

**【2022年副業・兼業に関する調査-個人編-】  
副業をしている人の方が本業にも満足している傾向  
約4割が本業の収入に関係なく副業を続ける意向**

総合人材情報サービスの株式会社アイデム(本社:新宿区新宿/代表取締役社長:梶山 亮)は、副業に興味がある、もしくは既に副業をしている600名を対象に調査を実施しましたので、結果をお知らせします。本調査は個人の副業・兼業に対する意識や実情を明らかにすることを目的としています。

◆ **調査結果**

【就業規則内に副業・兼業の規定があるか】

「規定がある」35.2%、「規定がない」33.5%、「わからない」31.3%

副業が「認められていない」企業では「規定がある」56.9%

【本業の労働時間】

副業をしている人は「週10時間未満」33.3%、「40時間以上」23.3%

副業に興味がある人は「週40時間以上」40.7%、「週30時間以上40時間未満」23.0%

【副業・兼業の労働時間】

「週5時間未満」45.7%、「週5時間以上10時間未満」30.3%、約半数が週5時間未満を希望

【本業以外に仕事を持つ理由/もちたい理由】

「自由に使える資金を得たいから」41.7%、「生活する上でさらに収入が必要だから」33.2%、「余暇時間を活用したいから」28.5%

【副業・兼業のメリット】

副業をしている人は「好きな時間に働ける」30.3%、「収入への不安が減った」29.3%

副業に興味がある人は「収入への不安が減った」53.0%、「好きな時間に働ける」34.0%

【副業・兼業のデメリット】

副業をしている人は「特にない」31.3%、「余暇活動が取りにくい」21.0%

副業に興味がある人は「長時間労働になる」27.7%、「余暇活動が取りにくい」27.3%

【本業への満足度】

「満足している」25.8%、「どちらかという満足している」40.2%

副業をしている人の方が本業にも満足している傾向

【収入と副業・兼業への考え】

「収入に関係なく、副業・兼業を行う」が41.5%、「収入が充分なら、副業・兼業の仕事を調整する」が32.2%

約4割は本業の収入に関係なく、副業を続ける意向

## ◆ 調査概要

調査対象	調査方法	調査期間	有効回答
副業に興味がある、 もしくは既に副業をしている 18-70 歳	インターネット調査	2022 年 2 月 18 日～20 日 (3 日間)	600 名

## ◆ 調査・分析担当者のコメント: アイテム 東日本事業本部 データリサーチチーム

副業・兼業は、厚生労働省からもガイドラインが作られるなど、解禁する企業も少しずつ増えてきており、注目が集まっています。今回の調査では、副業をしている目的・したい目的は何なのか等、今副業をしている人と興味がある人の特徴をまとめています。例えば本業の満足度が高い場合、副業をしている人では副業の満足度も高い傾向にあることが明らかになりました。本調査全文では、実際に副業を始めるにあたりネックになっていることや、副業を選ぶ際の基準も記載しています。今副業者を受け入れていない企業の方にも注目いただきたい内容です。

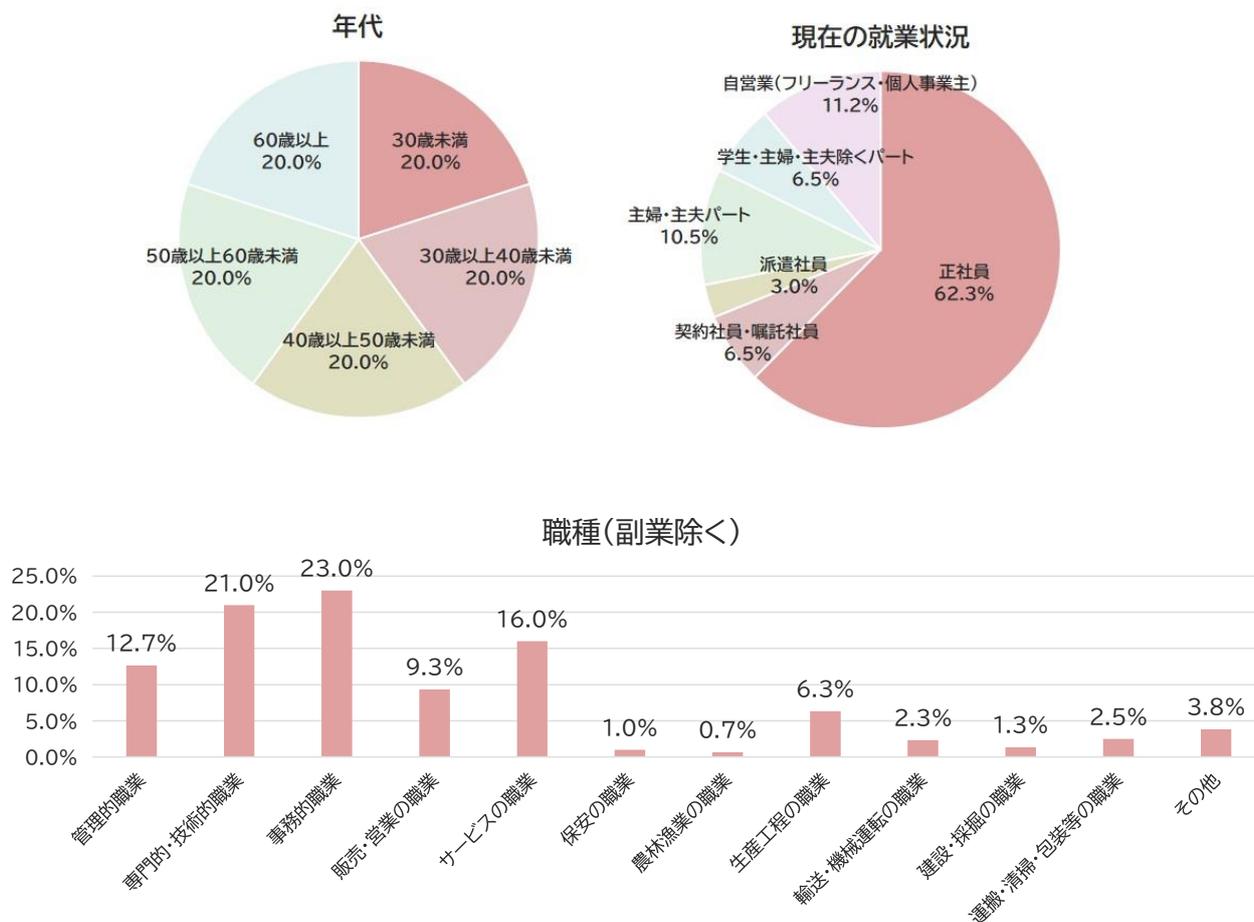
※ 本ニュースリリースは調査全文の一部を抜粋しているため、調査全文をご希望の際は、下記広報担当へお問い合わせいただくか、下記のウェブサイトからダウンロードしてください。

<https://apj.aidem.co.jp/enquete/>

<本件に関するお問い合わせ先>株式会社アイテム広報担当/望月 電話:03-5269-8780

## 調査結果の詳細(一部抜粋)

【回答者】



## 【就業規則内に副業・兼業の規定があるか】

「規定がある」35.2%、「規定がない」33.5%、「わからない」31.3%

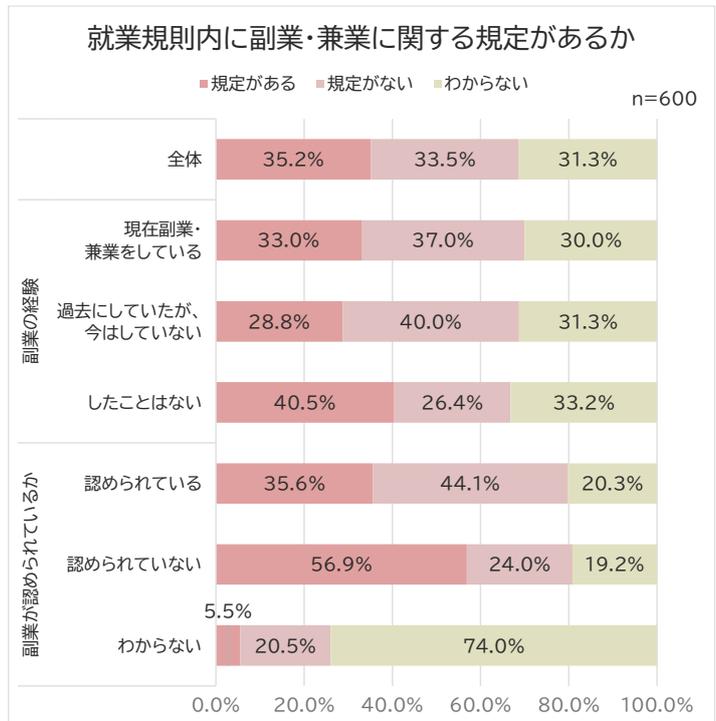
副業を「したことはない」人の所属する企業では「規定がある」が 40.5%で最多

対象者全員に、本業として勤める企業では、就業規則の中に副業・兼業に関する規定があるかをきいた。

全体では、「規定がある」が 35.2%、「規定がない」が 33.5%、「わからない」が 31.3%だった。

副業の経験別にみると、副業を「したことはない」人の所属する企業では「規定がある」が 40.5%で最多だった。「現在副業・兼業をしている」人の所属する企業では「規定がない」が 37.0%で最多だった。

所属企業の副業許可別にみると、副業が「認められている」企業では「規定がない」が最も多く 44.1%だった。副業を「認められていない」企業では「規定がある」が最多の 56.9%だった。副業を認めていない企業では、禁止規定を定めていることが多いようだ。また、副業の許可について「わからない」人は、副業の規定の有無も把握していない場合が多いようで、「わからない」が最多の 74.0%となった。



## 【本業の労働時間】

副業をしている人は「週 10 時間未満」33.3%、「40 時間以上」23.3%

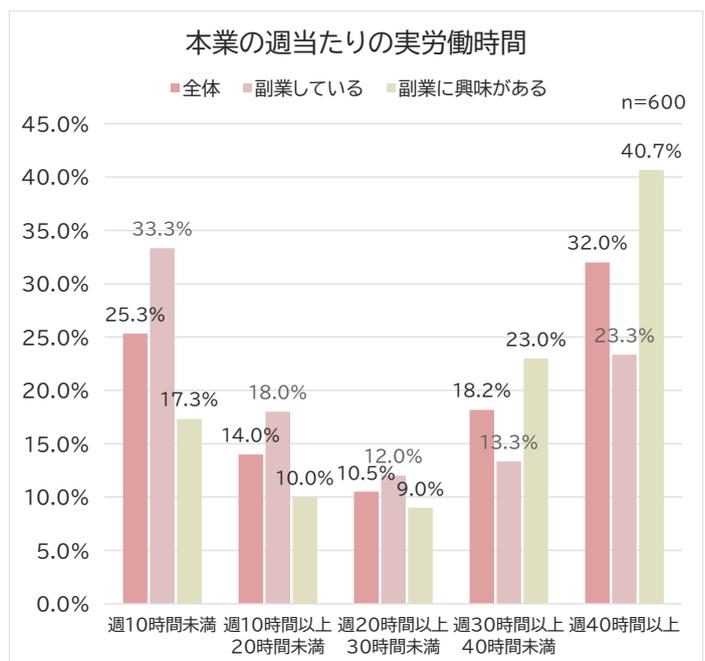
副業に興味がある人は「週 40 時間以上」40.7%、「週 30 時間以上 40 時間未満」23.0%

対象者全員に、本業として勤める企業での、週当たりの実労働時間（残業時間も含む）をきいた。

全体で最も多かったのは「週 40 時間以上」で 32.0%以上、次いで「週 10 時間未満」が 25.3%、「週 30 時間以上 40 時間未満」が 18.2%となった。

現在副業をしている人に絞ると、最も多かったのは「週 10 時間未満」の 33.3%だった。週 30 時間未満までは、全体平均よりも高くなっている。

現在副業はしていないが、副業に興味がある人に絞ると、最も多かったのは「週 40 時間以上」で 40.7%だった。30 時間を超える労働時間の人の割合は、全体の平均よりも多い。



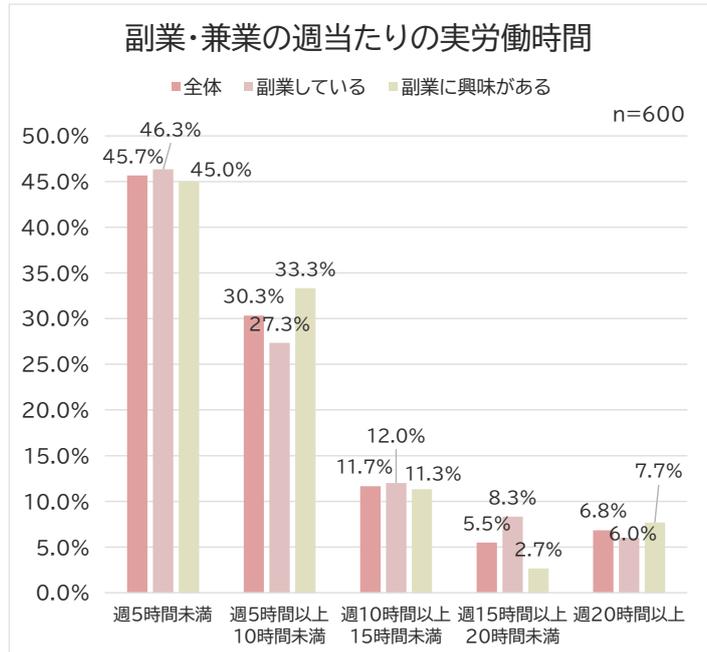
## 【副業・兼業の労働時間】

「週 5 時間未満」45.7%、「週 5 時間以上 10 時間未満」30.3%、約半数が週 5 時間未満を希望

現在副業をしている人に、副業・兼業の週当たりの実労働時間(残業時間を含む)をきいた。また、副業に興味がある人に、実際に副業・兼業を始めるとしたら、週何時間程度費やすことができると考えているかをきいた。

全体で最も多かったのは「週 5 時間未満」で 45.7%となり、およそ半数となった。次いで多かったのは「週 5 時間以上 10 時間未満」の 30.3%で、時間が多くなるにつれ回答割合は少なくなった。

現在副業をしている人が実際に副業・兼業で働く時間と、副業に興味がある人が考える副業に費やせる時間に、大きな差はみられなかった。



## 【本業以外に仕事を持つ理由/もちたい理由】

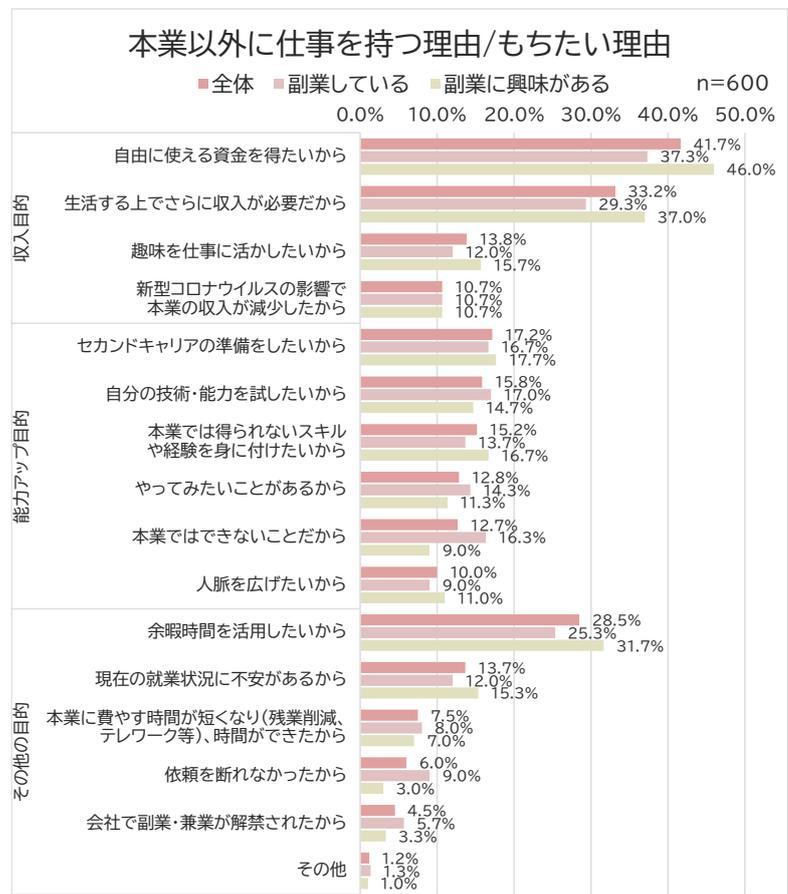
「自由に使える資金を得たいから」41.7%、「生活する上でさらに収入が必要だから」33.2%、「余暇時間を活用したいから」28.5%

現在副業をしている人に、本業以外に仕事を持つ理由をきいた。また、副業に興味がある人に、本業以外に仕事をもちたい理由をきいた。どちらも複数回答。

全体で最も多かったのは「自由に使える資金を得たいから」で 41.7%、次いで「生活する上でさらに収入が必要だから」が 33.2%、「余暇時間を活用したいから」が 28.5%となった。

現在副業をしている人の選んだ理由の中では、「自分の技術・能力を試したいから」(17.0%)、「やってみようことがあるから」(14.3%)、「本業ではできないことだから」(16.3%)が全体より高い。挑戦や興味関心が意欲の基になっている人がいるようだ。

副業に興味がある人の理由の中では、全体上位 3 項目が特に高くなっている。特に収入目的で副業に関心を寄せている人がより多いようだ。



## 【副業・兼業のメリット】

副業をしている人は「好きな時間に働ける」30.3%、「収入への不安が減った」29.3%

副業に興味がある人は「収入への不安が減った」53.0%、「好きな時間に働ける」34.0%

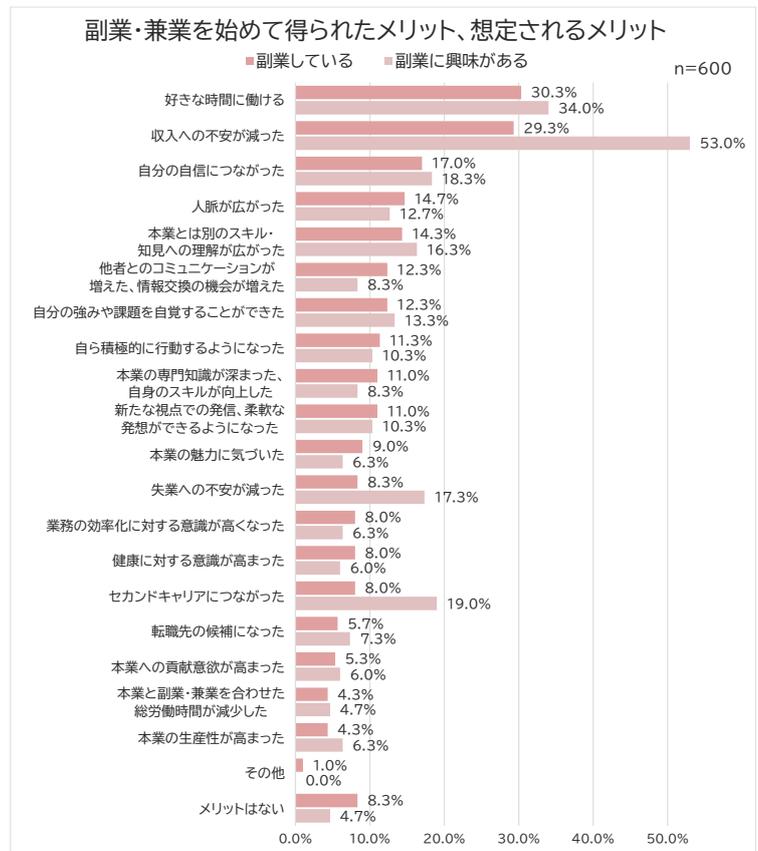
現在副業をしている人に、副業・兼業を始め得られたメリットをきいた。また、副業に興味がある人には、副業・兼業をすることで得られると思っているメリットをきいた(複数回答)。

現在副業をしている人では、最も多かったのが「好きな時間に働ける」で30.3%、次いで「収入への不安が減った」が29.3%、「自分の自信につながった」が17.0%となった。

副業に興味がある人が考えるメリットとして最も多かったのは「収入への不安が減った」で53.0%、次いで「好きな時間に働ける」が34.0%、「セカンドキャリアにつながった」が19.0%となった。

特にこれから副業をしたいと考えている人の中では、副業・兼業をすることが、収入や失業に関する不安の払しょくにつながるとしている人が多いようだ。

「転職先の候補になった」という意見は1割未満で少ないようだ。



## 【副業・兼業のデメリット】

副業をしている人は「特にない」31.3%、「余暇活動が取りにくい」21.0%

副業に興味がある人は「長時間労働になる」27.7%、「余暇活動が取りにくい」27.3%

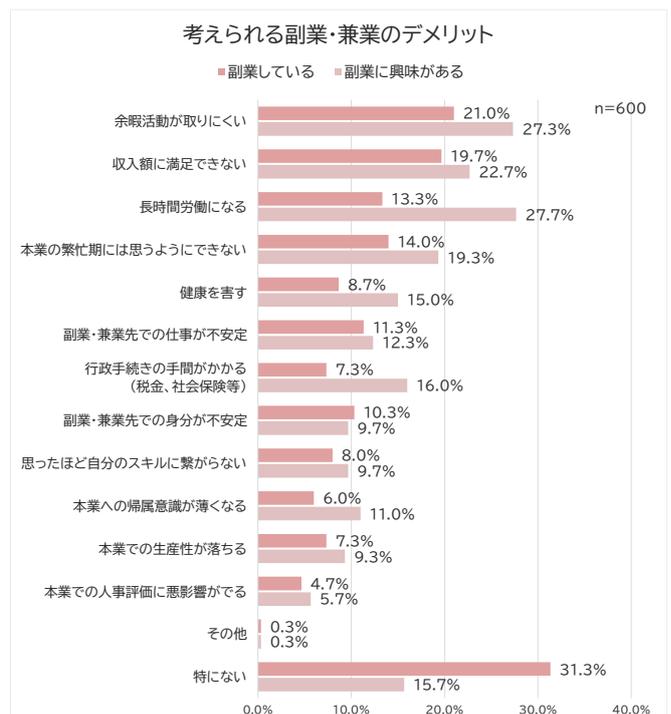
対象者全員に、副業・兼業をするうえで考えられるデメリットは何かをきいた(複数回答)。

全体では、「余暇活動が取りにくい」が24.2%、次いで「収入に満足できない」が21.2%、「長時間労働になる」が20.5%となった。

現在副業をしている人では、「特にない」が最も多かった(31.3%)。およそ3割の人は現状マイナスと感ずることが無いようだ。

副業に興味がある人の中では、「長時間労働になる」がデメリットの中で最も多かった(27.7%)。「余暇活動が取りにくい」「本業の繁忙期には思うようにできない」という意見も多く、時間管理で懸念点が多そうだ。

「行政手続きの手間がかかる」や「健康を害す」については、まだ副業をしていない人にとっては懸念事項のようだが、実際に始めている人にとってはあまりデメリットとしてとらえられていないようだ。



## 【本業への満足度】

「満足している」25.8%、「どちらかという満足している」40.2%

副業をしている人の方が本業にも満足している傾向

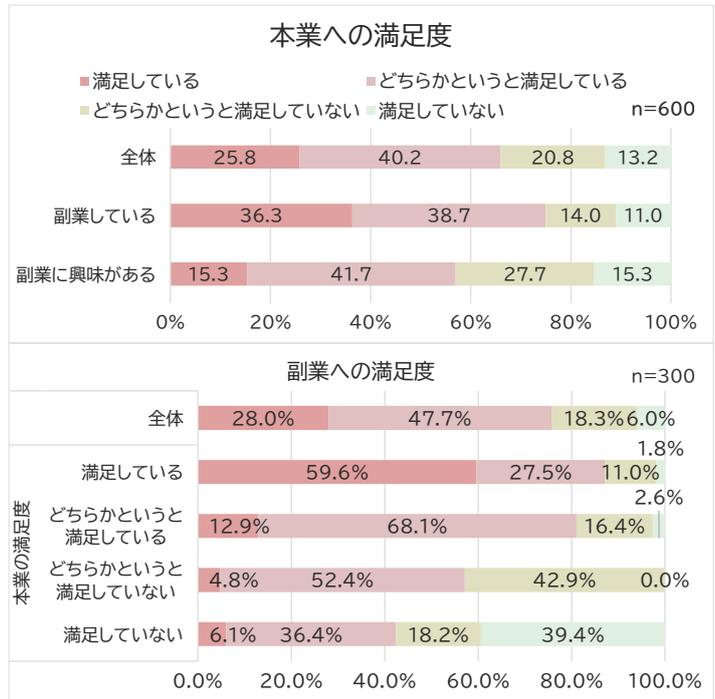
対象者全員に、本業への満足度をきいた。また、現在副業をしている人には、副業の満足度もきいた。

本業への満足度は、「満足している」が25.8%、「どちらかという満足している」が40.2%で、7割弱の人が満足と回答した。

副業の実施状況別にみると、「副業をしている」人の方が本業にも満足している割合が多くなった。

副業への満足度は、「満足している」が28.0%、「どちらかという満足している」が47.7%で、8割弱の人が満足と回答した。

本業の満足度別にみると、本業に「満足している」人の場合、副業も「満足している」が59.6%、「どちらかという満足している」が27.5%となり、9割弱が満足と回答した。一方で、本業に「満足していない」人の場合、副業も「満足していない」(39.4%)「どちらかという満足していない」(18.2%)という割合が増えた。



## 【収入と副業・兼業への考え】

「収入に関係なく、副業・兼業を行う」が41.5%、「収入が充分なら、副業・兼業の仕事を調整する」が32.2%

約4割は本業の収入に関係なく、副業を続ける意向

対象者全員に、本業での収入が自身の満足できる額である場合、副業・兼業はどうするのかをきいた。なお、副業に興味がある人には、副業をしていると仮定して答えてもらった。

全体では、「収入に関係なく、副業・兼業を行う」が41.5%、「収入が充分なら、副業・兼業の仕事を調整する」が32.2%、「収入が充分なら、副業・兼業は行わない」が26.3%となった。約4割は、本業の収入に関係なく、副業を続ける意思があるようだ。

副業状況別にみると、現在「副業をしている」人では5割以上が「収入に関係なく、副業・兼業を行う」とし、今はしていないが「副業に前向き」な人は「収入が充分なら、副業・兼業は行わない」が34.3%と高くなった。

本業の月収別にみると、月収が高くなるにつれ「収入に関係なく、副業・兼業を行う」と回答した割合が増加した。一方で、本業の月収が「1~10万円未満」の場合、副業・兼業を収入補填的にとらえている人が多いようだ。

