
サービスの仕事	262 100.0	224 85.5	34 13.0	3 1.1	1 0.4	224 100.0	209 93.3	36 16.1	0 0.0	6 2.7
保安の仕事	16 100.0	14 87.5	2 12.5	0 0.0	0 0.0	14 100.0	11 78.6	6 42.9	0 0.0	0 0.0
農林漁業の仕事	128 100.0	120 93.8	8 6.3	0 0.0	0 0.0	120 100.0	98 81.7	32 26.7	0 0.0	6 5.0
生産工程の仕事	92 100.0	86 93.5	6 6.5	0 0.0	0 0.0	86 100.0	72 83.7	25 29.1	0 0.0	3 3.5
輸送・機械運転の仕事	29 100.0	27 93.1	1 3.4	1 3.4	0 0.0	27 100.0	24 88.9	9 33.3	0 0.0	1 3.7
建設・採掘の仕事	116 100.0	111 95.7	4 3.4	0 0.0	1 0.9	111 100.0	77 69.4	76 68.5	0 0.0	2 1.8
運搬・清掃・包装の仕事	31 100.0	30 96.8	1 3.2	0 0.0	0 0.0	30 100.0	24 80.0	7 23.3	0 0.0	2 6.7
その他	97 100.0	87 89.7	9 9.3	1 1.0	0 0.0	87 100.0	72 82.8	31 35.6	0 0.0	3 3.4

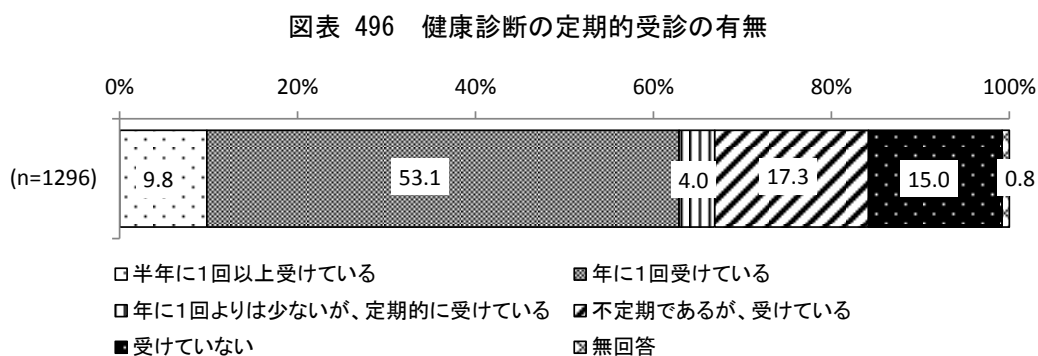
※全体の調査数には仕事の種類が無回答のものを含み、また、仕事の種類は複数回答のため、全体の調査数は各仕事の種類の調査数の合計と一致しない。

※「加入している保険の種類」については、生命保険や損害保険、労災保険（労災保険の特別加入制度）等の保険について「加入している」と回答した者（調査数 n=1162）について集計。

## (2) 回答者の生活等について

### ①健康診断の受診

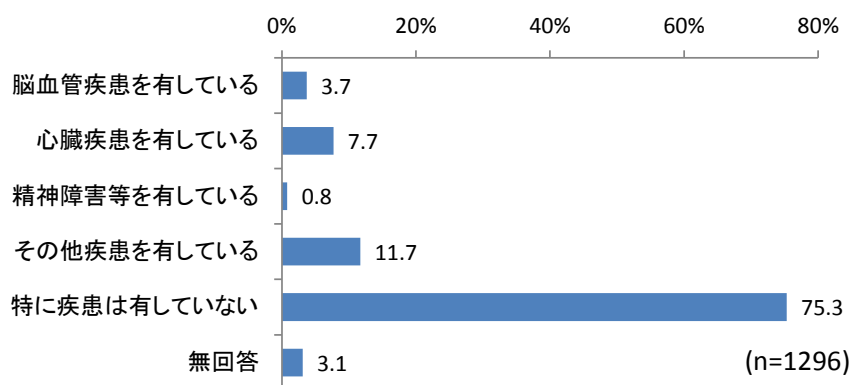
健康診断の定期的受診の有無については、「年に1回受けている」が53.1%で最も多く、次いで「不定期であるが、受けている」が17.3%、「受けていない」が15.0%であった。



### ②疾患について

脳血管疾患、心臓疾患、精神障害等の疾患の有無については、「特に疾患は有していない」が75.3%で最も多く、次いで「心臓疾患を有している」が7.7%、「脳血管疾患を有している」が3.7%であった。また、「その他疾患を有している」の割合は11.7%であった。

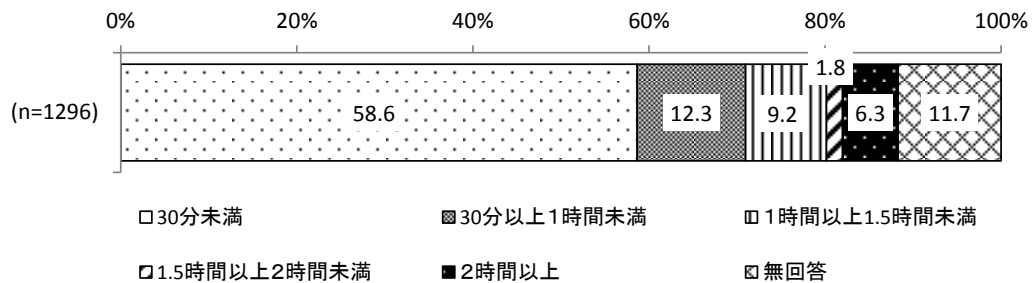
図表 497 脳血管疾患、心臓疾患、精神障害等の疾患の有無（複数回答）



### ③生活時間

勤務日1日の通勤時間（往復）は、「30分未満」が58.6%で最も多く、次いで「30分以上1時間未満」が12.3%、「1時間以上1.5時間未満」が9.2%であった。

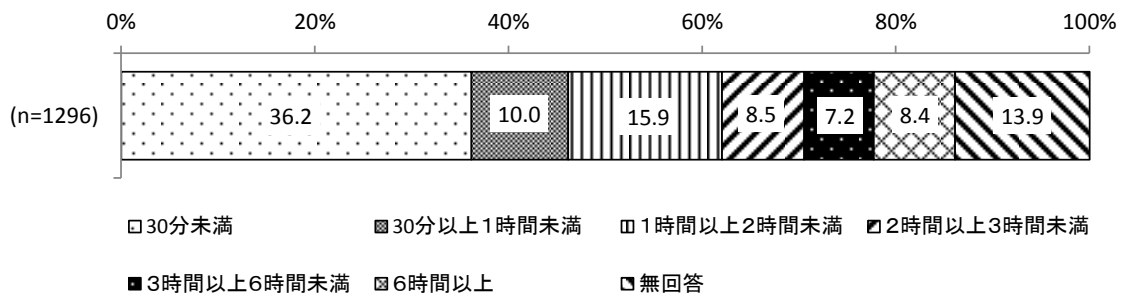
図表 498 勤務日1日における通勤時間（往復）



※平均 0.7 時間

勤務日1日の家事労働時間は、「30分未満」が36.2%で最も多く、次いで「1時間以上2時間未満」が15.9%、「30分以上1時間未満」が10.0%であった。

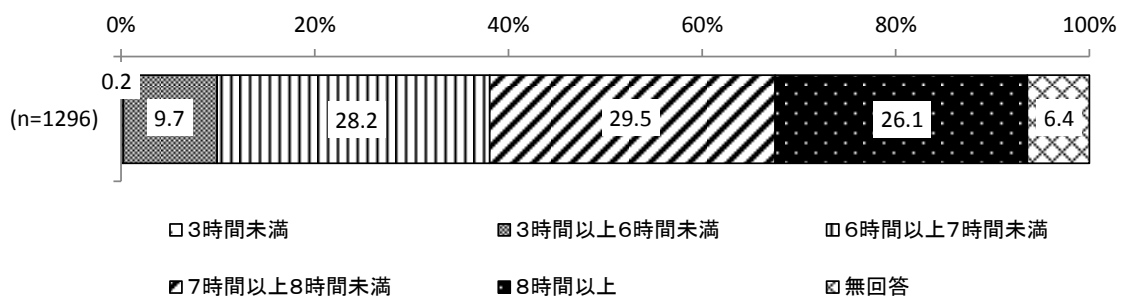
図表 499 勤務日1日における家事労働時間



※平均 1.7 時間

勤務日1日の睡眠時間は、「7時間以上8時間未満」が29.5%で最も多く、次いで「6時間以上7時間未満」が28.2%、「8時間以上」が26.1%であった。

図表 500 勤務日1日における睡眠時間



※平均 6.8 時間

1週間当たりの実労働時間（通常期）別に勤務日1日における睡眠時間をみると、睡眠時間の平均は、1週間当たりの実労働時間が長いほど短くなる傾向が見られた。

また、勤務日1日における睡眠時間が6時間未満である者の割合は、1週間当たりの実労働時間が30時間以上の場合には、実労働時間が長いほど高くなる傾向が見られた。具体的には、実労働時間が「30時間以上40時間未満」では5.7%であるが、「60時間以上80時間未満」では16.0%、「80時間以上」では40.0%と高かった。

図表 501 勤務日1日における睡眠時間【1週間当たりの実労働時間（通常期）別】

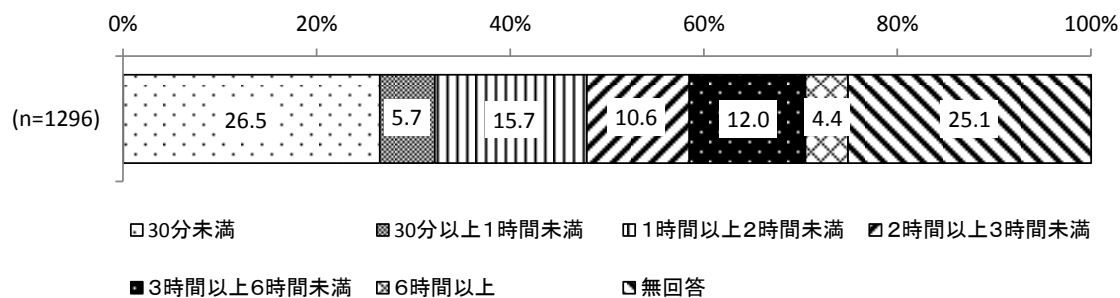
上段：回答数（件）  
下段：割合（%）

	調査数	3時間未満	6 3時間間未以上	7 6時間間未以上	8 7時間間未以上	8時間以上	無回答	（6再掲間）未満	平均（単位：時間）
全体	1296 100.0	2 0.2	126 9.7	365 28.2	382 29.5	338 26.1	83 6.4	128 9.9	6.8
30時間未満	391 100.0	0 0.0	36 9.2	98 25.1	111 28.4	119 30.4	27 6.9	36 9.2	7.0
30時間以上40時間未満	105 100.0	0 0.0	6 5.7	30 28.6	36 34.3	31 29.5	2 1.9	6 5.7	6.9
40時間以上50時間未満	376 100.0	1 0.3	26 6.9	105 27.9	125 33.2	107 28.5	12 3.2	27 7.2	6.9
50時間以上60時間未満	148 100.0	0 0.0	16 10.8	40 27.0	54 36.5	34 23.0	4 2.7	16 10.8	6.8
60時間以上80時間未満	156 100.0	0 0.0	25 16.0	63 40.4	38 24.4	27 17.3	3 1.9	25 16.0	6.5
80時間以上	20 100.0	0 0.0	8 40.0	6 30.0	3 15.0	2 10.0	1 5.0	8 40.0	5.8

※全体の調査数には1週間当たりの実労働時間について無回答のものを含むため、全体の調査数は各1週間当たりの実労働時間の調査数の合計と一致しない。

休日1日の家事労働時間は、「30分未満」が26.5%で最も多く、次いで「1時間以上2時間未満」が15.7%、「3時間以上6時間未満」が12.0%であった。

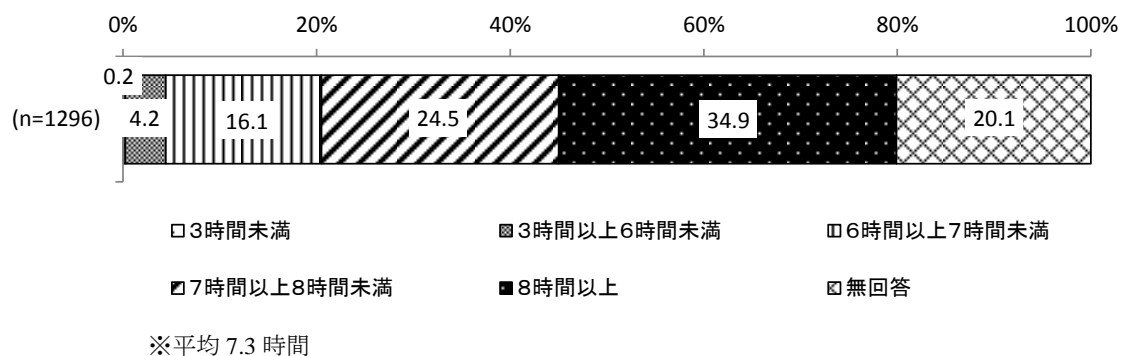
図表 502 休日1日における家事労働時間



※平均 1.7 時間

休日1日の睡眠時間は、「8時間以上」が34.9%で最も多く、次いで「7時間以上8時間未満」が24.5%、「6時間以上7時間未満」が16.1%であった。

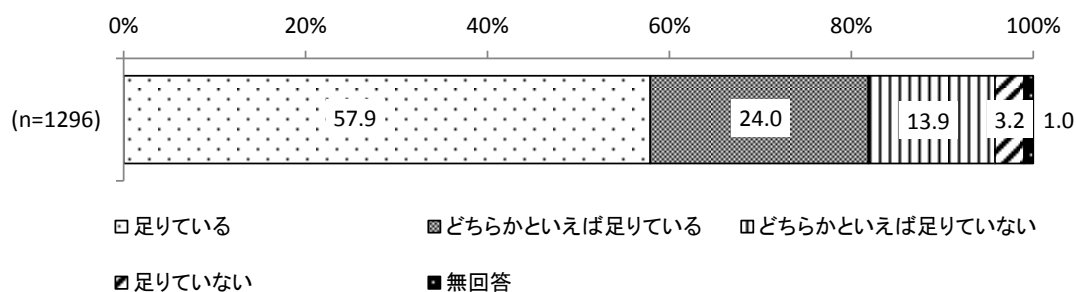
図表 503 休日1日における睡眠時間



#### ④勤務日における睡眠時間

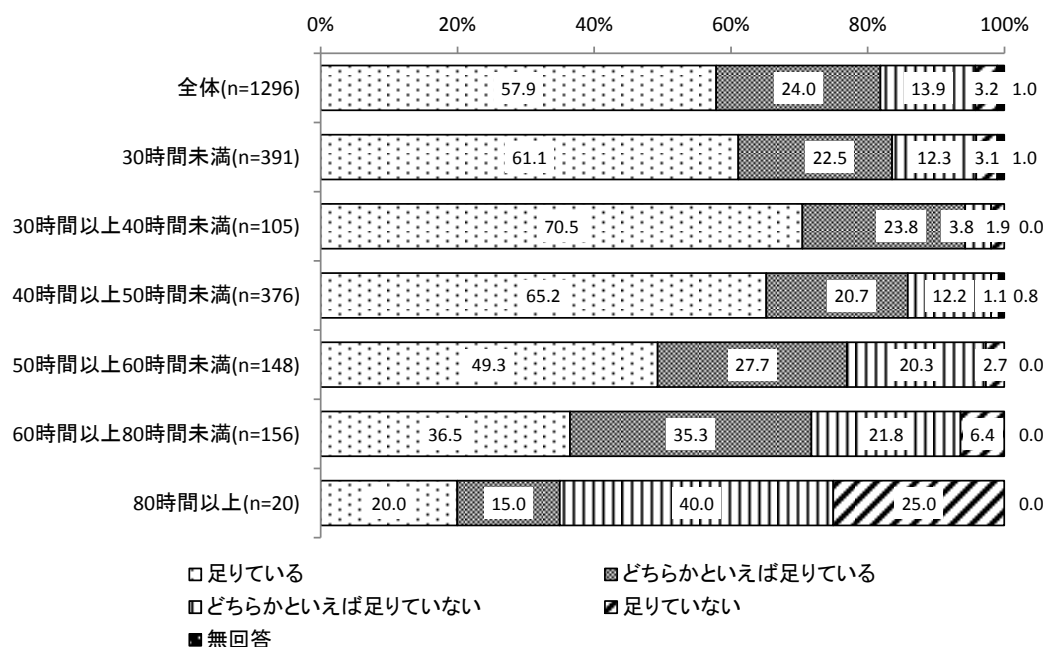
勤務日における睡眠時間については、「足りている」が57.9%で最も多く、次いで「どちらかといえば足りている」が24.0%、「どちらかといえば足りていない」が13.9%であった。

図表 504 勤務日における睡眠時間の充足状況



1週間当たりの実労働時間（通常期）別に勤務日における睡眠時間の充足状況をみると、1週間当たりの実労働時間が30時間以上の場合には、実労働時間が長いほど「足りている」と回答する者の割合が低くなる傾向が見られた。

図表 505 勤務日における睡眠時間の充足状況【1週間当たりの実労働時間（通常期）別】

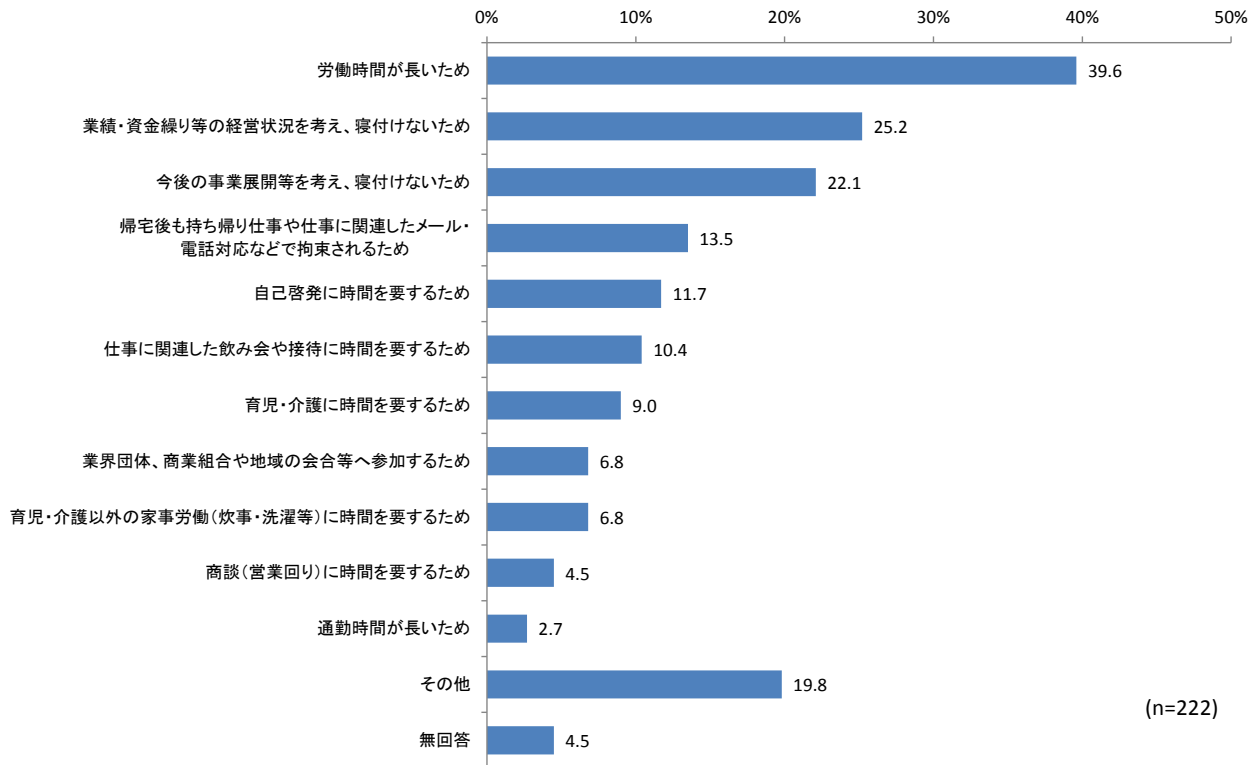


※全体の調査数には1週間当たりの実労働時間について無回答のものを含まため、全体の調査数は各1週間当たりの実労働時間の調査数の合計と一致しない。



勤務日における睡眠時間について「足りていない」又は「どちらかといえば足りていない」と回答した自営業者 222 件のうち、睡眠時間が足りない理由は、「労働時間が長い」と最も多く、次いで「業績・資金繰り等の経営状況を考え、寝付けないため」が 25.2%、「今後の事業展開等を考え、寝付けないため」が 22.1%であった。

図表 506 睡眠時間が足りない理由（複数回答）

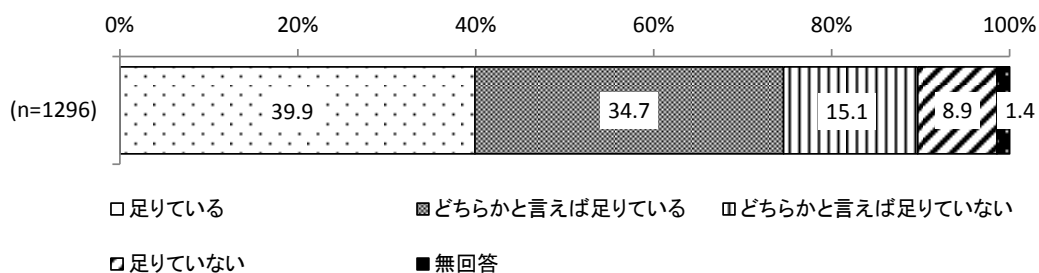


※勤務日における睡眠時間について「足りていない」又は「どちらかといえば足りていない」と回答した者（調査数 n=222）について集計。

### ⑤ 休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間

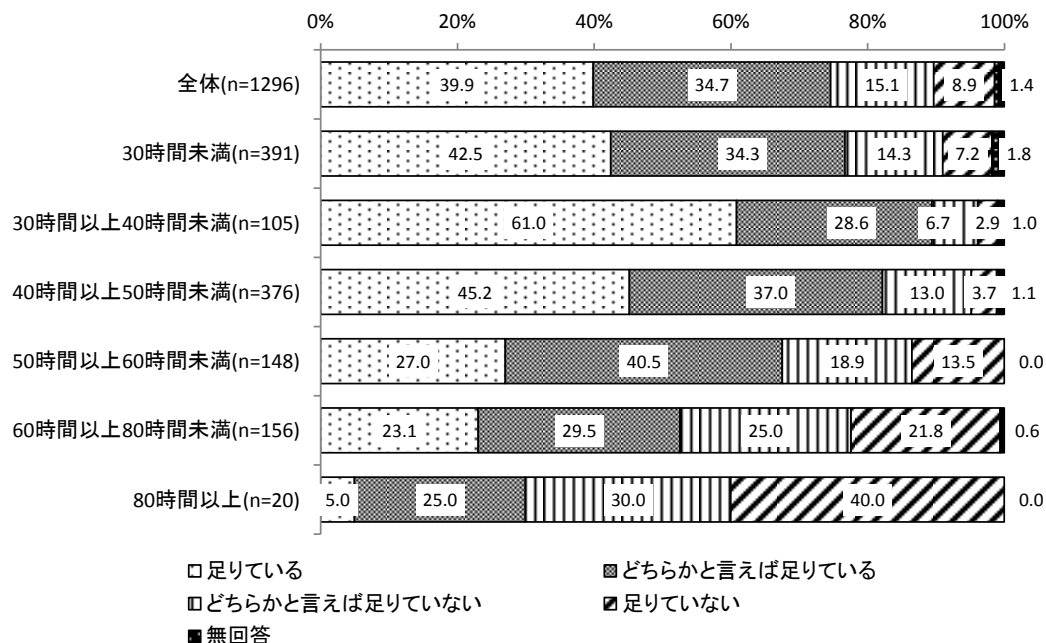
休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間は、「足りている」が 39.9%で最も多く、次いで「どちらかと言えば足りている」が 34.7%、「どちらかと言えば足りていない」が 15.1%であった。

図表 507 休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況



1週間当たりの実労働時間（通常期）別に休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間をみると、1週間当たりの実労働時間が30時間以上の場合には、実労働時間が長いほど「足りている」と回答する者の割合が低くなる傾向が見られた。

図表 508 休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間【1週間当たりの実労働時間（通常期）別】

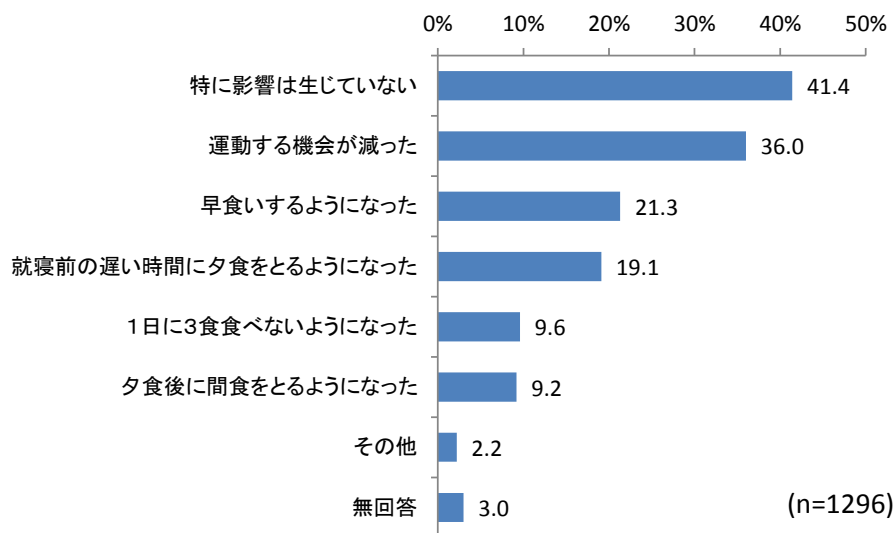


※全体の調査数には1週間当たりの実労働時間について無回答のものを含まため、全体の調査数は各1週間当たりの実労働時間の調査数の合計と一致しない。

### ⑥自営業者として働くようになってからの生活習慣

自営業者として働くようになってからの生活習慣は、「特に影響は生じていない」が41.4%で最も多く、次いで「運動する機会が減った」が36.0%、「早食いするようになった」が21.3%であった。

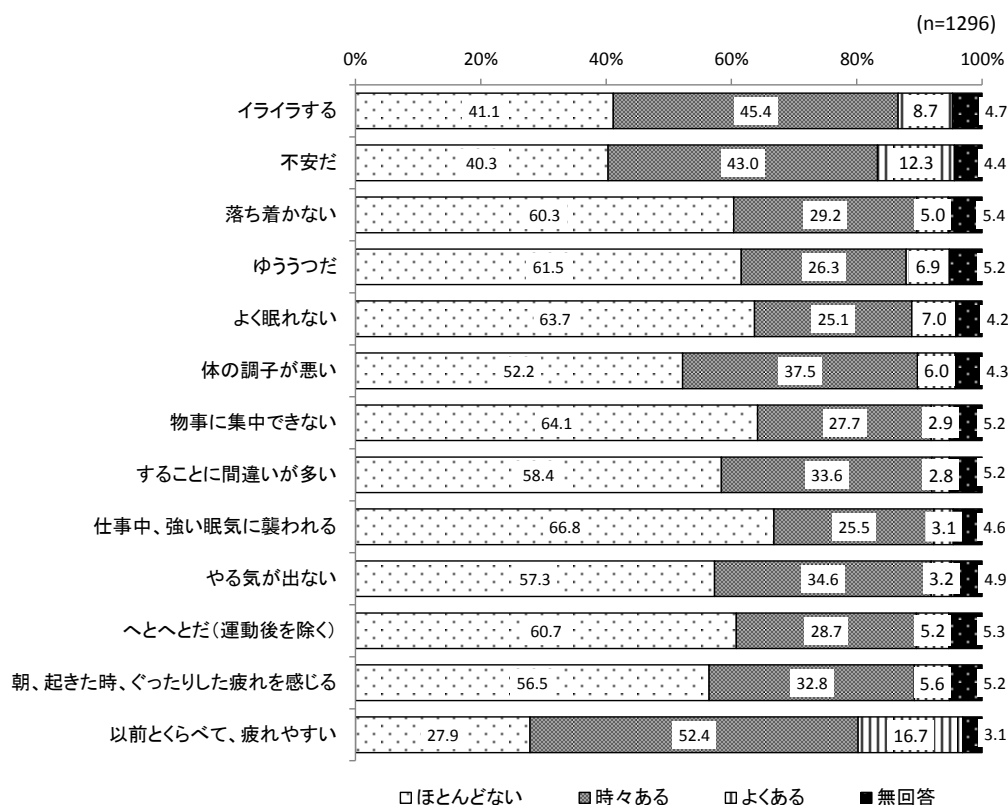
図表 509 自営業者として働くようになってからの生活習慣（複数回答）



## ⑦直近1か月（平成28年11月）の自覚症状

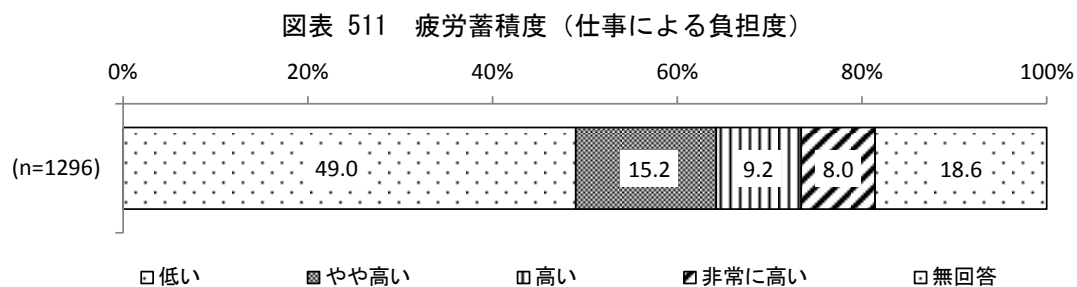
直近1か月（平成28年11月）の自覚症状をみると、「よくある」の割合は、「以前とくらべて疲れやすい」が16.7%、「不安だ」が12.3%であり、「イライラする」が8.7%であった。それ以外の項目については、「ほとんどない」の割合が50%以上であった。

図表 510 直近1か月（平成28年11月）の自覚症状



## ⑧疲労蓄積度（仕事による負担度）

疲労蓄積度（仕事による負担度）は、「低い」が49.0%で最も多く、次いで「やや高い」が15.2%、「高い」が9.2%であった。

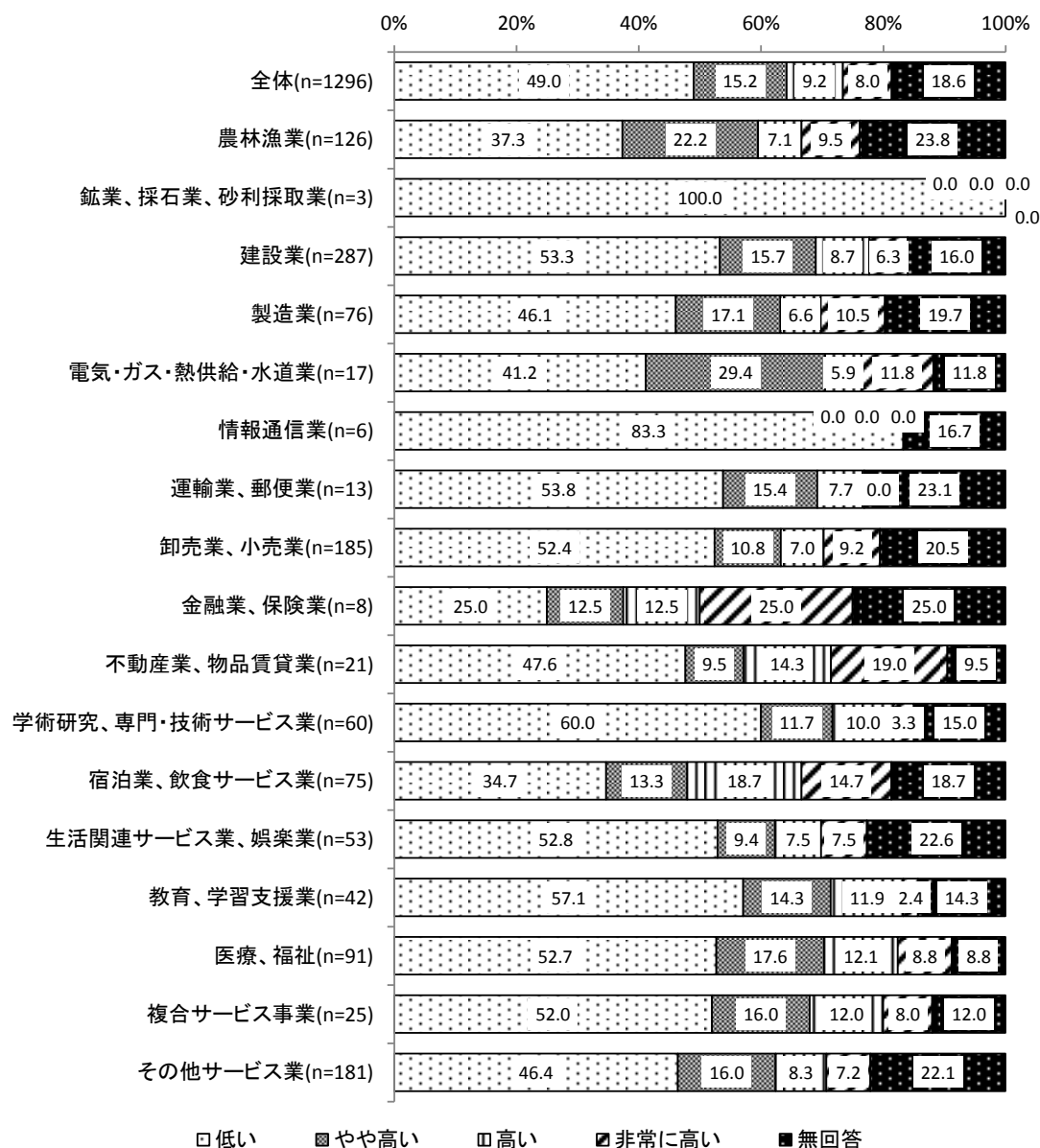


※疲労蓄積度（仕事による負担度）は、「直近1か月（平成28年11月）の労働状況」（図表480～484）、「直近1か月（平成28年11月の仕事についての負担）」（図表491）、「直近1か月（平成28年11月）の自覚症状」（図表510）を基に算出。具体的な算出方法は「労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト」による。（参考URL：<http://www.mhlw.go.jp/topics/2004/06/dl/tp0630-1a.pdf>）

業種別に疲労蓄積度（仕事による負担度）をみると、疲労蓄積度（仕事による負担度）が「非常に高い」者の割合は、「金融業、保険業」が 25.0%で最も高く、次いで「不動産業、物品賃貸業」が 19.0%、「宿泊業、飲食サービス業」が 14.7%であった。

なお、「金融、保険業」は調査数が 10 未満と少ない点に留意する必要がある。

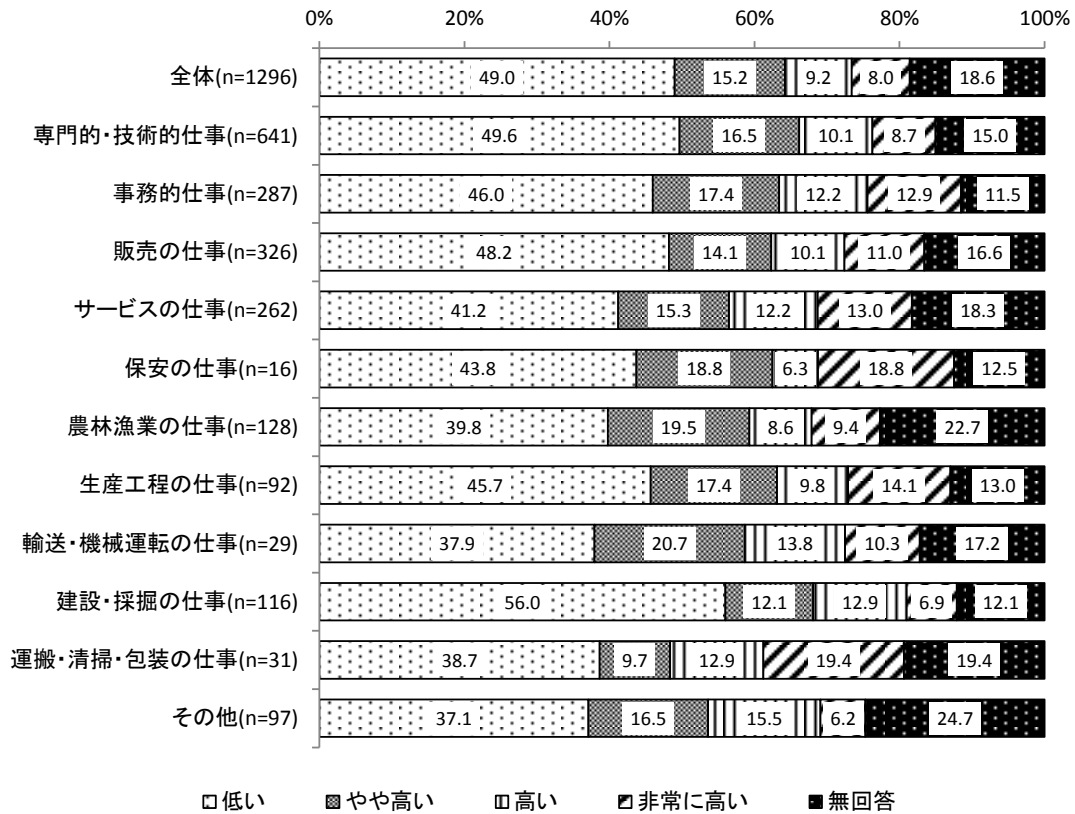
図表 512 疲労蓄積度（仕事による負担度）【業種別】



※全体の調査数には業種が無回答のものを含まため、全体の調査数は各業種の調査数の合計と一致しない。

仕事の種類別に疲労蓄積度（仕事による負担度）をみると、疲労蓄積度（仕事による負担度）が「非常に高い」者の割合は「運搬・清掃・包装の仕事」が 19.4%で最も高く、次いで「保安の仕事」が 18.8%、「生産工程の仕事」が 14.1%であった。

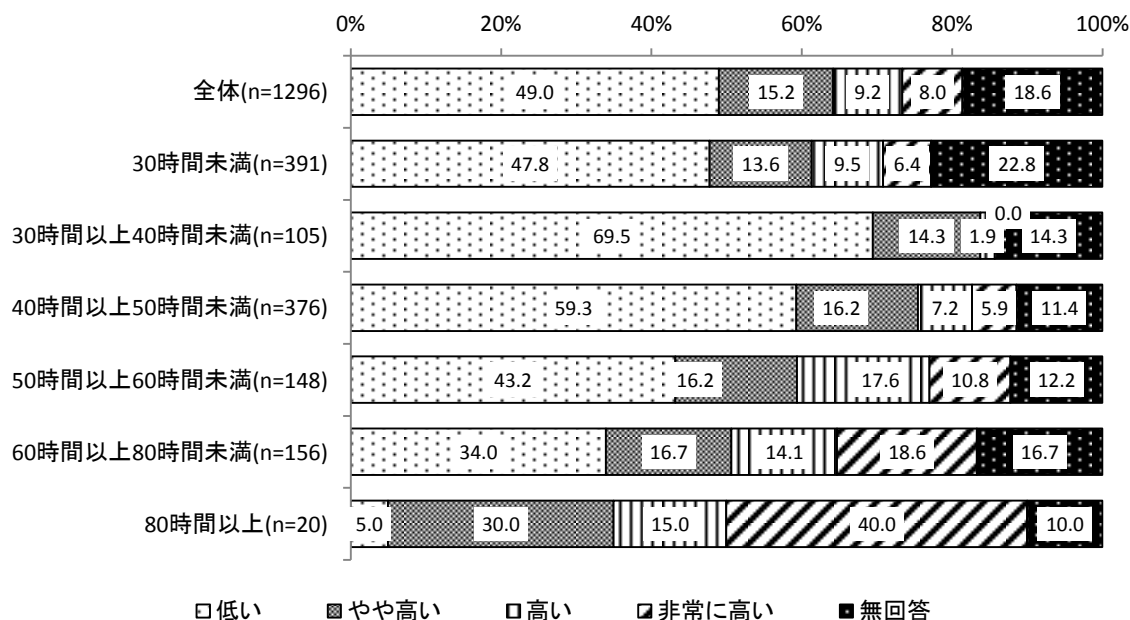
図表 513 疲労蓄積度（仕事による負担度）【仕事の種類別】



※全体の調査数には仕事の種類が無回答のものを含み、また、仕事の種類は複数回答のため、全体の調査数は各仕事の種類の調査数の合計と一致しない。

1週間当たりの実労働時間（通常期）別に疲労蓄積度（仕事による負担度）をみると、疲労蓄積度（仕事による負担度）が「非常に高い」者の割合は、1週間当たりの実労働時間が30時間以上の場合では、実労働時間が長いほど高くなる傾向が見られた。

図表 514 疲労蓄積度（仕事による負担度）【1週間当たりの実労働時間（通常期）別】

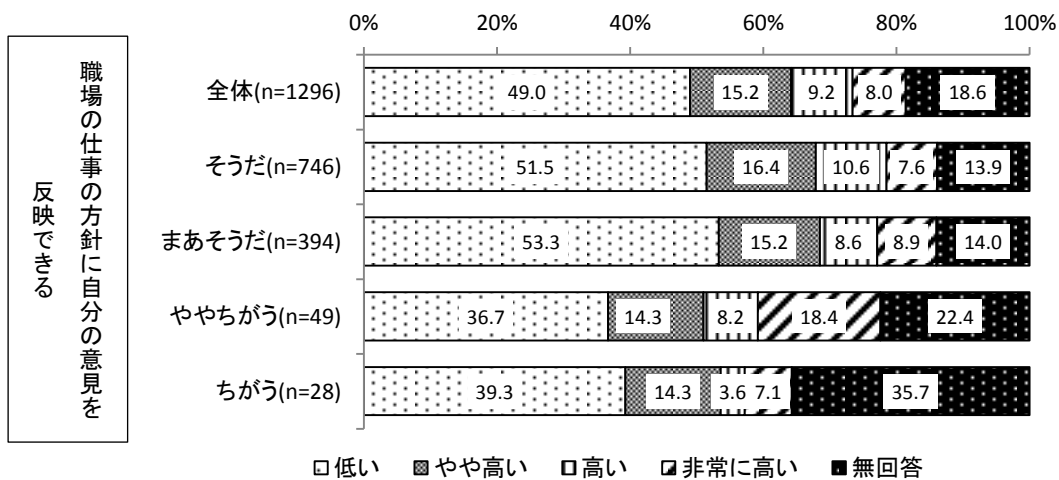
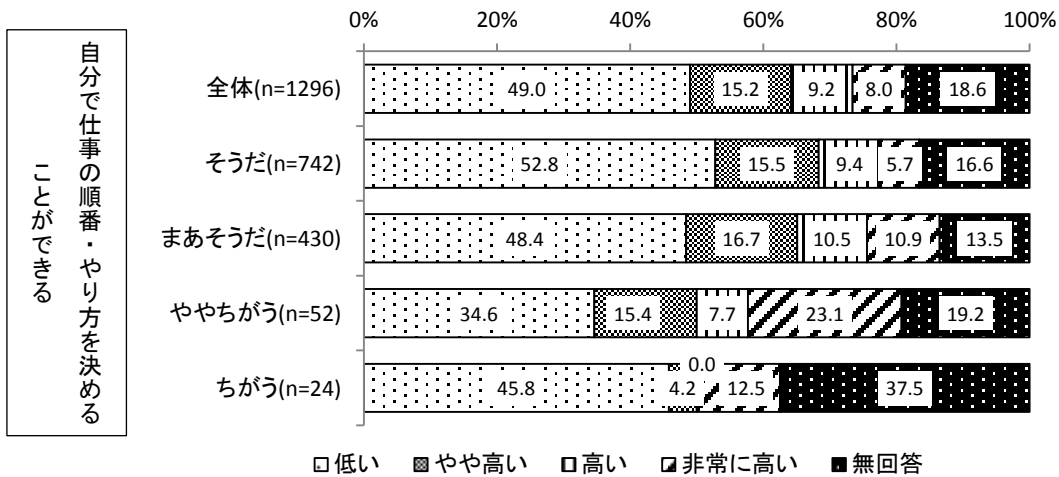
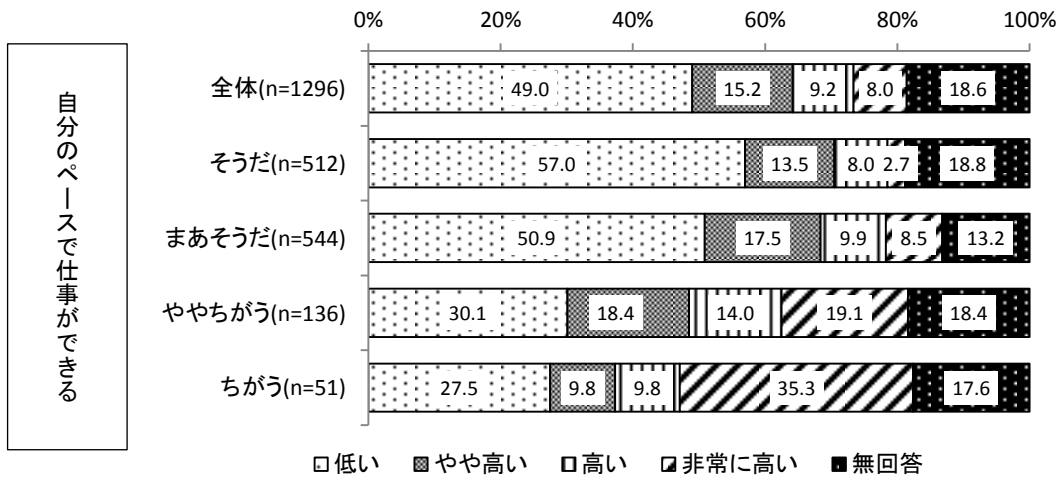


※全体の調査数には1週間当たりの実労働時間（通常期）が無回答のものを含むため、全体の調査数は各1週間当たりの実労働時間（通常期）の調査数の合計と一致しない。

仕事の特性別に疲労蓄積度（仕事による負担度）をみると、疲労蓄積度（仕事による負担度）が「非常に高い」者の割合は、「自分のペースで仕事ができる」、「自分で仕事の順番・やり方を決めることができる」、「職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる」のそれぞれについて、「そうだ」又は「まあそうだ」と回答した者では低く、「ややちがう」と回答した者では高い傾向が見られた。

なお、疲労蓄積度（仕事による負担度）が「非常に高い」者の割合は、「自分のペースで仕事ができる」について「ちがう」と回答した者では35.3%と特に高かったが、「自分で仕事の順番・やり方を決めることができる」や「職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる」について「ちがう」と回答した者では必ずしも高くはなかった。

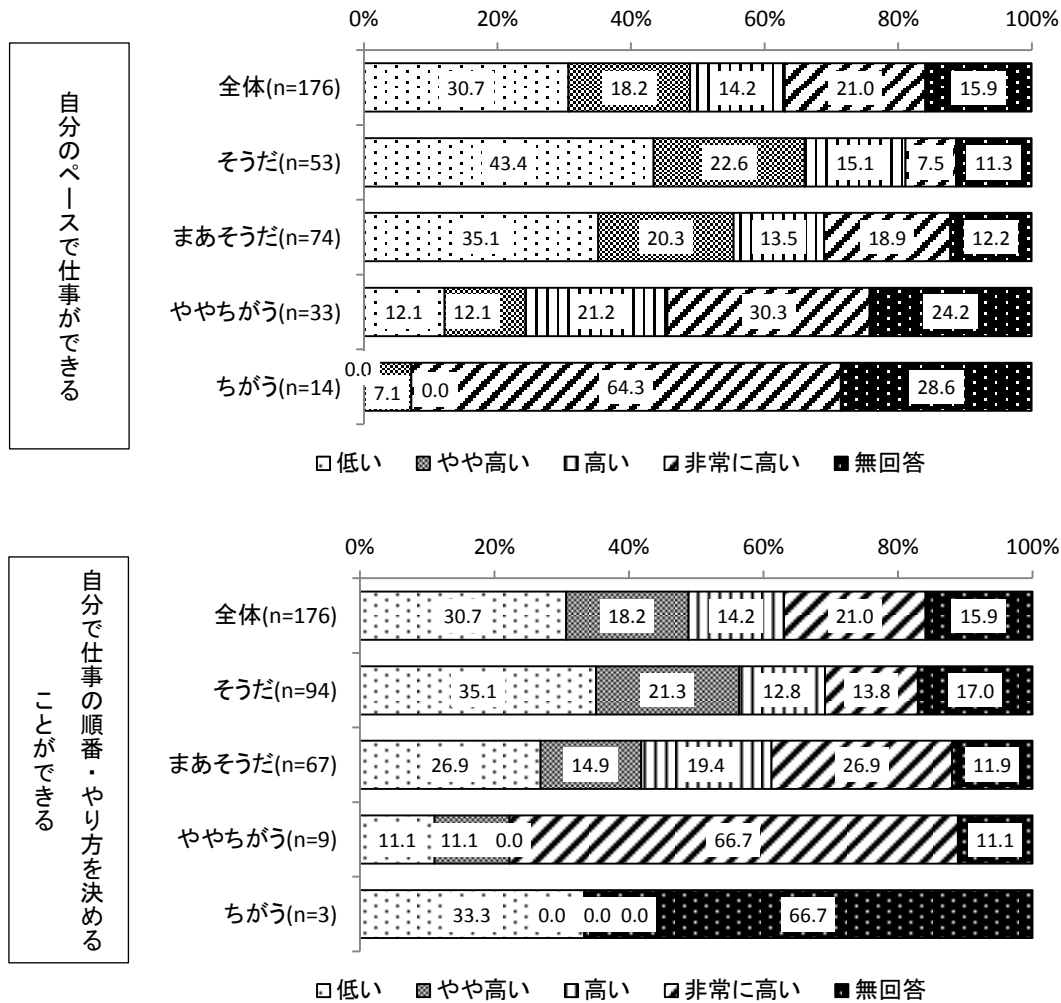
図表 515 疲労蓄積度（仕事による負担度）【仕事の特性別】



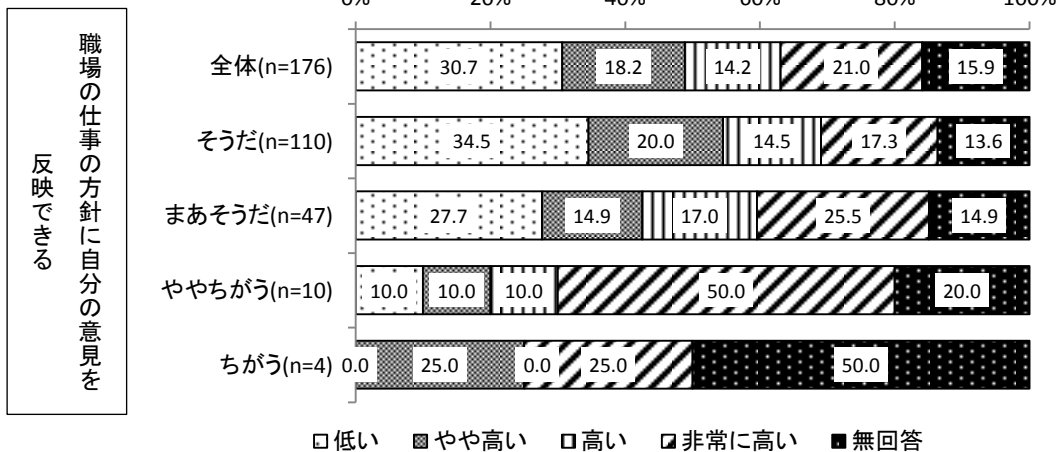
※全体の調査数には仕事の特性が無回答のものを含むため、全体の調査数は各仕事の特性の調査数の合計と一致しない。

1週間当たりの実労働時間（通常期）が60時間以上の者について、仕事の特性別に疲労蓄積度（仕事による負担度）をみると、疲労蓄積度（仕事による負担度）が「非常に高い」者の割合は、「自分のペースで仕事ができる」、「自分で仕事の順番・やり方を決めることができる」、「職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる」のそれぞれについて、「そうだ」と回答する場合に特に低い傾向が見られた。

図表 516 1週間当たりの実労働時間（通常期）が60時間以上の者の疲労蓄積度（仕事による負担度）【仕事の特性別】







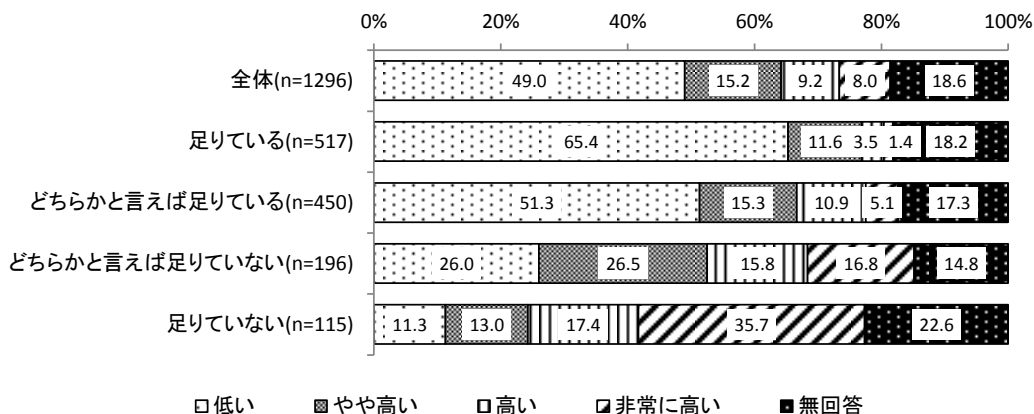
※ 1週間当たりの実労働時間（通常期）が60時間以上の者（調査数 n=176）について集計。

※ 全体の調査数には仕事の特性が無回答のものを含むため、全体の調査数は各仕事の特性の調査数の合計と一致しない。

休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況別に疲労蓄積度（仕事による負担度）をみると、疲労蓄積度（仕事による負担度）が「低い」者の割合は、休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間が足りている者ほど高くなる傾向が見られ、「足りている」者では65.4%と特に高かった。

図表 517 疲労蓄積度（仕事による負担度）

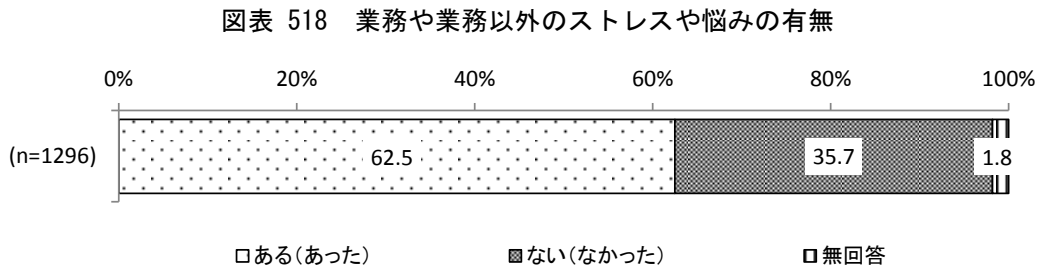
【休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況別】



※ 全体の調査数には休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況が無回答のものを含むため、全体の調査数は各充足状況の調査数の合計と一致しない。

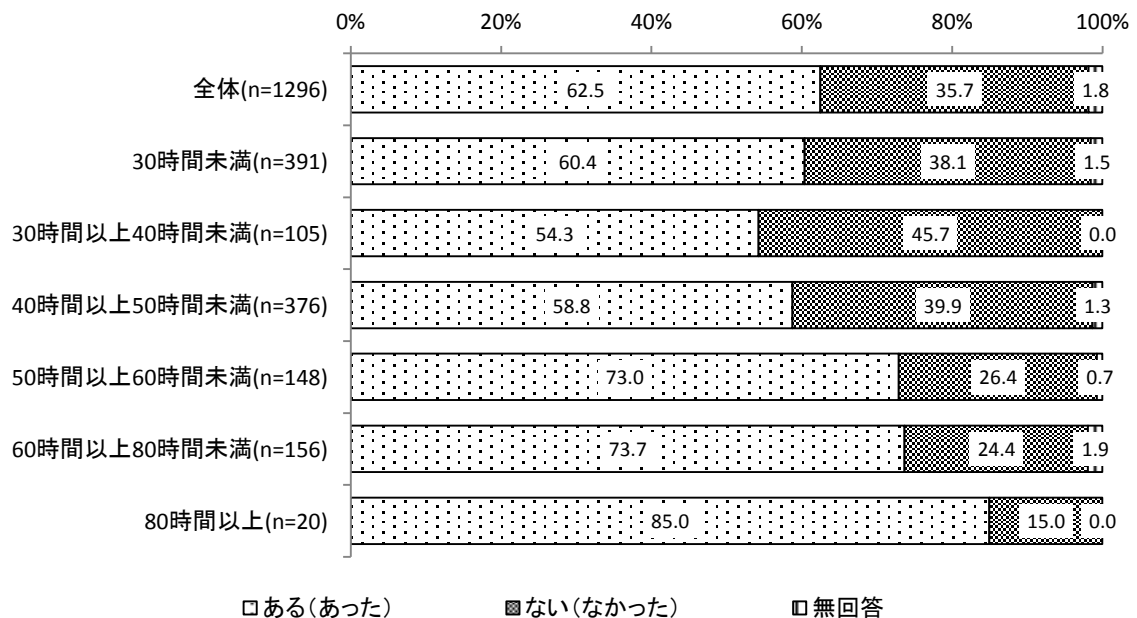
### ⑨過去半年間（平成 28 年 6 月～11 月）の業務や業務以外のストレスや悩みの有無

業務や業務以外のストレスや悩みの有無については、「ある（あった）」が 62.5%、「ない（なかった）」が 35.7%であった。



1 週間当たりの実労働時間（通常期）別に業務や業務以外のストレスや悩みの有無をみると、業務や業務以外のストレスや悩みが「ある（あった）」と回答した者の割合は、1 週間当たりの実労働時間（通常期）が 30 時間以上の場合において、実労働時間が長くなるほど高くなる傾向が見られた。

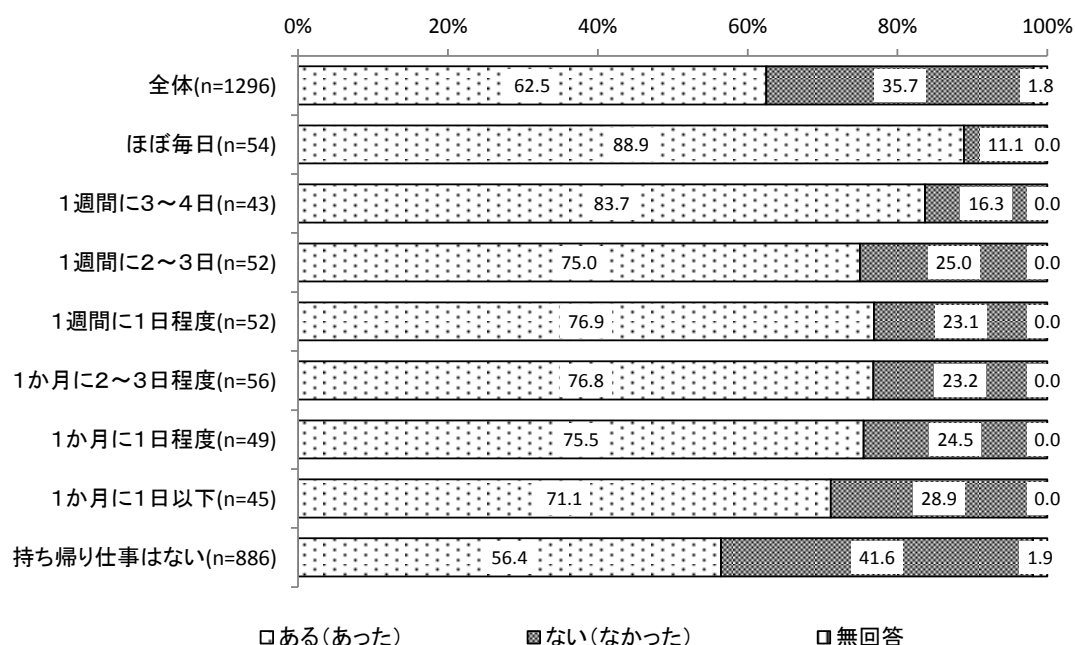
図表 519 業務や業務以外のストレスや悩みの有無【1 週間当たりの実労働時間（通常期）別】



※全体の調査数には 1 週間当たりの実労働時間（通常期）が無回答のものを含むため、全体の調査数は各 1 週間当たりの実労働時間（通常期）の調査数の合計と一致しない。

過去1年間の持ち帰り仕事の有無別に業務や業務以外のストレスや悩みの有無をみると、業務や業務以外のストレスや悩みが「ある（あった）」と回答した者の割合は、「持ち帰り仕事がほぼ毎日」ある場合で88.9%と最も高く、「持ち帰り仕事はない」場合で56.4%と最も低かった。

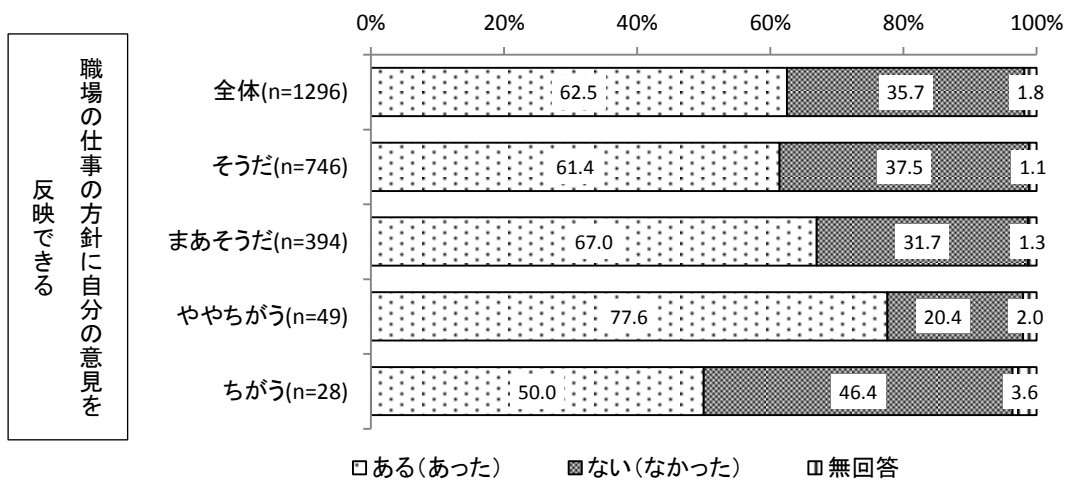
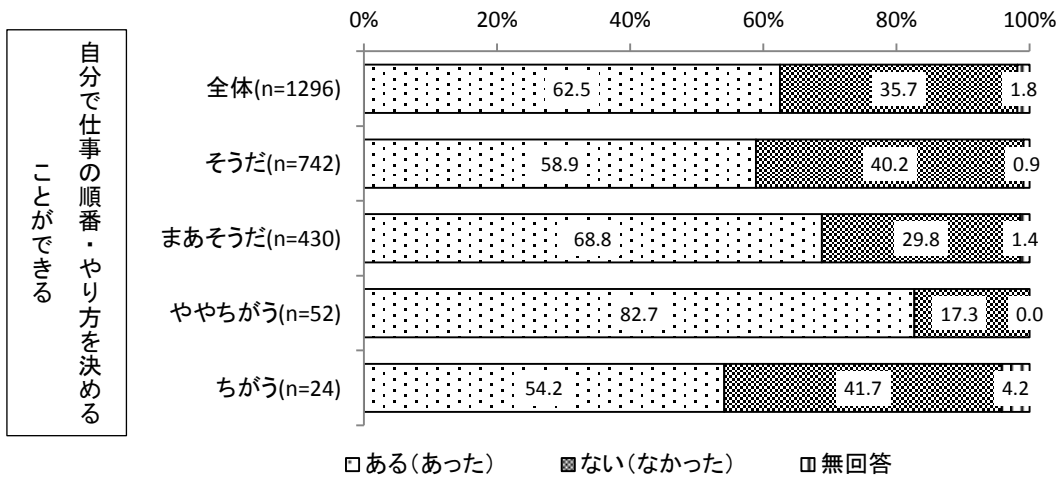
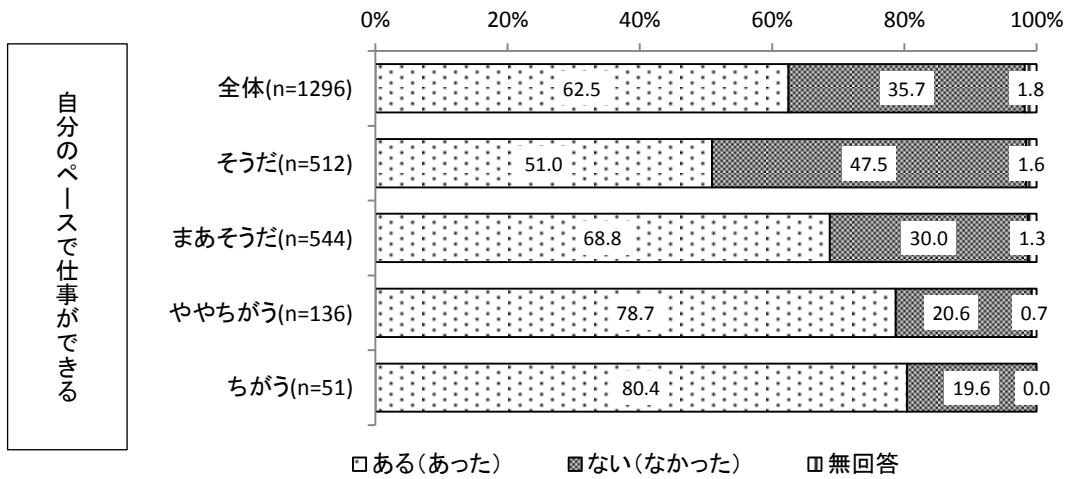
図表 520 業務や業務以外のストレスや悩みの有無【過去1年間の持ち帰り仕事の有無別】



※全体の調査数には過去1年間の持ち帰り仕事の有無が無回答のものを含むため、全体の調査数は各持ち帰り仕事の有無の調査数の合計と一致しない。

仕事の特性別に業務や業務以外のストレスや悩みの有無をみると、業務や業務以外のストレスや悩みが「ある（あった）」と回答した者の割合は、「自分のペースで仕事ができる」について「そうだ」と回答した場合で51.0%と最も低かった。また、「自分で仕事の順番・やり方を決めることができる」、「職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる」について「ちがう」と回答した場合で、それぞれ54.2%、50.0%と最も低かった。

図表 521 業務や業務以外のストレスや悩みの有無【仕事の特性別】



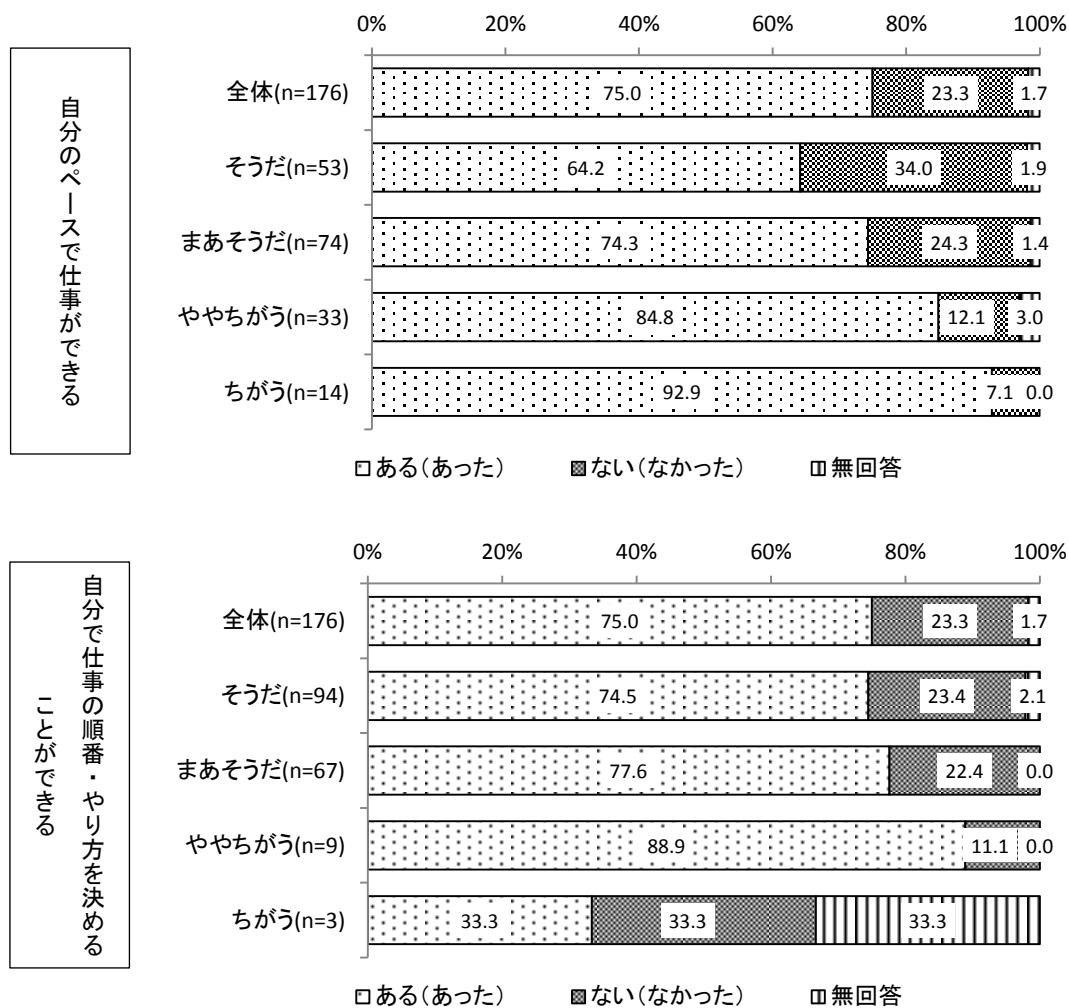
※全体の調査数には仕事の特性が無回答のものを含むため、全体の調査数は各仕事の特性の調査数の合計と一致しない。

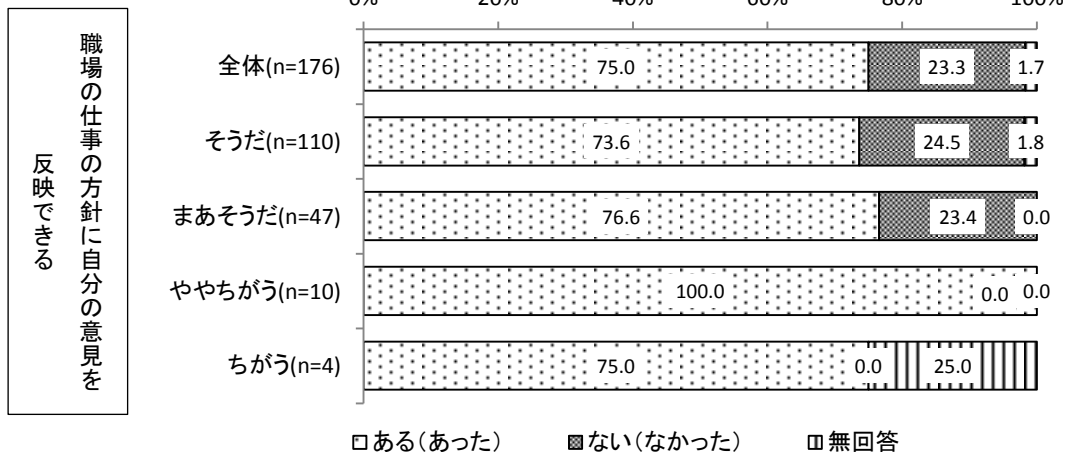
1週間当たりの実労働時間（通常期）が60時間以上の者について、仕事の特性別に業務や業務以外のストレスや悩みの有無をみると、業務や業務以外のストレスや悩みが「ある（あった）」と回答した者の割合は、「自分のペースで仕事ができる」については、「そうだ」と回答した場合に64.2%で最も低く、「まあそうだ」、「ややちがう」、「ちがう」と回答した場合に高くなる傾向が見られた。

一方、「自分で仕事の順番・やり方を決めることができる」について「ちがう」と回答した場合で33.3%と最も低く、「職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる」について「そうだ」と回答した場合で73.6%と最も低かった。

なお、「自分で仕事の順番・やり方を決めることができる」で「ややちがう」又は「ちがう」と回答した者及び「職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる」で「ちがう」と回答した者は調査数が10未満と少ない点に留意する必要がある。

図表 522 1週間当たりの実労働時間（通常期）が60時間以上の者の業務や業務以外の  
ストレスや悩みの有無【仕事の特性別】



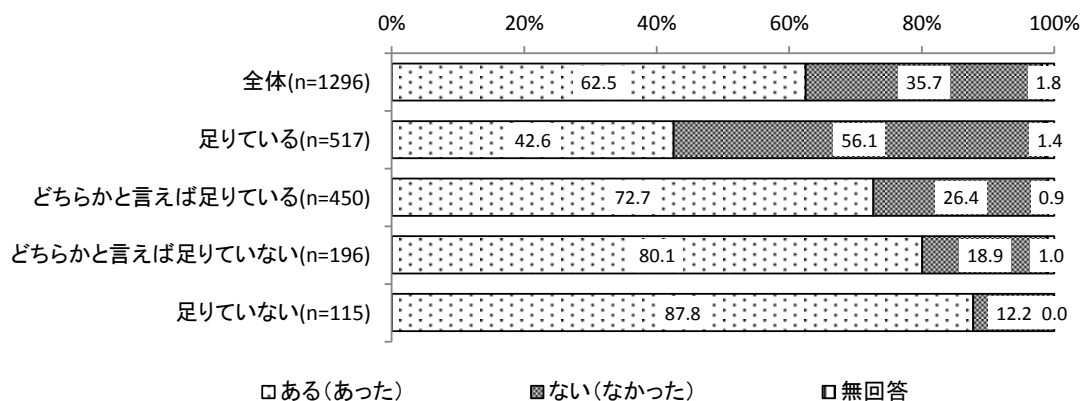


※1週間当たりの実労働時間（通常期）が60時間以上の者（調査数 n=176）について集計。

※全体の調査数には仕事の特性が無回答のものを含むため、全体の調査数は各仕事の特性の調査数の合計と一致しない。

休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況別に業務や業務以外のストレスや悩みの有無をみると、業務や業務以外のストレスや悩みが「ある(あった)」と回答した者の割合は、「休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間が足りていない」場合で87.8%と最も高く、「足りている」場合で42.6%と最も低かった。

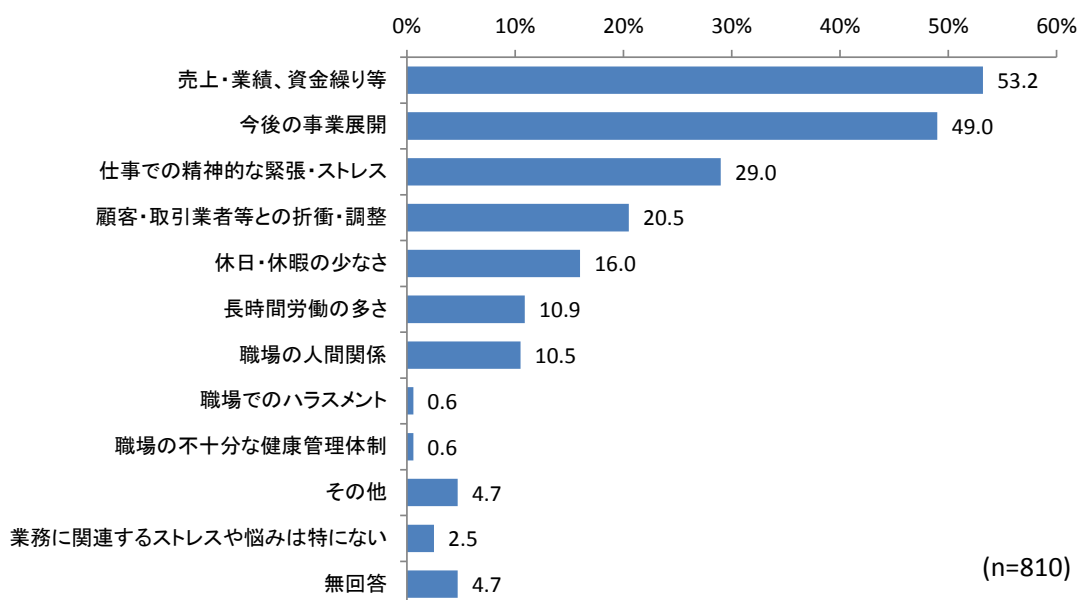
図表 523 業務や業務以外のストレスや悩みの有無  
【休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況別】



※全体の調査数には休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況が無回答のものを含むため、全体の調査数は各充足状況の調査数の合計と一致しない。

業務や業務以外のストレスや悩みについて「ある(あった)」と回答した自営業者 810 件のうち、ストレスや悩みの内容(業務関連)は、「売上・業績、資金繰り等」が 53.2%で最も多く、次いで「今後の事業展開」が 49.0%、「仕事での精神的な緊張・ストレス」が 29.0%であった。

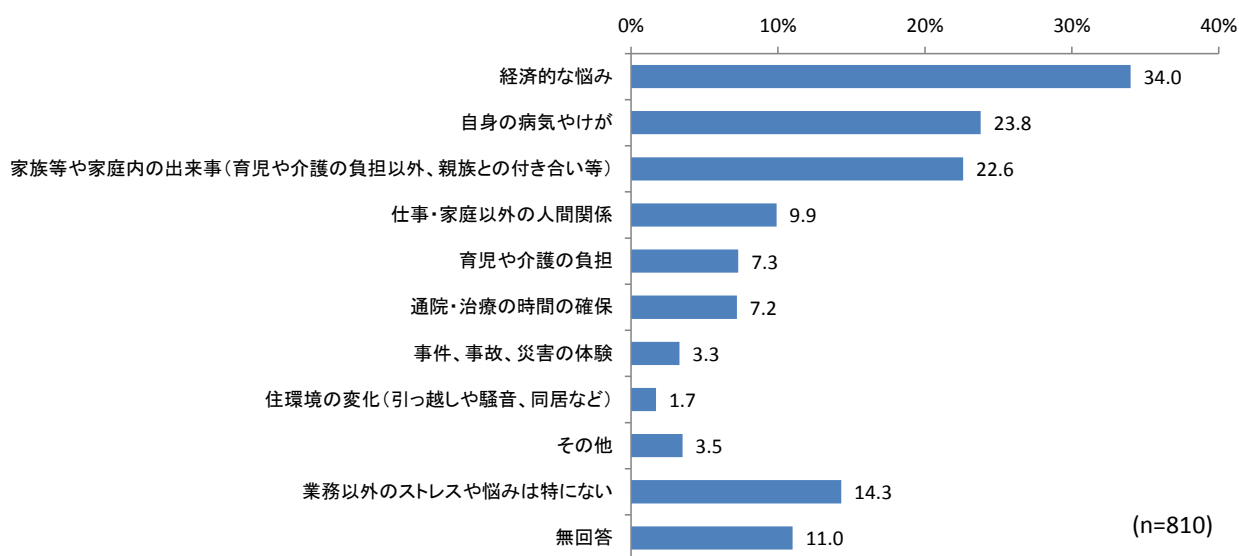
図表 524 ストレスや悩みの内容<業務関連> (複数回答)



※業務や業務以外のストレスや悩みについて「ある(あった)」と回答した者(調査数 n=810)について集計。

業務や業務以外のストレスや悩みについて「ある(あった)」と回答した自営業者 810 件のうち、ストレスや悩みの内容(業務以外)は、「経済的な悩み」が 34.0%で最も多く、次いで「自身の病気やけが」が 23.8%、「家族等や家庭内の出来事(育児や介護の負担以外、親族との付き合い等)」が 22.6%であった。

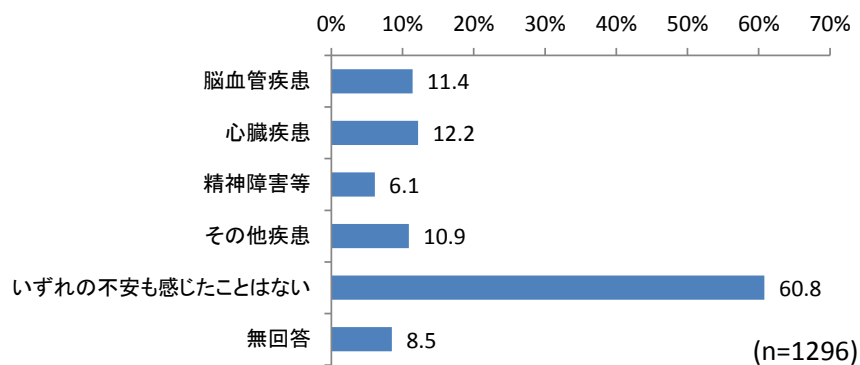
図表 525 ストレスや悩みの内容<業務以外> (複数回答)



※業務や業務以外のストレスや悩みについて「ある(あった)」と回答した者(調査数 n=810)について集計。

過労や過剰ストレスによる脳血管疾患や心臓疾患、精神障害等の発症や悪化への不安は、「いずれの不安も感じたことはない」が 60.8%で最も多く、次いで感じたことがあるものとして、「心臓疾患」が 12.2%、「脳血管疾患」が 11.4%であった。

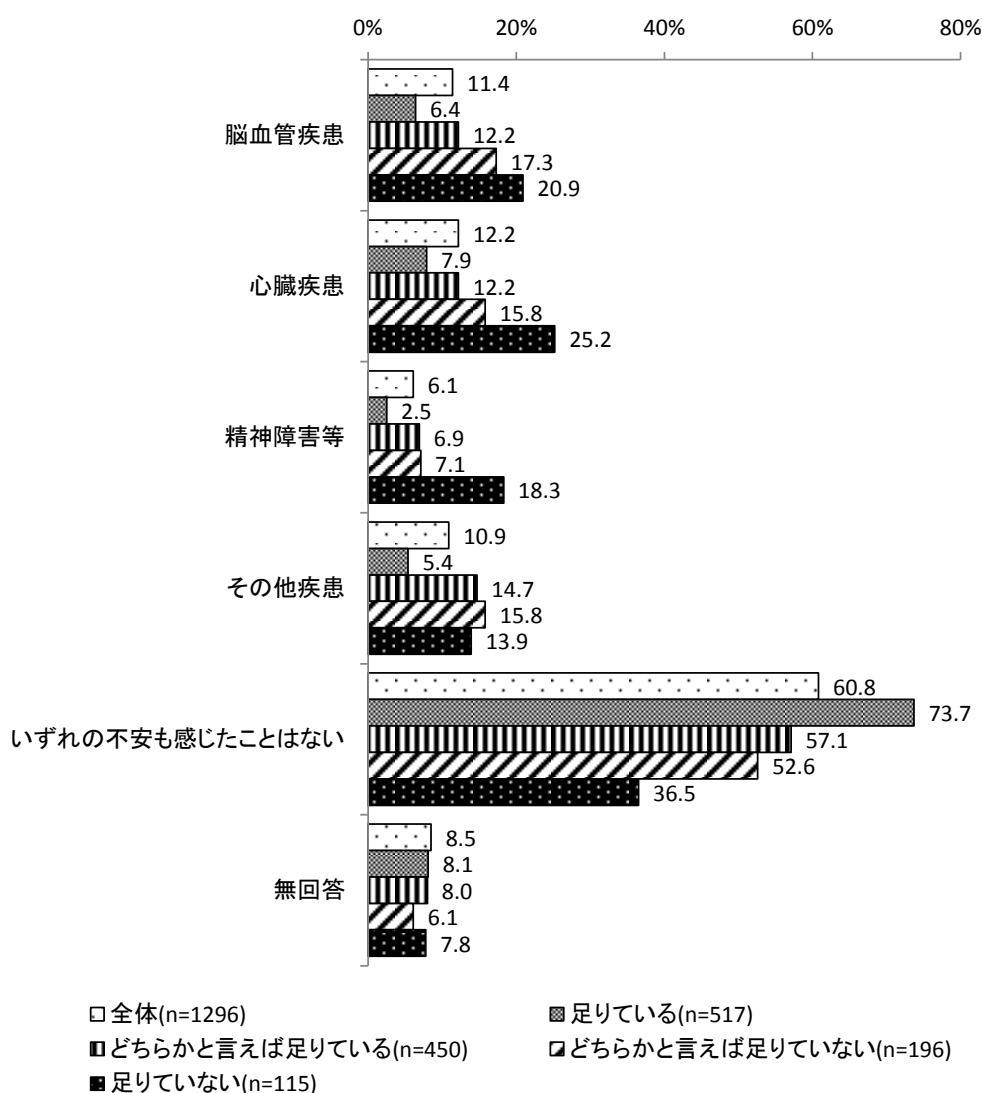
図表 526 過労や過剰ストレスによる脳血管疾患や心臓疾患、精神障害等の発症や悪化への不安（複数回答）





休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況別に過労や過剰ストレスによる脳血管疾患や心臓疾患、精神障害等の発症や悪化への不安をみると、過労や過剰ストレスによる脳血管疾患や心臓疾患、精神障害等の発症や悪化への不安について、「いずれの不安も感じたことはない」者の割合は、「休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間が足りている」場合で73.7%と最も高く、「足りていない」場合で36.5%と最も低かった。

図表 527 過労や過剰ストレスによる脳血管疾患や心臓疾患、精神障害等の発症や悪化への不安（複数回答）  
【休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況別】

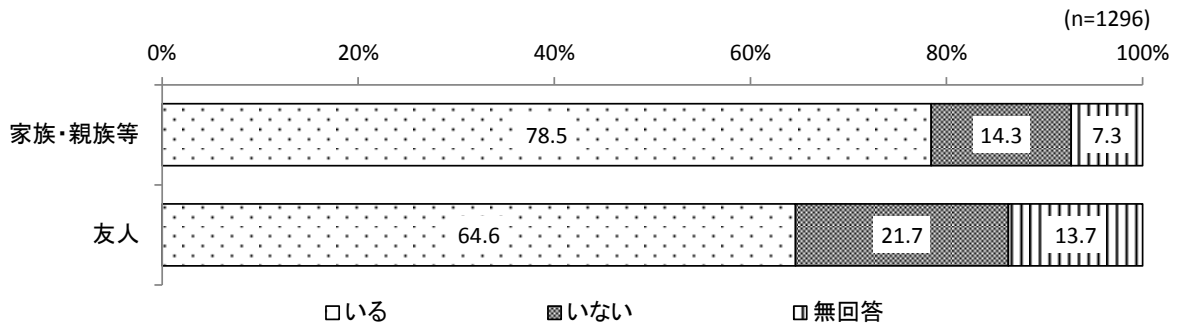


※全体の調査数には休日における息抜き・趣味活動・家族の団らん等の時間の充足状況が無回答のものを含まため、全体の調査数は各充足状況の調査数の合計と一致しない。

## ⑩職場関係者以外の相談相手の有無

仕事に関する悩みや相談をする相手の有無については、「いる」と回答した割合は、「家族・親族等」が78.5%、「友人」が64.6%であった。

図表 528 仕事に関する悩みや相談をする相手の有無



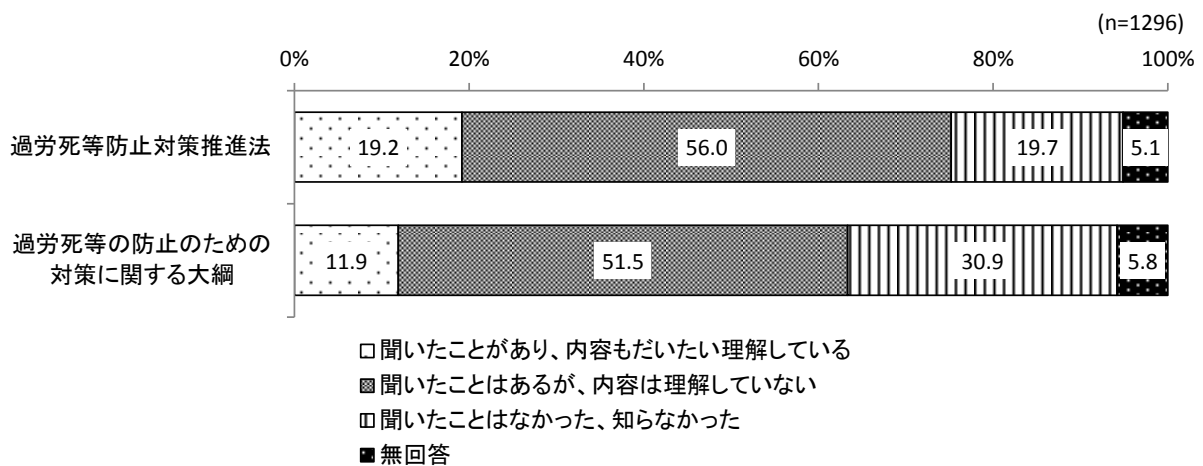
## (3) 過重労働・過労死等の防止に向けて

### ①関連法令等の認知度

過労死等防止対策推進法について、「聞いたことはあるが、内容は理解していない」が56.0%で最も多く、次いで「聞いたことはなかった、知らなかった」が19.7%であった。

過労死等の防止のための対策に関する大綱について、「聞いたことはあるが、内容は理解していない」が51.5%で最も多く、次いで「聞いたことはなかった、知らなかった」が30.9%であった。

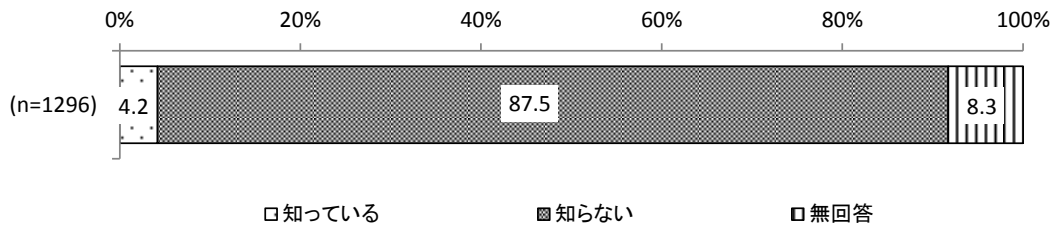
図表 529 関連法令等の認知度



## ②働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」の認知度

働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」の認知の有無については、「知らない」が87.5%、「知っている」が4.2%であった。

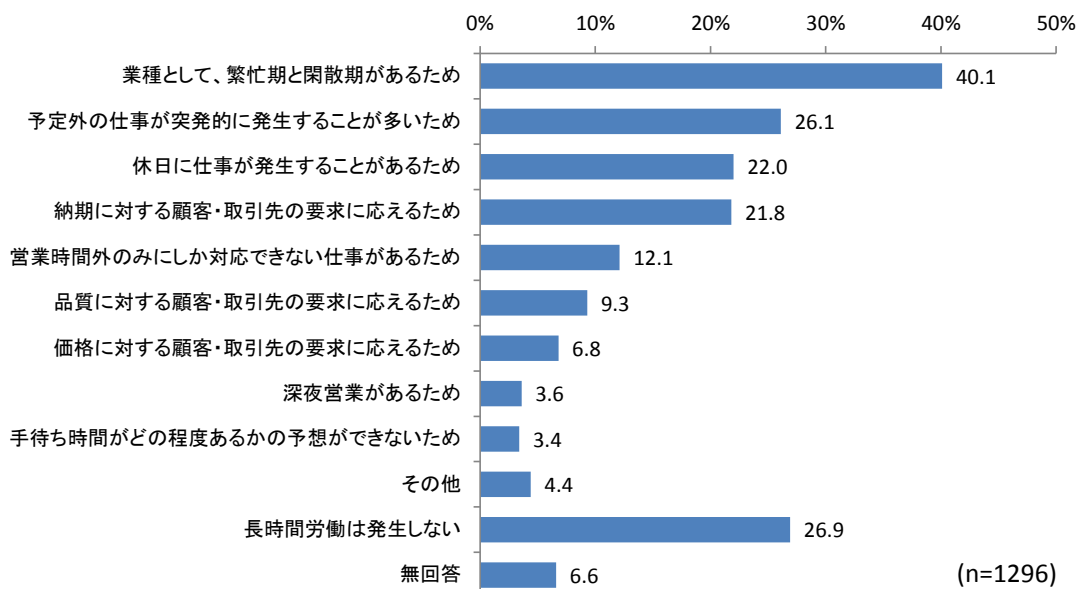
図表 530 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」の認知の有無



## ③事業の特性として考えられる、長時間労働の要因

事業の特性として考えられる長時間労働の要因は、「業種として、繁忙期と閑散期があるため」が40.1%で最も多く、次いで「予定外の仕事が発生的に発生することが多いため」が26.1%、「休日に仕事が発生することがあるため」が22.0%であった。「長時間労働は発生しない」は26.9%であった。

図表 531 事業の特性として考えられる、長時間労働の要因（複数回答）



#### ④過重労働の防止のために行政等に支援してほしいこと

過重労働の防止のために行政等に支援してほしいこととして、以下のような意見が挙げられた。

##### 《経済的支援について》

- 税制上の優遇、補助金制度等があるとよい。
- 景気を良くしてほしい。
- 国民全体の生活を支援してほしい。(税金、年金、医療、子育て、福祉、災害対策等) 等

##### 《事業支援について》

- 公共事業を増やしてほしい。業者の繁忙期に工事を集中させないようにしてほしい。
- 事業の単価を上げられるようにしてほしい。
- 労働賃金の引き上げと工期のゆとりが必要である。
- 各業界の重要性を尊重し、過度の規制緩和をしないでほしい。 等

##### 《人材の確保・育成について》

- 従業員を確保できる環境にしてほしい。
- 若者への就業支援が必要ではないか。
- サービス技術者を育てることを考えてほしい。
- 幼少の頃より教育が大事だと思う。教育指導、指導者育成が必要ではないか。 等

##### 《相談窓口・情報提供について》

- 気軽に相談できる窓口があるとよい。
- 同業者間のコミュニケーションや情報の交換などに力を入れてほしい。 等

##### 《ワーク・ライフ・バランス、健康支援について》

- ワーク・ライフ・バランスの実現、徹底が必要である。
- 健康診断を受けられるように受診日(曜日)や受診時間を配慮してほしい。
- 年1回、メンタルヘルスに関する健康診断を受けられるとよい。 等

##### 《法令遵守について》

- 企業としてコンプライアンス意識は高くなっているが担当者レベルではまだ高くなっていない。特に受注発注時、契約時の法令を周知徹底してもらえるような施策を望む。
- 労働基準監督署の人員を増やす必要があるのではないかと。 等

##### 《その他》

- 行政の手続き(確認申請、完了業務など)制度が頻繁に変更になり、また手続きも複雑な傾向にある。書類などが多いため、行政手続きを簡素化してほしい。
- 勤務時間内に済ませるように互いの業者に周知させる。
- 休日(定休日)が確保できるようにしてほしい。
- 少子高齢化の解消が必要である。 等