



THE ADECCO GROUP

## 【フリーランスを対象にした意識調査（2019年・2021年比較）】

### 「ワーク・ライフ・バランス」を重視する傾向が強く、

### 約 8 割がフリーランスを継続したいと回答

フリーランスを選択した理由「人間関係のストレス」が、増加傾向

【2021年12月24日 東京】

人財サービスのグローバルリーダーであるアデコグループの日本法人で、総合人事・人財サービスを展開するアデコ株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：川崎 健一郎）は、この度、現役フリーランスとして働いている 300 名を対象にフリーランスという働き方に関するアンケート調査を実施しました。本調査は、2019 年にも同条件の対象者に実施しており、経年による意識の変化についても比較分析しています。

#### 【調査結果サマリー】

- ✓ フリーランスを選択した理由：  
1 位「自分のペースで仕事をしたい」、2 位「自身でやりたい仕事をしたい」等、上位不動だが、**「職場の人間関係のストレス」**が上昇
- ✓ 会社員と比較したメリット・デメリット：  
**メリット「ワーク・ライフ・バランス」がとりやすい**、**デメリット「収入が不安定」**
- ✓ フリーランスに必要な能力：  
1 位「コミュニケーション力」、2 位「柔軟性」。**「情報収集力（2019年8位）」が3位に上昇**
- ✓ 今後の働き方：  
**約 8 割がフリーランスを継続したいと回答**
- ✓ フリーランスの年収：  
2019 年よりも**全体の年収は増加傾向**で、**1000 万円超プレーヤーも 3%**

#### 【弊社の見解】

今回の調査結果について、アデコ株式会社取締役でピープルバリュー本部長の土屋恵子は次のようにコメントしています。「働き方が多様化するなかで、フリーランスという働き方についても社会保障の整備が進む動きがあり、近年注目されている働き方です。フリーランスは自分の裁量で仕事を選択し、マネジメントすることができるため、『ワーク・ライフ・バランス』がとりやすい働き方といえるでしょう。しかし、コロナ禍により、フリーランスの働き方も大きな変化を余儀なくされました。例えば、対面でのコミュニケーションが減ったことにより、営業機会を失った人や業績の変化により受注が減少した人も少なくなかったのではないのでしょうか。そうしたなか、今回の調査では、「収入の不安定さ」をデメリットとし捉えている回答者が非常に多いにも関わらず、約 8 割にあたる 77.3%が今後もこの働き方を継続したいと回答しています。今後は、どのような働き方



においても自身のキャリアビジョンを明確にし、そのビジョンに合った企業や仕事、業務を選択していく力や自身のビジョンを分析・探求することが重要になると考えています」。



アデコ株式会社 取締役/ピープルバリュー本部長 土屋恵子

ケース・ウェスタン・リザーブ大学経営大学院組織開発修士課程修了。2015 年より現職。ジョンソン・エンド・ジョンソン、GE など、主にグローバルカンパニーで 20 年以上にわたり、統括人事・人材育成部門の統括責任者として日本およびアジアの人材育成、組織開発の実務に携わる。一人ひとりの個性や強みが生きる、多様で自律的なチーム・組織創りをテーマに、リーダーシップ開発、企業の社会的使命の共有による全社横断の組織改革、バリューに基づく個人の意識や行動変革の支援、組織診断・制度浸透などを手がける。

### <調査結果詳細>

#### フリーランスを選択した理由：上位不動だが、「職場の人間関係」によってフリーランスを選択したが上昇

現役フリーランス 300 名に対して、フリーランスという働き方を選択した理由を質問したところ、1 位は「自分のペースで仕事をしたかった」で、1 位から 4 位までの順位に 2019 年と変動はありませんでした。5 位に「職場の人間関係のストレスがあった」が入り、この項目は 2019 年では 7 位で順位が上昇しています。同じく、順位が上昇したものには「一つの会社に縛られたくない」が 2019 年では 8 位だったものが、2021 年には 6 位に上昇しました。

#### フリーランスを選択した理由について

(n=300、複数選択)

順位	項目	2021 年		対 2019 年	2019 年	
			%		順位	%
1	自分のペースで仕事をしたかった		57.3	→	1	60.7
2	自身がやりたい仕事をしたかった		43.7	→	2	53.0
3	働く時間を自分で決めたかった		43.3	→	3	47.0
4	仕事以外の自分の時間を確保したかった (ワーク・ライフ・バランスの充実)		36.0	→	4	35.0
5	職場の人間関係のストレスがあった		29.0	↑	7	28.7
6	自分のスキルや経験を極めたかった		26.3	↓	5	31.3
6	一つの会社に縛られたくなかった		26.3	↑	8	23.3
8	自分の力を試したかった		23.3	↑	9	21.3
8	働く地域や場所を選びたい		23.3	↑	10	18.7
9	収入を増やしたかった		23.3	↑	12	16.0

**会社員時代より良かったこと：1位「ワーク・ライフ・バランス」がとりやすい**

フリーランスになる前に、正社員や契約社員等の雇用形態で会社員として働いていたことがある129名を対象に、会社員時代と比較してフリーランスでよかったことを質問したところ、1位は「自分のペースで仕事ができる（ワーク・ライフ・バランスがとりやすい）」が最も多く、「仕事以外の自分時間が確保できる」、「やりたい仕事ができる」、「人間関係にストレスを感じなくてよい」が順に多い結果となりました。5位の「通勤ストレスがない」は、2019年には3位でしたが、コロナ禍となり会社員にもテレワークが普及したことで順位が下がったと考えられます。

**会社員時代と比較してフリーランスで良かったこと**

(n=129、複数選択)

順位	2021年		対 2019 年	2019年	
	項目	%		順位	%
1	自分のペースで仕事ができる（ワーク・ライフ・バランスがとりやすい）	65.1	→	1	65.3
2	仕事以外の自分の時間を確保できる	61.2	↑	4	54.5
3	自身がやりたい仕事ができている	59.7	↓	2	59.5
4	上司や同僚などの人間関係にストレスを感じなくてよい	58.9	↑	5	45.5
5	通勤のストレスがない	53.5	↓	3	55.4

**会社員時代より苦勞していること：1位「収入が不安定」、2位「確定申告の手続き」、3位「社会的信用が低い」**

フリーランスになる前に、正社員や契約社員等の雇用形態で会社員として働いていたことがある129名を対象に、会社員時代と比較して、フリーランスで苦勞していることについて質問しました。最も多かった回答は「収入が不安定」で、続いて「確定申告の手続きが煩わしい」、「社会的信用が低い」が上位にあげられました。2019年と比較しても、大きな変更はありませんでした。

**会社員時代と比較してフリーランスで苦勞していること**

(n=129、複数選択)

順位	2021年		対 2019 年	2019年	
	項目	%		順位	%
1	収入が不安定	69.0	→	1	72.7
2	確定申告の手続きが煩わしい	48.8	↑	3	41.3
3	社会的信用が低いこと	36.4	↓	2	42.1
4	福利厚生（研修支援、保養施設やスポーツクラブの利用など）が整備されていない	32.6	↑	6	28.9
5	仕事を自ら取ってこなくてはいけない	31.8	↓	4	36.4

### フリーランスに必要な能力：1位「コミュニケーション力」。「情報収集力（2019年8位）」が3位にアップ

現役フリーランスの300名を対象に、フリーランスとして働くうえで重要な能力を質問したところ1位は「コミュニケーション能力（2019年1位）」で、2位「柔軟性（2019年2位）」で順位に変動はありませんでしたが、3位の「情報収集力（2019年8位）」は、8位から5つ順位がアップし、重要な能力として捉えられていることがわかりました。

#### フリーランスとして働くうえで必要な能力

(n=300、複数選択)

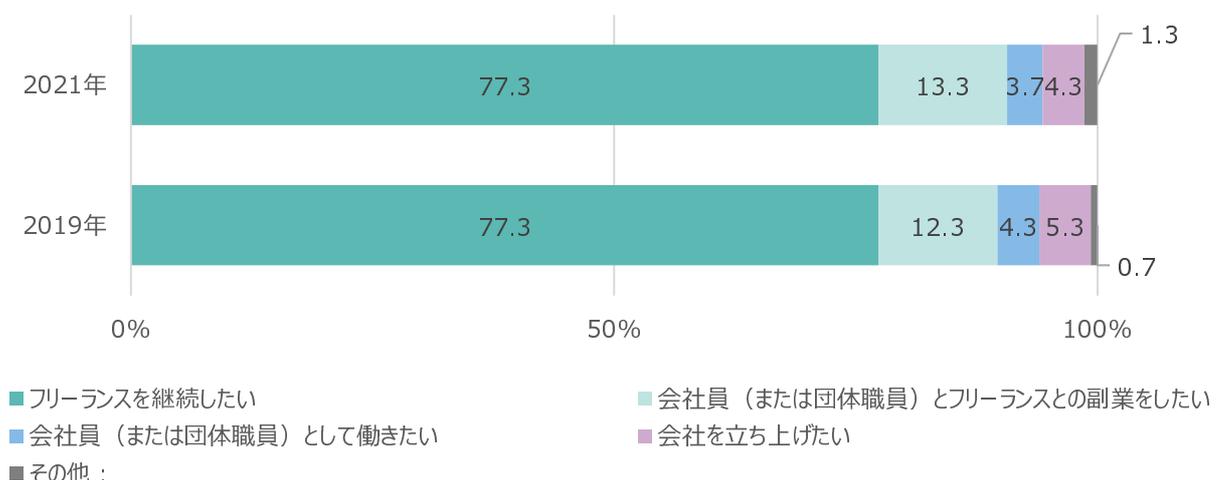
順位	2021年		対2019年	2019年	
	項目	%		順位	%
1	コミュニケーション能力	50.7	→	1	51.7
2	柔軟性	46.7	→	2	47.3
3	情報収集力	46.0	↑	8	42.7
4	時間管理能力	45.3	↓	3	47.0
5	適応力	45.0	↑	6	44.3
6	積極性・チャレンジ精神	45.0	↓	5	44.7
7	専門性	43.0	↑	4	46.7
8	マメさ、きめ細かさ	41.7	→	8	42.7
9	人脈・ネットワークを構築するスキル	39.0	↑	10	41.0
10	表現力・創造力	38.0	↓	7	43.7

#### 今後の働き方：フリーランスを継続したいとの回答が約8割

現役フリーランスの300名を対象に、今後の働き方で最も希望している働き方を質問したところ、約8割が「フリーランスを継続したい」と考えていることがわかりました。フリーランスは「収入が不安定」、「確定申告の手続きが煩わしい」等といった苦勞はあるものの、それ以上に自分らしく働けることや人間関係のストレスから解放されるというメリットを重視していることがわかりました。

#### 今後、どのような働き方を希望していますか

(n=300、単一回答)

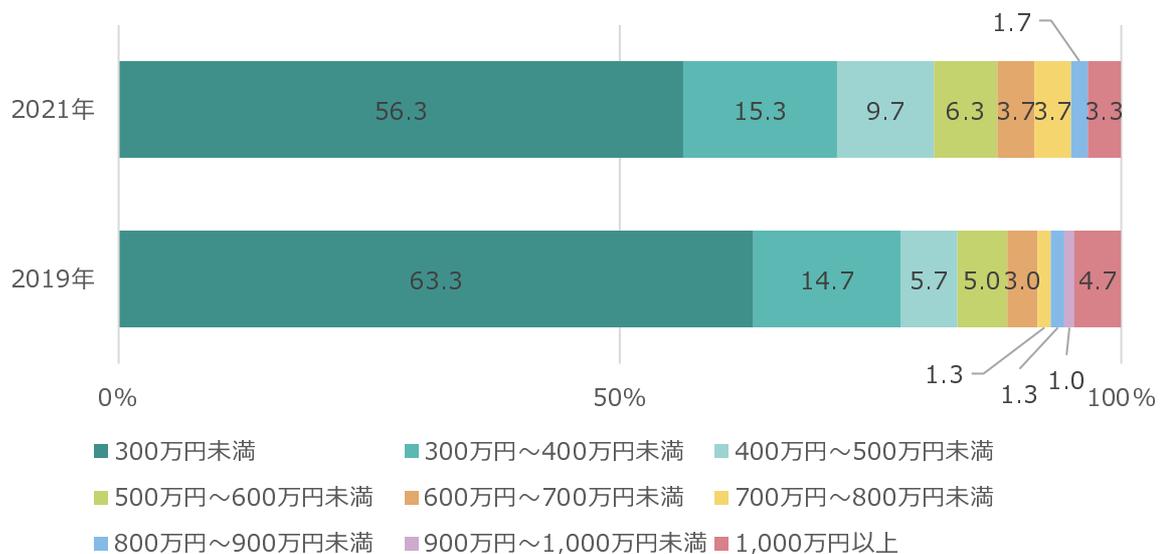


**フリーランス年収：2019年よりも全体の年収は増加傾向で、1000万円超プレーヤーも3%**

現役フリーランスの300名を対象に、1年間のフリーランスとしての年収を質問したところ、「300万円未満」という回答が56.3%で最も多いものの、2019年と比較すると7ポイント減少しており、「300万円以上」と回答した人が増加しました。なかには、「1000万円以上」という回答も3.3%あり、職種や業界によっては高収入を得ているフリーランスがいることがわかりました。

**フリーランスとしての年収**

(n=300、単一回答)

**【調査概要】**

調査対象：30代～40代の現役フリーランス

サンプル：①2019年300名、2021年300名

調査方法：インターネット調査

実施時期：①2019年6月25日～29日、②2021年10月25日～29日

※回答結果はパーセント表示を行っており、小数点以下第2位を四捨五入して算出しているため、各回答の合計が100%にならない場合があります。

**Adecco Group Japan について**

アデコグループは、世界60の国と地域で事業を展開する人財サービスのグローバルリーダーとして、働くすべての人々のキャリア形成を支援すると同時に、人財派遣、人財紹介、アウトソーシング、コンサルティングをはじめ、企業の多岐にわたる業務を最適化するソリューションを提供しています。日本においては、アデコ株式会社および株式会社VSN等の法人のもと、6つのブランドからなるサービスを展開し、人財が躍動できる社会の実現を目指し、さらなるサービスの強化に取り組んでいます。詳しい情報は、[www.adecgroup.jp](http://www.adecgroup.jp) をご覧ください。

**【本件に関するお問い合わせ先】**

Adecco Group Japan 広報部 Tel. 050-2000-7024