

2025 年 10 月 1 日

報道関係各位

## フリーランスとして働く人の意識・実態調査2025

日本労働組合総連合会(略称:連合、所在地:東京都千代田区、会長:芳野 友子)は、この度、フリーランスとして働く人の意識と実態を把握するため、「フリーランスとして働く人の意識・実態調査2025」を2025年6月27日～7月1日の5日間でインターネットリサーチにより実施し、全国の20歳以上の男女でフリーランスとして働く人1,000名の有効サンプル(※)を集計しました(調査協力機関:ネットエイジア株式会社)。

※フリーランスを本業として仕事をしている人を対象、仕事内容は「文化・芸能・芸術関連」と「その他」で6割以上を占める結果となっている。

### 【調査結果のポイント】

#### 《物価は上昇しても報酬は上がらないフリーランスの実態》

- ◆ 近年の物価上昇による影響 「生活が苦しくなった」フリーランスの 45.7%、  
「業務に必要なコストが上昇した」フリーランスの 27.8%
- ◆ 2024 年 12 月以前と比較して報酬が「変わらない」「引き下げられた」  
フリーランスの 89.8%

#### 《フリーランス法の浸透度合い》

- ◆ フリーランス法の理解率は 39.0%

#### 《フリーランス法施行後も改善されない現場の課題の実態》

- ◆ 「取引条件が口約束のみで明示されない」という“問題があった”と 45.5%が回答、  
うち問題が改善されていない 63.3%
- ◆ 「期日までにきちんと報酬が支払われない」という“問題があった”と 35.9%が回答、  
うち問題が改善されていない 55.2%
- ◆ 期間が 1 カ月以上の業務委託  
「コスト上昇分の取引価格への考慮」では業務受託者の 35.8%が  
“問題があった”と回答、うち 72.3%が問題が改善されていない
- ◆ 「もともと一方的に報酬額は決定されず、交渉に応じてもらっている」44.2%
- ◆ 「一方的に報酬額を決められている」55.8%、そのうち交渉を申し出ていた人の 62.5%  
が問題が改善されていないと回答

#### 《労災保険の特別加入制度について》

- ◆ 認知率は 27.8%、「すでに加入している・利用したいと思う」は 20.3%にとどまる

**◆フリーランスとしての働き始めたきっかけや仕事に対する満足度について(p.6-p.9)**

- ・フリーランスとして働き始めたきっかけ 1位「好きなことを仕事にしたいから」  
2位「場所や時間にとらわれずに自由に働きたいから」「自分の専門性を活かすため」  
60代以上では「自分の専門性を活かすため」が高い結果に
- ・フリーランスとしての働き方に満足している人の割合 「仕事全体」では53.4%
- ・フリーランスとしての働き方に満足している人の割合  
「仕事内容・質」では60.9%、「労働時間」では58.0%、「働きがい・やりがい」では61.0%、  
「プライベートとの両立」では66.8%、「収入」では26.0%にとどまる
- ・フリーランスとしての働き方についての将来への展望 「ない」が30.4%、  
クリエイティブ関連では「ない」が38.1%

**◆フリーランスの働き方の実態について(p.10-p.13)**

- ・「発注者からの仕事の依頼を断ることができない」フリーランスの24.1%、クリエイティブ関連では29.8%
- ・「受注した仕事の進め方等について発注者から指示を受けている」フリーランスの25.2%、  
暮らし・学び関連では41.5%
- ・「仕事を行う場所、時間を決められたり、作業時間や休憩時間などを管理されている」  
フリーランスの19.2%、暮らし・学び関連では36.6%
- ・「受注した仕事について、自分の判断で第三者に行わせたり、補助者を使うことが認められていない」  
フリーランスの17.7%、暮らし・学び関連では29.3%
- ・「仕事に使用する機械、器具等は委託事業者が用意している」フリーランスの20.8%、  
暮らし・学び関連では36.6%
- ・「同様の業務を行う同じ職場で働く正規従業員と比較して、同じ報酬を得ている」  
フリーランスの73.5%が「どちらともいえない／わからない」
- ・「作業時間や作業日数に応じて報酬が決まっていたり、欠勤をしたことで報酬を減額されたり、  
逆に残業したことで通常の報酬とは別に手当が支給されることがある」フリーランスの15.3%、  
暮らし・学び関連では34.1%

**◆近年の物価上昇による影響(p.14-p.15)**

- ・近年の物価上昇による影響 「生活が苦しくなった」フリーランスの45.7%、40代では52.7%  
「業務に必要なコストが上昇した」フリーランスの27.8%、60代以上では31.5%
- ・「報酬が引き上げられていない」フリーランスの89.8%、「引き上げられた」IT関連では16.2%

**◆フリーランス法の浸透度合いについて(p.16-p.17)**

- ・2024年11月施行のフリーランス法 フリーランスの理解率は39.0%
- ・フリーランス法をどのようにして知り、学んだか 「テレビ・ラジオ・新聞報道」が1位、60代以上では54.2%

**◆フリーランス法の実効性について(p.18-p.25)**

- ・発注者との取引に関する問題についてフリーランス法施行前後の改善割合  
「期日までにきちんと報酬が支払われない」という問題があった 35.9%、  
うち問題が改善されていない55.2%

「フリーランス募集の広告等に、虚偽や誤解を生じさせるなど正確ではない表示がある」では問題があった37.8%、うち問題が改善されていない59.5%

「相談窓口の設置などハラスメントが起きないように必要な措置を発注者が講じていない問題があった」39.6%、うち問題が改善されていない64.9%

「委託内容や報酬額、納期等の取引条件が口約束のみで、書面やメール、SNSのメッセージ等で明示されない問題があった」45.5%、うち63.3%が問題が改善されていない  
いずれの問題でも改善されていない人が過半数という結果に

・期間が1カ月以上の業務委託の場合に法律で定められている禁止行為の実態

「取引価格にコスト上昇分が考慮されていない」では業務受託者の35.8%が“問題があった”と回答、うち72.3%が問題が改善されていないと回答

・「1カ月以上の期間で行う業務委託について、発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない問題があった」は業務受託者の55.8%

・“発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない”問題に対して、実際に交渉を申し出ていた人は60.0%、交渉を申し出ていない理由は「交渉する機会がないから」が最多

・“発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない”問題について、フリーランス法施行後再び交渉を申し出ていたのに改善していない割合は62.5%

・6カ月以上の期間で行う業務委託について、発注者との取引に関する問題

「自身の申し出に応じて、育児介護等と業務を両立できるような発注者からの配慮がなかった」36.6%、うち70.5%が問題が改善されていない

「発注者が契約の解除や不更新をしようとする場合、やむを得ない場合を除いて

30日前までにその旨を予告しない」では34.8%が“問題があった”うち62.5%が問題が改善されていない

---

#### ◆労災保険の特別加入制度について(p.26-p.27)

・“労災保険の特別加入制度”の加入対象拡大 認知率は27.8%、事務・ビジネス関連の人では44.1%

・“労災保険の特別加入制度”の利用希望 「すでに保険に加入している・利用したいと思う」は20.3%、  
“利用したいと思わない”“分からない”理由TOP3は  
「金銭的な余裕がないから」「制度がよく分からないから」「健康保険証があるから」

---

#### ◆フリーランスの仕事の悩みと労働環境について(p.28-p.30)

・仕事に関する悩みの相談相手TOP3 「フリーランス仲間」「同業者」「友人」  
一方で、「相談する相手がいない」が43.3%

・「個人では解決できない問題に対するために、フリーランス同士でつながりたいと思う」27.9%、  
20代では38.6%

・フリーランスがより働きやすくなるために必要だと思うこと

1位「フリーランスの立場や権利を守る法律の整備」

20代・30代では「フリーランスが利用できる福利厚生」が1位

---

#### ◆回答者の基本的属性(p.31-p.32)

## 調査に関するコメント

日本労働組合総連合会  
総合運動推進局長  
春田雄一

今回の調査は、いわゆるフリーランスの働き方の実態や価格転嫁の状況、フリーランス法の実効性の把握等のために実施しました。

近年の物価上昇の影響により、45.7%のフリーランスが生活が苦しくなっており、27.8%が業務コストが上昇したと回答している一方で、89.8%が報酬が引き上げられておらず、適切な価格転嫁が進んでいないことが明らかになりました。半数以上のフリーランスは一方的に報酬が決められ、交渉すらままならない状況にあり、価格交渉のうえでの適切な価格転嫁による報酬の引き上げはフリーランスにとっても喫緊の課題であることが改めて認識されました。

フリーランスの脆弱なセーフティネットの改善を求める声を背景に、発注者との適正な取引と就業環境の整備を目的にしたフリーランス法が2024年11月に施行されました。法律の内容を一定程度理解している割合は39.0%と浸透は認められるものの、法で定められた義務と禁止行為をもとに、法施行前後で発注者との取引の問題が解決されたかどうか問うたところ、いずれの問題も、改善されていない人が過半数を超え、法の実効性に課題があることが分かりました。

労災保険の特別加入制度については、認知度が27.8%にとどまり、利用したいと思わない理由の上位に「制度がよく分からないから」が挙げられているなど、周知活動に課題が残ります。連合は、フリーランスで働く人たちのセーフティネット機能の拡大・充実をめざし特別加入団体・連合フリーランス労災保険センターを通じて、引き続き労災保険の特別加入制度を広く認知していただくための活動と加入促進に向けた活動を展開していきます。あわせて、フリーランスで働く人たちの安全・衛生に関する意識の向上を図るための施策を実施することで、より安心して働ける環境を整えていきます。

連合は、今回の調査結果で明らかとなった実態を踏まえて、引き続き「すべての働く仲間の『必ずそばにいる存在』」として、フリーランスが安心して働くことができる社会の実現のために取り組んでまいります。

**Qa(仕事内容の職種内訳)****【文化・芸能・芸術】**

俳優／ダンサー／音楽家／声優／タレント／デザイナー・イラストレーター／アニメーター／ライター／カメラマン／文筆家／ラジオ DJ／文学／美術・写真・デザイン／演劇・舞踊／漫画、アニメーション／伝統的な芸能(雅楽、能楽、文楽、歌舞伎、組踊、邦楽等)／芸能(講談、落語、浪曲、漫談、漫才、歌唱)／生活文化・国民娯楽(茶道、華道、書道、食文化、囲碁・将棋等)／公演、展示、映画・映像等にかかる専門分野(演出、監督、振付、美術、照明、音響、制作等)／その他エンターテイナー

**【営業・販売関連】**

営業／接客／販売 等

**【事務・ビジネス関連】**

秘書／各種事務サポート／広報・マーケティング／リサーチ・分析／人事スペシャリスト／経理・財務スペシャリスト／総務スペシャリスト／経営管理スペシャリスト／経営コンサルタント／士業 等

**【IT 関連】**

IT コンサルタント／システムエンジニア／データアナリスト・データエンジニア／プログラマー／WEB デザイナー 等

**【クリエイティブ関連】**

編集／DTP／ライター／設計・製図 等

**【理・美容関連】**

美容師／エステティシャン／ネイリスト／スタイリスト／メイクアップアーティスト 等

**【暮らし・学び関連】**

ベビーシッター・保育／教育／習い事講師／ハウスキーパー(家事全般)／料理 等

**【からだ・健康関連】**

医療・看護・薬事／介護／スポーツトレーナー・インストラクター／鍼灸・マッサージ 等

**【ものづくり・ものはこび関連】**

製造・工作／建築・建設／運送 等

**【コミュニケーション関連】**

通訳・翻訳／観光ガイド・バスガイド 等

**【その他専門職】**

その他



## 調査結果

### 《フリーランスとして働き始めたきっかけや仕事に対する満足度について》

#### ◆フリーランスとして働き始めたきっかけ 1位「好きなことを仕事にしたいから」

#### 2位「場所や時間にとらわれずに自由に働きたいから」「自分の専門性を活かすため」

#### 60代以上では「自分の専門性を活かすため」が最も高い結果に

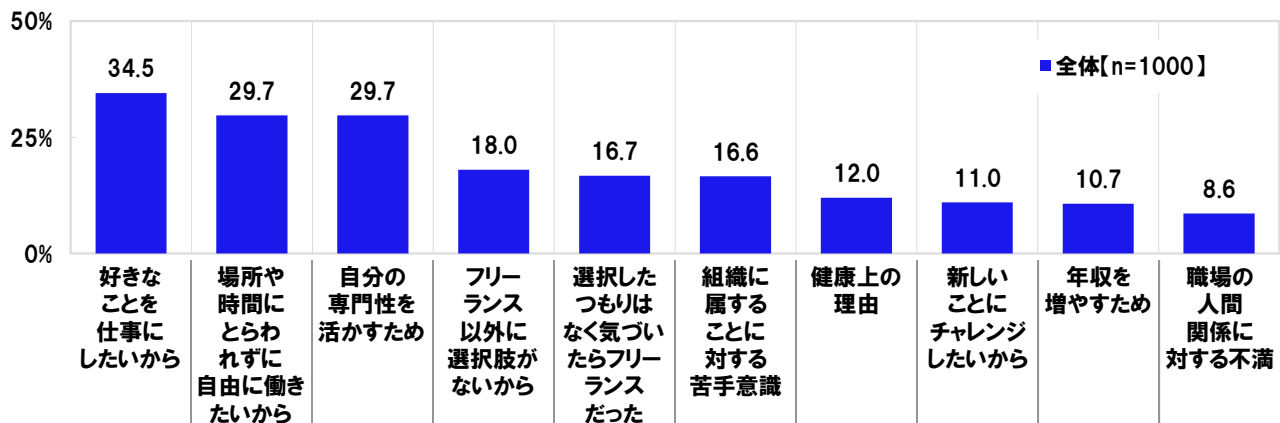
全国の 20 歳以上の男女でフリーランスとして働く人 1,000 名(全回答者)に、フリーランスとして働く人の仕事の実態について質問しました。

まず、全回答者(1,000 名)に、フリーランスとして働き始めたきっかけを聞いたところ、「好きなことを仕事にしたいから」(34.5%)が最も高くなり、「場所や時間にとらわれずに自由に働きたいから」「自分の専門性を活かすため」(いずれも 29.7%)、「フリーランス以外に選択肢がないから」(18.0%)、「選択したつもりはなく気づいたらフリーランスだった」(16.7%)が続きました。

世代別にみると、20 代では「新しいことにチャレンジしたいから」(21.4%)が全体と比べて 10 ポイント以上高くなりました。また、60 代以上では「自分の専門性を活かすため」(42.2%)が 1 位でした。

仕事内容別にみると、文化・芸能・芸術とからだ・健康関連では「好きなことを仕事にしたいから」(順に 49.0%、49.1%)、事務・ビジネス関連と暮らし・学び関連では「自分の専門性を活かすため」(順に 39.7%、56.1%※暮らし・学び関連では「好きなことを仕事にしたいから」と同率)、IT 関連とクリエイティブ関連では「場所や時間にとらわれずに自由に働きたいから」(順に 35.4%、32.1%)が 1 位でした。

#### フリーランスとして働き始めたきっかけ〔複数回答形式〕 ※上位10位までを表示



#### フリーランスとして働き始めたきっかけ〔複数回答形式〕 ※上位10位までを表示

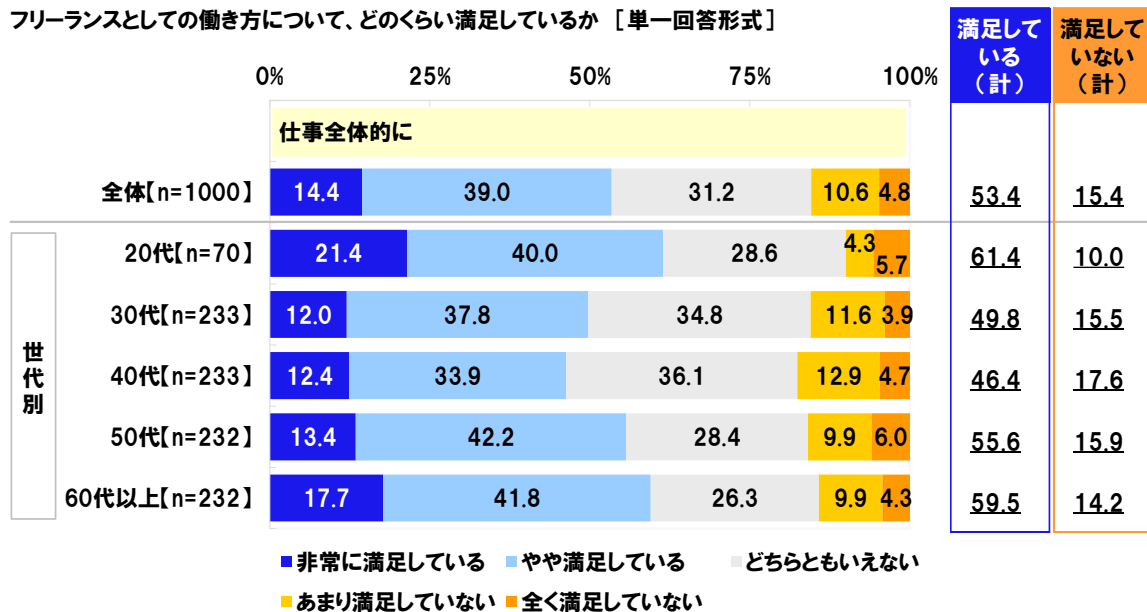
		n数	好きなことを仕事にしたいから	場所や時間にとらわれずに自由に働きたいから	自分の専門性を活かすため	フリーランス以外に選択肢がないから	選択したつもりはなく気づいたらフリーランスだった	組織に属することに對する苦手意識	健康上の理由	新しいことにチャレンジしたいから	年収を増やすため	職場の人間関係に對する不満
世代別	全体	1000	34.5	29.7	29.7	18.0	16.7	16.6	12.0	11.0	10.7	8.6
	20代	70	44.3	30.0	24.3	17.1	12.9	12.9	10.0	21.4	18.6	7.1
	30代	233	38.2	27.9	21.0	16.7	14.6	15.0	16.3	13.3	15.0	10.3
	40代	233	30.5	32.6	24.9	20.6	18.0	18.9	13.3	9.0	11.2	9.0
	50代	232	30.6	27.6	32.3	19.4	19.4	19.0	13.4	7.8	5.2	10.3
	60代以上	232	35.8	30.6	42.2	15.5	15.9	14.7	5.6	10.8	9.1	5.2
仕事内容別	文化・芸能・芸術関連	312	49.0	27.2	33.7	23.1	21.8	15.4	10.9	9.0	7.1	8.0
	事務・ビジネス関連	68	20.6	36.8	39.7	11.8	8.8	19.1	17.6	10.3	7.4	10.3
	IT関連	99	15.2	35.4	23.2	10.1	13.1	25.3	11.1	11.1	20.2	5.1
	クリエイティブ関連	84	26.2	32.1	23.8	22.6	25.0	20.2	14.3	15.5	7.1	11.9
	暮らし・学び関連	41	56.1	36.6	56.1	12.2	19.5	26.8	12.2	12.2	19.5	9.8
	からだ・健康関連	57	49.1	21.1	40.4	7.0	15.8	14.0	3.5	8.8	14.0	8.8
	その他	339	26.5	28.9	22.4	18.3	12.4	13.0	13.0	12.1	11.2	8.8
<span style="color: #f4a460;">■</span> 全体比+10pt以上 / <span style="color: #ffff00;">■</span> 全体比+5pt以上 / <span style="color: #a4f4a4;">■</span> 全体比-5pt以下 / <span style="color: #a4a4f4;">■</span> 全体比-10pt以下 (％)												

# ◆フリーランスとしての働き方に満足している人の割合「仕事全体」では 53.4%

全回答者(1,000 名)に、フリーランスとしての働き方について、どのくらい満足しているか聞いたところ、【仕事全体的に】では「非常に満足している」が 14.4%、「やや満足している」が 39.0%で『満足している(計)』は 53.4%、「全く満足していない」が 4.8%、「あまり満足していない」が 10.6%で『満足していない(計)』は 15.4%となりました。フリーランスとして働く人の半数以上が、総合的にみて、満足のいく働き方ができていると感じています。

世代別にみると、満足している人の割合が最も高くなったのは 20 代(61.4%)、最も低くなったのは 40 代(46.4%)でした。

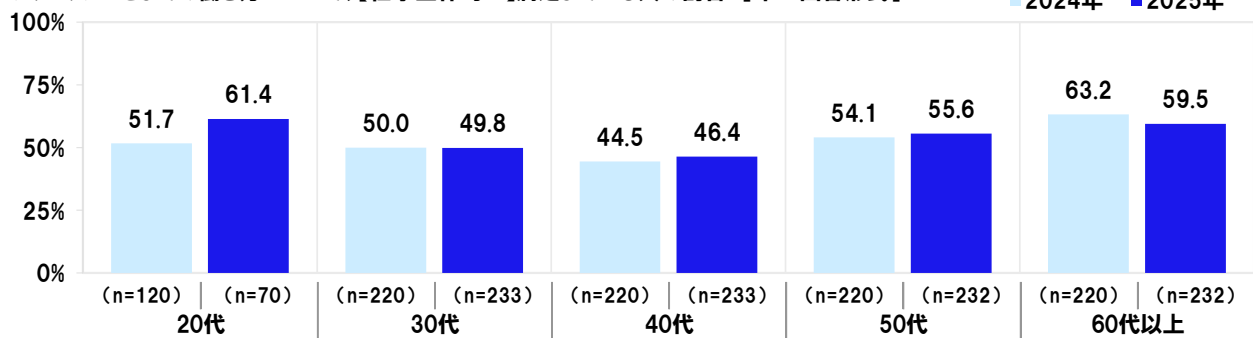
フリーランスとしての働き方について、どのくらい満足しているか [単一回答形式]



昨年の調査結果(※)と世代別に比較すると、満足している人の割合は、20 代では 9.7 ポイントの上昇(2024 年 51.7%、2025 年 61.4%)となりました。

※日本労働組合総連合会『フリーランスとして働く人の意識・実態調査 2024』(2024 年 8 月 5 日発表)

フリーランスとしての働き方について、【仕事全体的に】満足している人の割合 [単一回答形式]

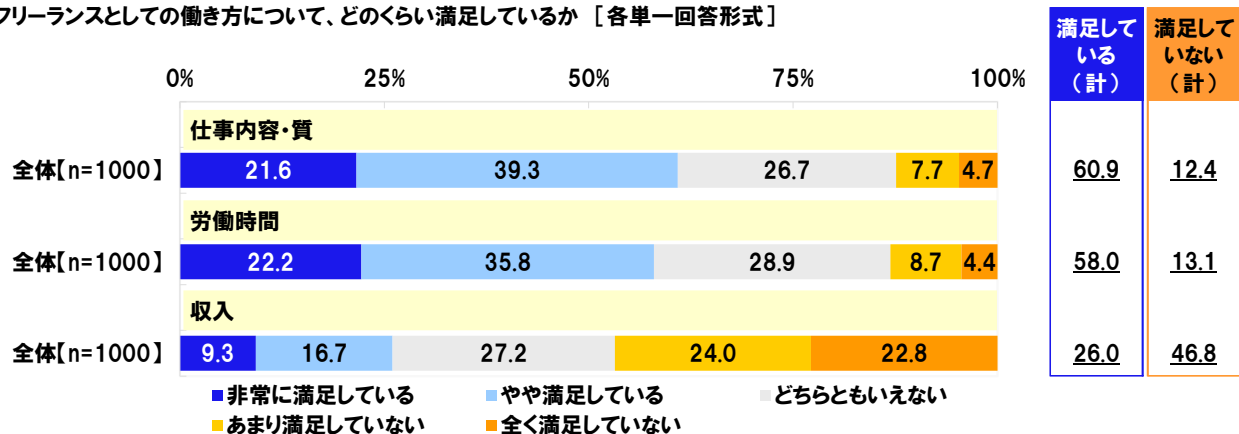


# ◆フリーランスとしての働き方に満足している人の割合

「仕事内容・質」では60.9%、「労働時間」では58.0%、「働きがい・やりがい」では61.0%、「プライベートとの両立」では66.8%、「収入」では26.0%にとどまる

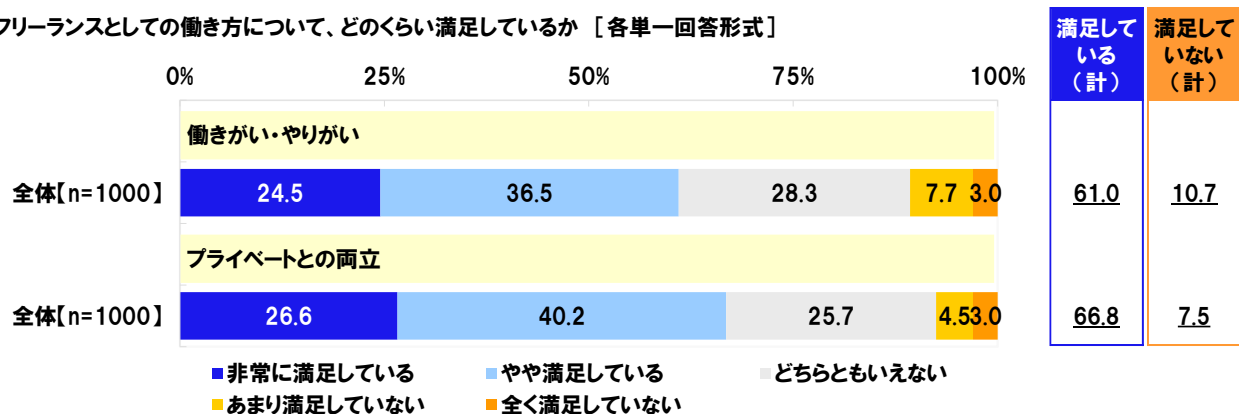
【仕事内容・質】では『満足している(計)』は 60.9%、【労働時間】では『満足している(計)』は 58.0%と、いずれも約 6 割の人が満足していることがわかりました。他方、【収入】では『満足している(計)』は 26.0%、『満足していない(計)』は 46.8%となり、半数近くが収入に満足できていない実態が明らかになりました。

フリーランスとしての働き方について、どのくらい満足しているか [各単一回答形式]



【働きがい・やりがい】では『満足している(計)』は 61.0%、【プライベートとの両立】では『満足している(計)』は 66.8%と、いずれも満足している人が多数となりました。

フリーランスとしての働き方について、どのくらい満足しているか [各単一回答形式]





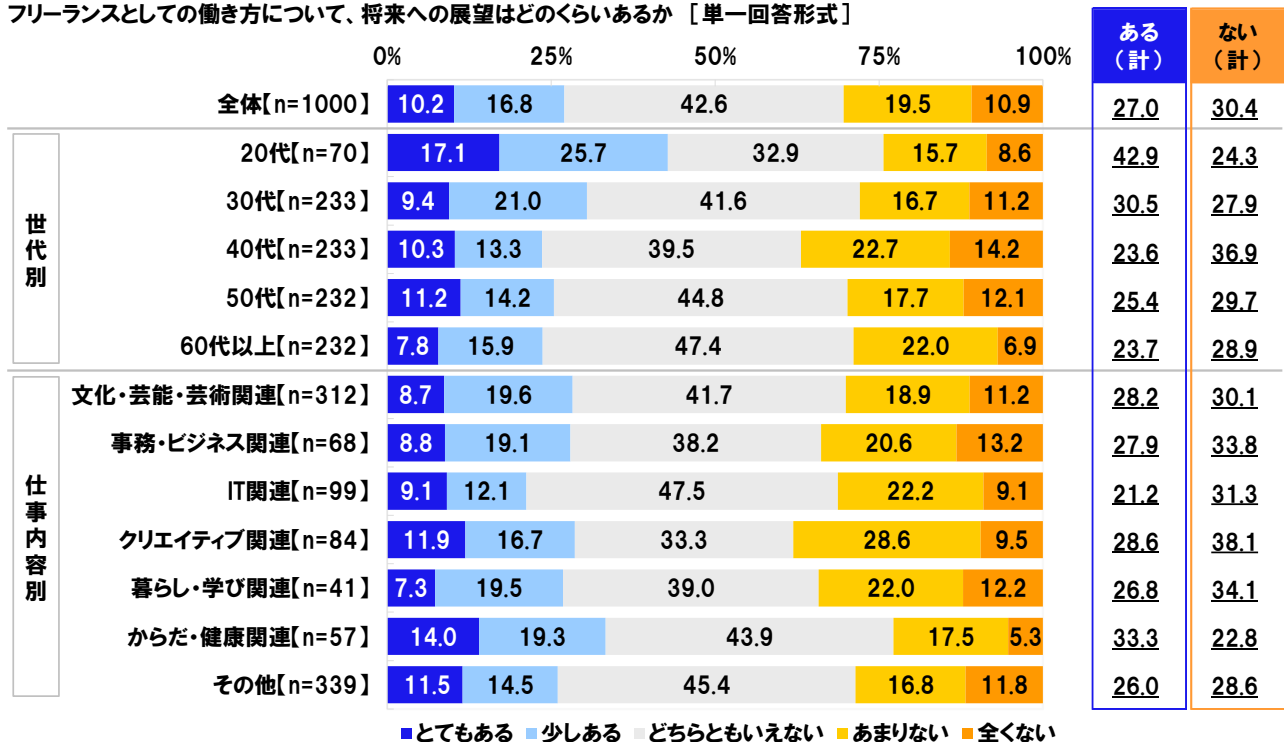
◆フリーランスとしての働き方についての将来への展望「ない」が30.4%、  
 クリエイティブ関連では「ない」が38.1%

フリーランスとしての働き方について、将来への展望はどのくらいあるか聞いたところ、「とてもある」が10.2%、「少しある」が16.8%で合計した『ある(計)』は27.0%、「全くない」が10.9%、「あまりない」が19.5%で合計した『ない(計)』は30.4%となりました。

世代別にみると、将来への展望があると回答した人の割合が最も高くなったのは20代(42.9%)、ないと回答した人の割合が最も高くなったのは40代(36.9%)でした。

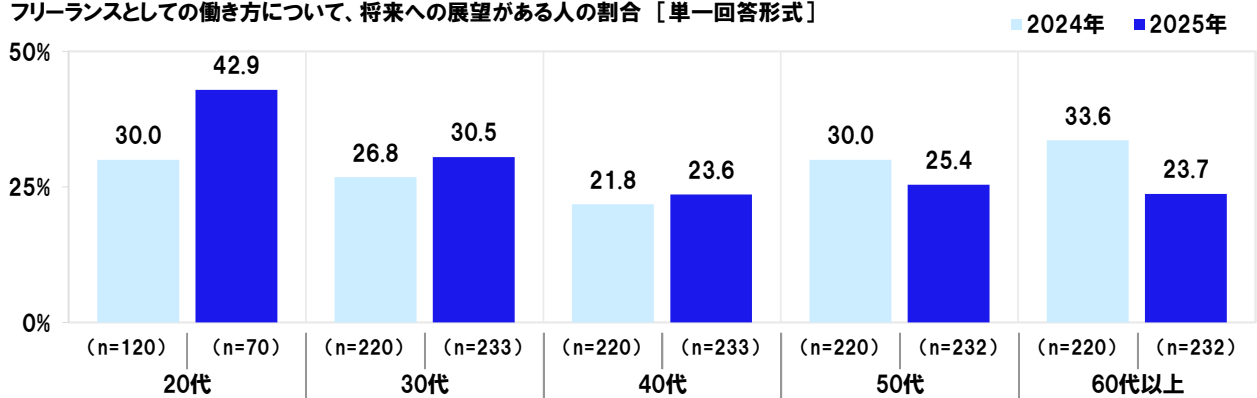
仕事内容別にみると、将来への展望がないと回答した人の割合は、クリエイティブ関連(38.1%)では4割近くとなりました。

フリーランスとしての働き方について、将来への展望はどのくらいあるか [単一回答形式]



昨年の調査結果と世代別に比較すると、将来への展望があると回答した人の割合は、20代から40代では上昇し、20代では12.9ポイントの上昇(2024年30.0%、2025年42.9%)となりました。他方、50代以上では下降し、60代以上では9.9ポイントの下降(2024年33.6%、2025年23.7%)となりました。

フリーランスとしての働き方について、将来への展望がある人の割合 [単一回答形式]



# **《フリーランスの働き方の実態について》**

## **◆「発注者からの仕事の依頼を断ることができない」フリーランスの24.1%、クリエイティブ関連では29.8%**

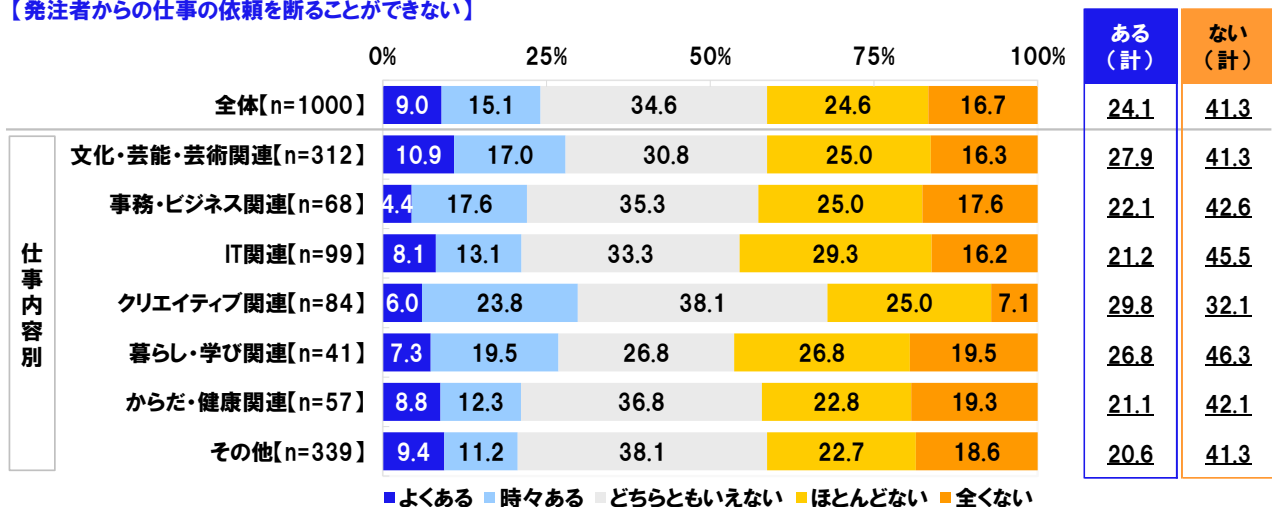
全回答者(1,000名)に、それぞれの働き方について質問しました。

【発注者からの仕事の依頼を断ることができない】では、「よくある」は9.0%、「時々ある」は15.1%で、合計した『ある(計)』は24.1%、「全くない」は16.7%、「ほとんどない」は24.6%で、合計した『ない(計)』は41.3%となりました。

仕事内容別にみると、『ある(計)』と回答した人の割合は、クリエイティブ関連では29.8%と、他の層と比べて高くなりました。

フリーランスとしての自身の働き方について、以下のことはどのくらいあるか [単一回答形式]

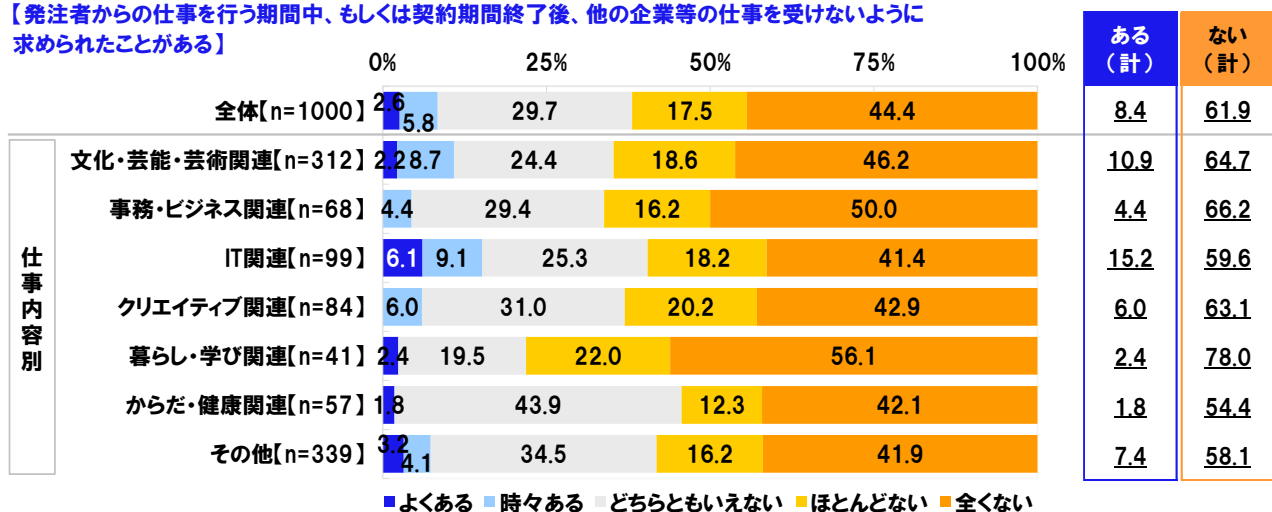
【発注者からの仕事の依頼を断ることができない】



【発注者からの仕事を行う期間中、もしくは契約期間終了後、他の企業等の仕事を受けないように求められたことがある】では、『ある(計)』は8.4%、『ない(計)』は61.9%と、求められたことがない人が多数でした。

フリーランスとしての自身の働き方について、以下のことはどのくらいあるか [単一回答形式]

【発注者からの仕事を行う期間中、もしくは契約期間終了後、他の企業等の仕事を受けないように求められたことがある】



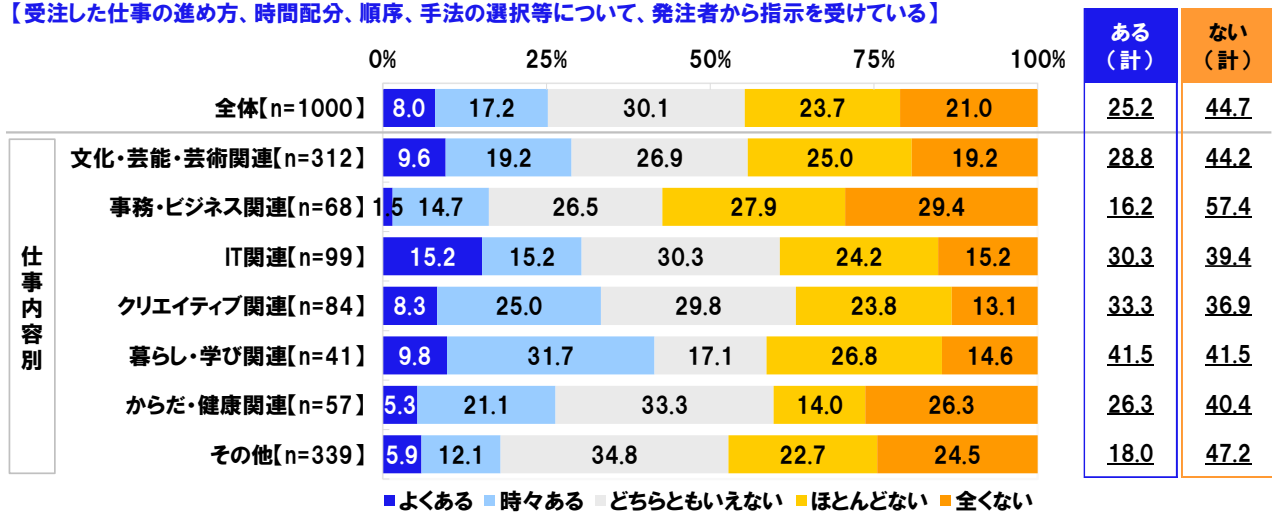
- ◆「受注した仕事の進め方等について発注者から指示を受けている」フリーランスの25.2%、暮らし・学び関連では41.5%
- ◆「仕事を行う場所、時間を決められたり、作業時間や休憩時間などを管理されている」フリーランスの19.2%、暮らし・学び関連では36.6%

【受注した仕事の進め方、時間配分、順序、手法の選択等について、発注者から指示を受けている】では、『ある(計)』は 25.2%となりました。

仕事内容別にみると、『ある(計)』と回答した人の割合は、暮らし・学び関連では 41.5%と 4 割を超えました。

フリーランスとしての自身の働き方について、以下のことはどのくらいあるか [単一回答形式]

【受注した仕事の進め方、時間配分、順序、手法の選択等について、発注者から指示を受けている】

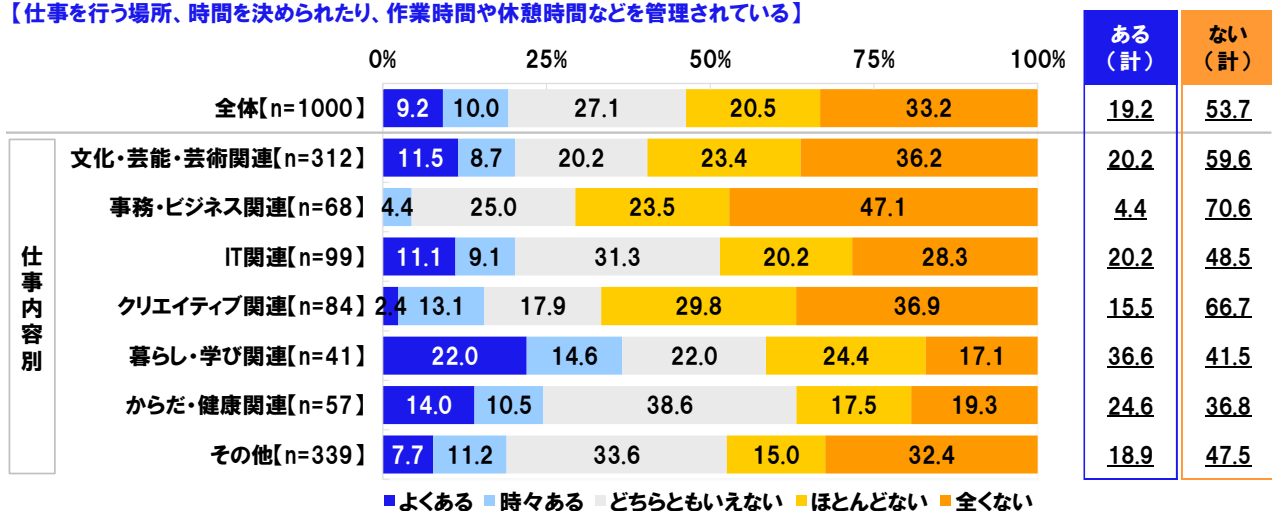


【仕事を行う場所、時間を決められたり、作業時間や休憩時間などを管理されている】では、『ある(計)』は 19.2%となりました。

仕事内容別にみると、『ある(計)』と回答した人の割合は、事務・ビジネス関連(4.4%)では 1 割未満だったのに対し、暮らし・学び関連(36.6%)では約 3 人に 1 人の割合となり、仕事内容によって作業場所や業務時間の管理状況に差がみられる結果となりました。

フリーランスとしての自身の働き方について、以下のことはどのくらいあるか [単一回答形式]

【仕事を行う場所、時間を決められたり、作業時間や休憩時間などを管理されている】

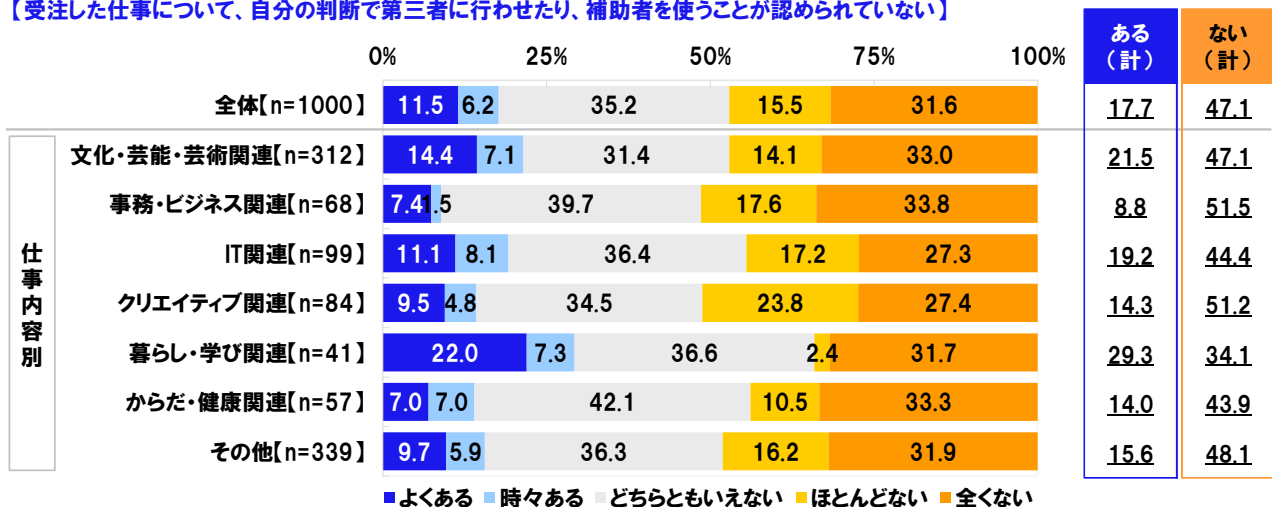


- ◆「受注した仕事について、自分の判断で第三者に行わせたり、補助者を使うことが認められていない」フリーランスの17.7%、暮らし・学び関連では29.3%
- ◆「仕事に使用する機械、器具等は発注者が用意している」フリーランスの20.8%、暮らし・学び関連では36.6%

【受注した仕事について、自分の判断で第三者に行わせたり、補助者を使うことが認められていない】では、『ある(計)』は 17.7%でした。

仕事内容別にみると、『ある(計)』と回答した人の割合は、暮らし・学び関連(29.3%)では 3 割近くとなりました。

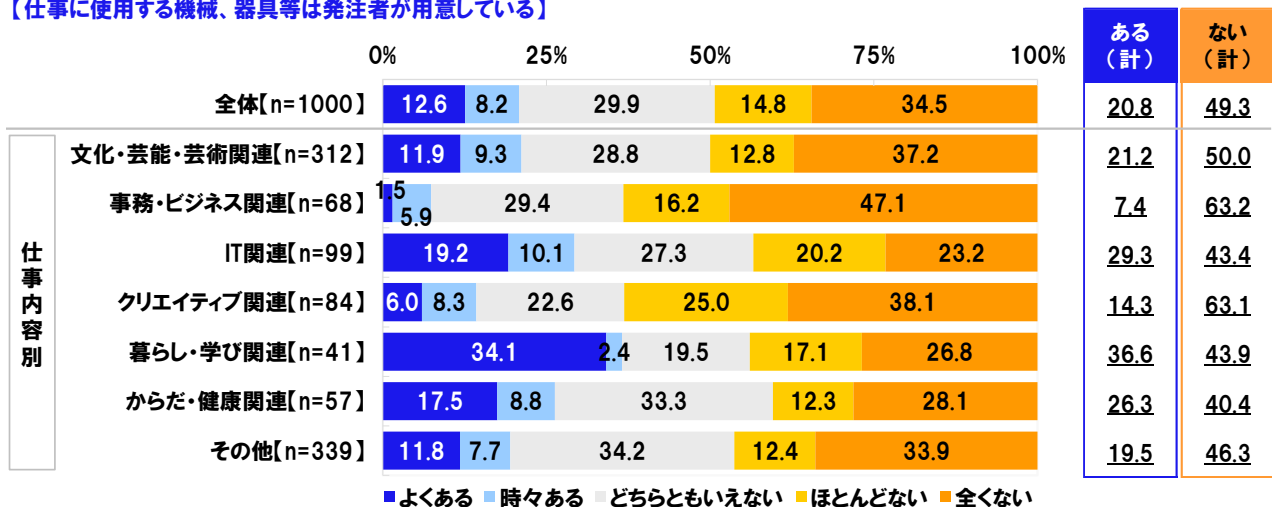
フリーランスとしての自身の働き方について、以下のことはどのくらいあるか [単一回答形式]  
 【受注した仕事について、自分の判断で第三者に行わせたり、補助者を使うことが認められていない】



【仕事に使用する機械、器具等は発注者が用意している】では、『ある(計)』は 20.8%となりました。

仕事内容別にみると、『ある(計)』と回答した人の割合は、暮らし・学び関連(36.6%)や IT 関連(29.3%)、からだ・健康関連(26.3%)で高くなりました。

フリーランスとしての自身の働き方について、以下のことはどのくらいあるか [単一回答形式]  
 【仕事に使用する機械、器具等は発注者が用意している】



◆「同様の業務を行う同じ職場で働く正規従業員と比較して、同じ報酬を得ている」

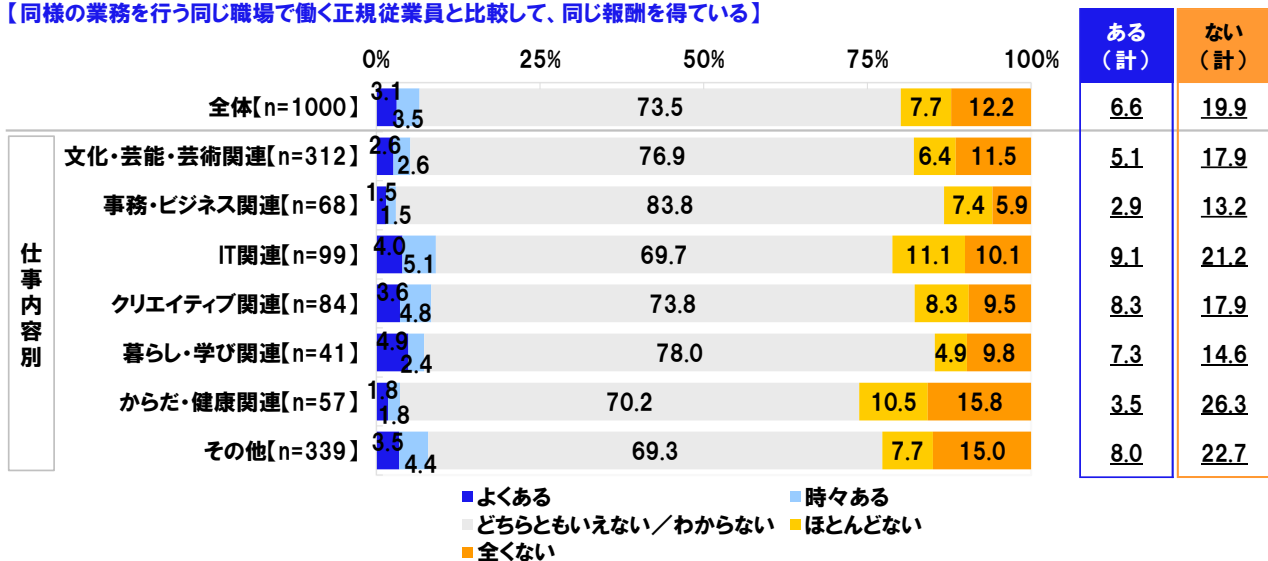
フリーランスの73.5%が「どちらともいえない／わからない」

◆「作業時間や作業日数に応じて報酬が決まっていたり、欠勤をしたことで報酬を減額されたり、逆に残業したことで通常の報酬とは別に手当が支給されることがある」フリーランスの15.3%、暮らし・学び関連では34.1%

【同様の業務を行う同じ職場で働く正規従業員と比較して、同じ報酬を得ている】では、「どちらともいえない／わからない」(73.5%)が高くなり、『ある(計)』は6.6%でした。

フリーランスとしての自身の働き方について、以下のことはどのくらいあるか [単一回答形式]

【同様の業務を行う同じ職場で働く正規従業員と比較して、同じ報酬を得ている】

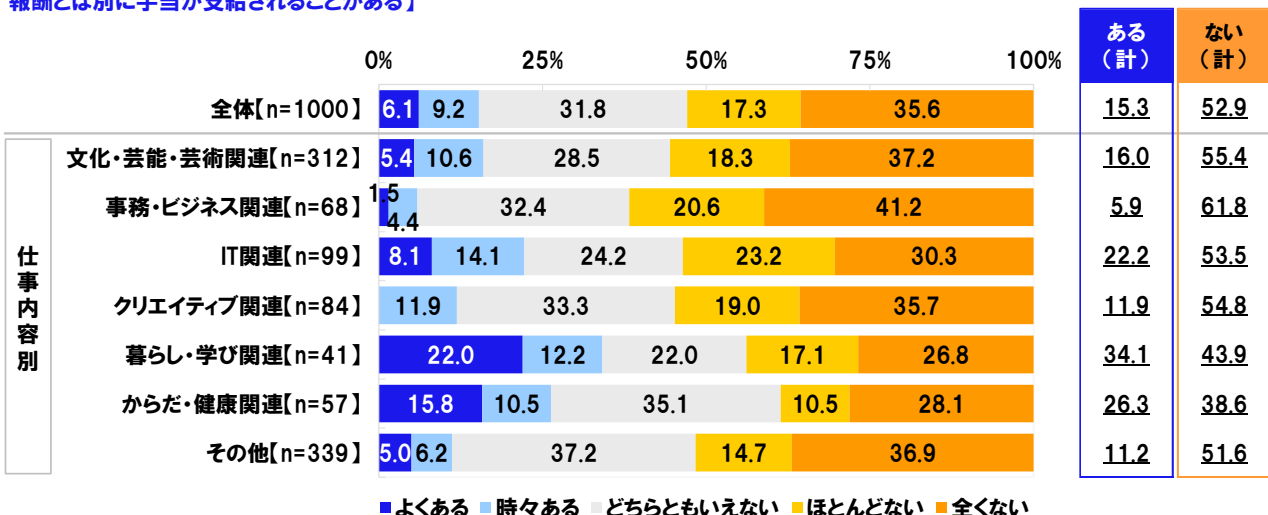


【作業時間や作業日数に応じて報酬が決まっていたり、欠勤をしたことで報酬を減額されたり、逆に残業したことで通常の報酬とは別に手当が支給されることがある】では、『ある(計)』15.3%、『ない(計)』は52.9%と、ない人が半数以上でした。

仕事内容別にみると、『ある(計)』と回答した人の割合は、暮らし・学び関連では34.1%と、他の層と比べて高くなりました。

フリーランスとしての自身の働き方について、以下のことはどのくらいあるか [単一回答形式]

【作業時間や作業日数に応じて報酬が決まっていたり、欠勤をしたことで報酬を減額されたり、逆に残業したことで通常の報酬とは別に手当が支給されることがある】



# <<近年の物価上昇による影響>>

◆近年の物価上昇による影響 「生活が苦しくなった」フリーランスの45.7%、40代では52.7%

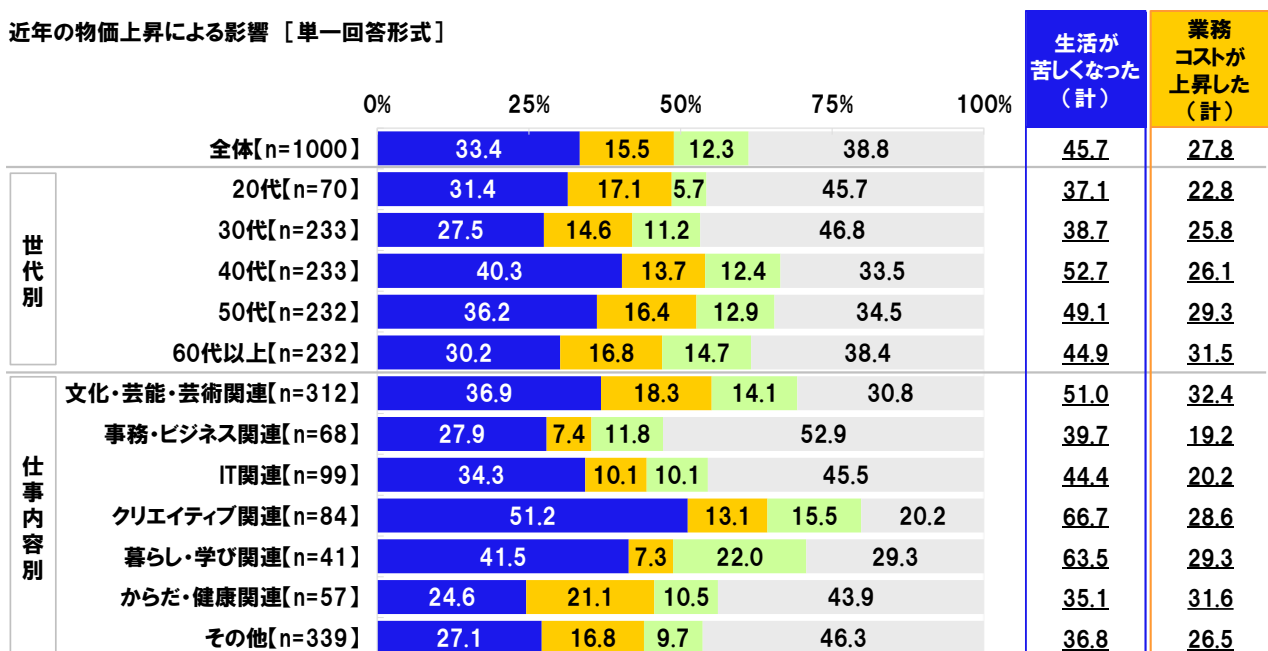
「業務に必要なコストが上昇した」フリーランスの27.8%、60代以上では31.5%

全回答者(1,000 名)に、近年の物価上昇による影響を聞いたところ、「生活が苦しくなった」は 33.4%、「業務に必要なコストが上昇した」は 15.5%、「生活が苦しくなって、業務コストも上昇した」は 12.3%で、『生活が苦しくなった(計)』は 45.7%、『業務コストが上昇した(計)』は 27.8%となりました。また、「特に影響はない」は 38.8%でした。

世代別にみると、『生活が苦しくなった(計)』と回答した人の割合は、40 代(52.7%)が最も高くなり、半数を超えました。また、『業務コストが上昇した(計)』と回答した人の割合は、60 代以上(31.5%)が最も高くなりました。

仕事内容別にみると、『生活が苦しくなった(計)』と回答した人の割合は、クリエイティブ関連(66.7%)が最も高くなり、『業務コストが上昇した(計)』と回答した人の割合は、文化・芸能・芸術関連(32.4%)が最も高くなりました。

近年の物価上昇による影響 [単一回答形式]



- 生活が苦しくなった
- 業務に必要なコストが上昇した
- 生活が苦しくなって、業務コストも上昇した
- 特に影響はない



# ◆「報酬が引き上げられていない」フリーランスの89.8%、「引き上げられた」IT関連では16.2%

全回答者(1,000名)に、今年1月から5月までの間に、昨年の12月以前と比較して報酬は引き上げられたか聞いたところ、『引き上げられた(計)』(「引き上げられた」「やや引き上げられた」の合計)は10.2%、『引き上げられていない(計)』(「引き下げられた」「やや引き下げられた」「変わらない」の合計)は89.8%となりました。

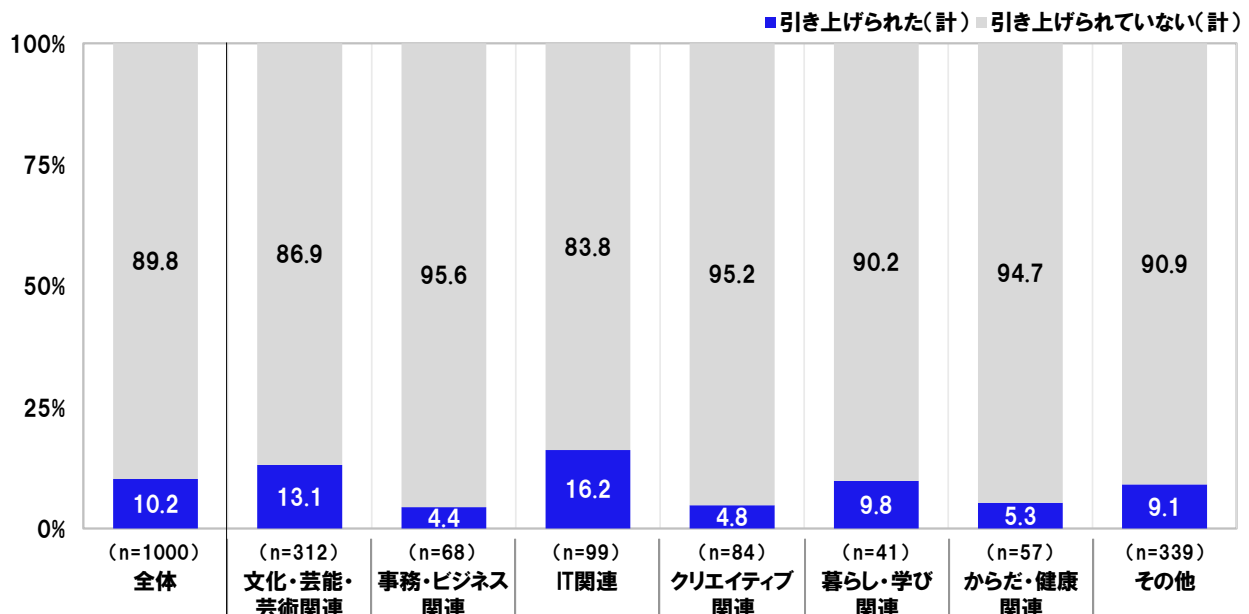
仕事内容別にみると、『引き上げられた(計)』の割合は、IT関連(16.2%)が最も高くなった一方、事務・ビジネス関連(4.4%)やクリエイティブ関連(4.8%)、からだ・健康関連(5.3%)では、5%前後と低くなりました。

「引き上げられた」「やや引き上げられた」と回答した人の引き上げられた理由をみると、「生活が苦しいから作品の値段を上げざるを得なかった(男性/30代/文化・芸能・芸術関連)」、「物価高を理由に自分から提案した(女性/30代/その他)」、「物価高を考慮した報酬の提示をしてくれる発注元が少し増えた(男性/40代/IT関連)」、「仕事のクオリティが高くなったから(女性/20代/クリエイティブ関連)」といった回答がみられました。

今年1月から5月までの間に、昨年の12月以前と比較して報酬は引き上げられたか [単一回答形式]

※「引き上げられた」+「やや引き上げられた」を『引き上げられた(計)』として、

「引き下げられた」+「やや引き下げられた」+「変わらない」を『引き上げられていない(計)』として集計



# 《フリーランス法の浸透度合いについて》

◆2024年11月施行のフリーランス法 フリーランスの理解率は39.0%

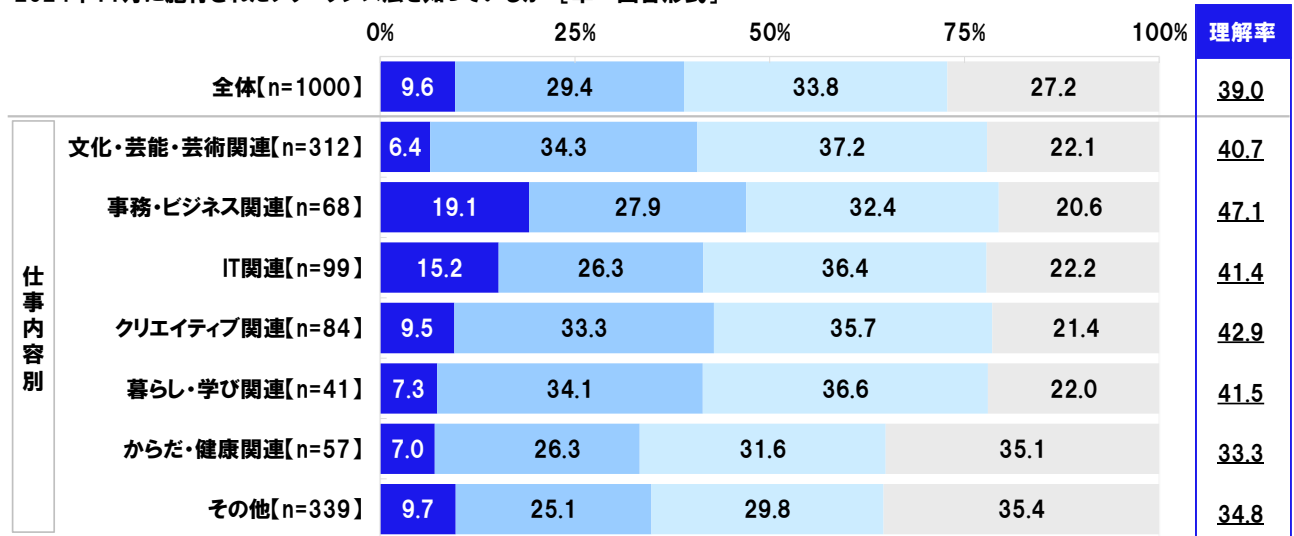
◆フリーランス法をどのようにして知り、学んだか 「テレビ・ラジオ・新聞報道」が1位、60代以上では54.2%

フリーランス法について質問しました。

全回答者(1,000名)に、2024年11月に施行されたフリーランス法(「特定受託事業者に係る取引の適正化等に関する法律」)を知っているか聞いたところ、「フリーランス法を知っていて、法律の内容もよく理解している」は9.6%、「フリーランス法を知っていて、法律の内容を少し理解している」は29.4%で、『理解率(計)』は39.0%となり、「フリーランス法を聞いたことはあるが、法律の内容は理解していない」は33.8%、「フリーランス法を知らない」は27.2%でした。

仕事内容別にみると、「フリーランス法を知らない」と回答した人の割合は、からだ・健康関連では35.1%と、3人に1人が知らないという結果となりました。

2024年11月に施行されたフリーランス法を知っているか [単一回答形式]



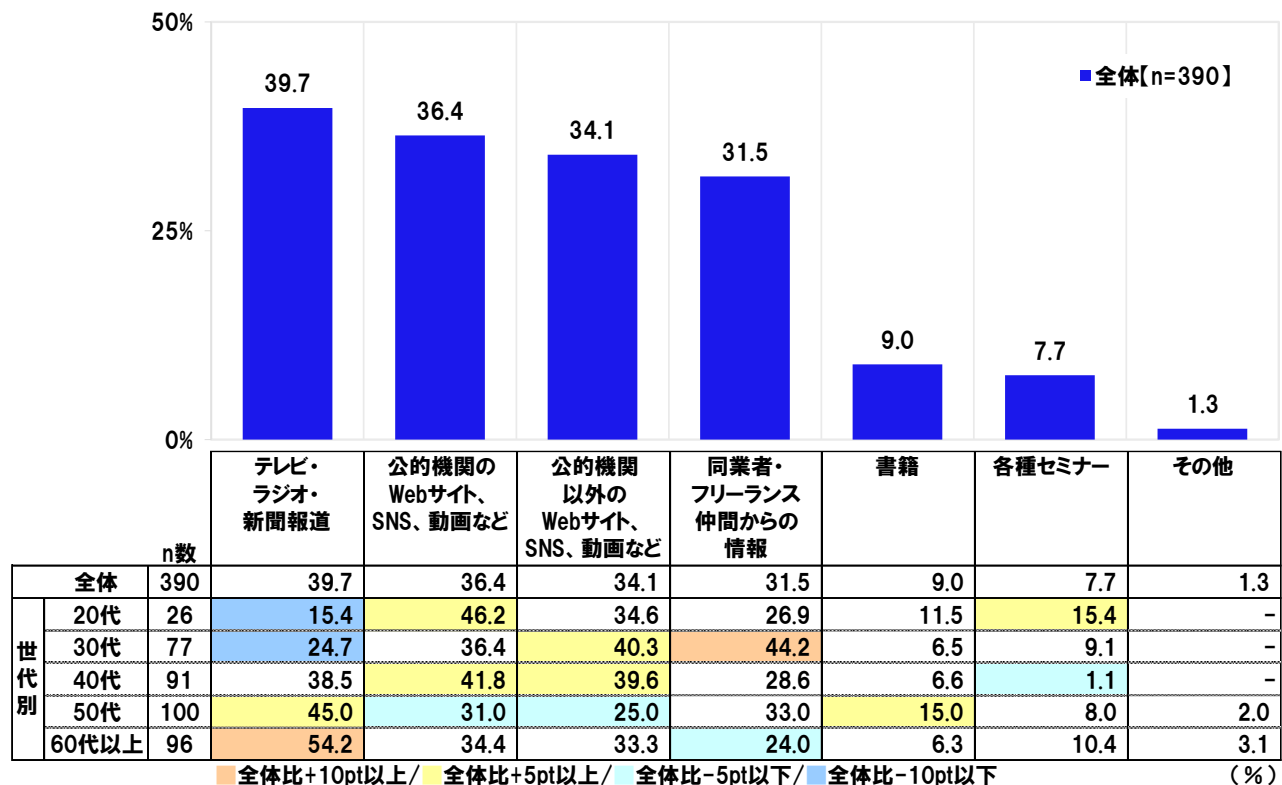
- フリーランス法を知っていて、法律の内容もよく理解している
- フリーランス法を知っていて、法律の内容を少し理解している
- フリーランス法を聞いたことはあるが、法律の内容は理解していない
- フリーランス法を知らない

\*「フリーランス法を知っていて、法律の内容もよく理解している」、「フリーランス法を知っていて、法律の内容を少し理解している」の合計を『理解率』として算出

フリーランス法を理解している人(390 名)に、フリーランス法についてどのようにして知り、学んだか聞いたところ、「テレビ・ラジオ・新聞報道」(39.7%)、「公的機関の Web サイト、SNS、動画など」(36.4%)、「公的機関以外の Web サイト、SNS、動画など」(34.1%)、「同業者・フリーランス仲間からの情報」(31.5%)に回答が多く集まりました。

世代別にみると、30 代では「同業者・フリーランス仲間からの情報」(44.2%)が最も高く、40 代では「公的機関の Web サイト、SNS、動画など」(41.8%)が最も高くなりました。60 代以上では「テレビ・ラジオ・新聞報道」(54.2%)が半数を超えました。

フリーランス法についてどのようにして知り、学んだか【複数回答形式】  
対象：フリーランス法の内容を理解している人



\*n数が30未満の属性は参考値

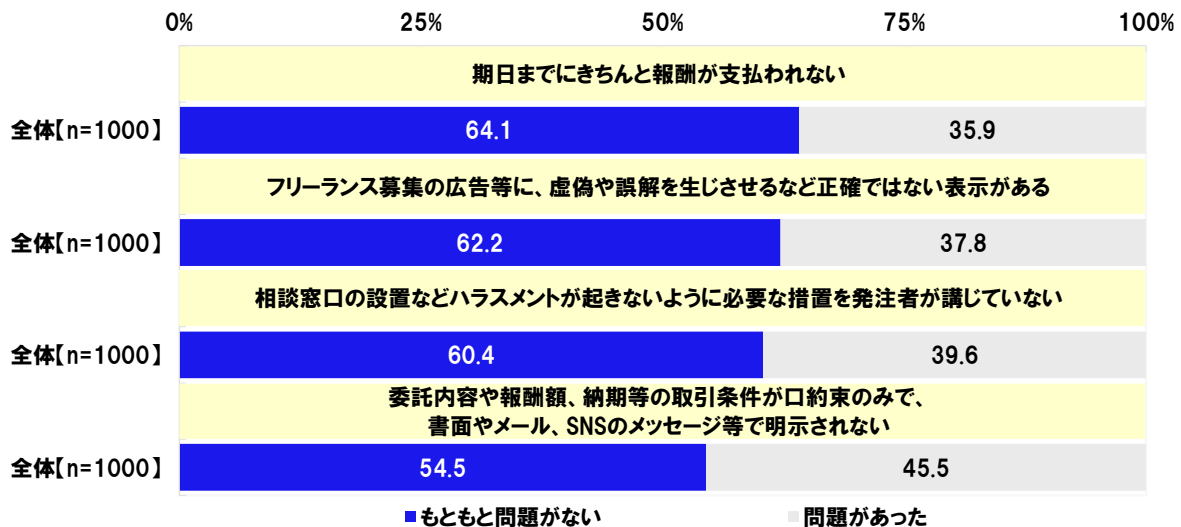
# **《フリーランス法の実効性について》**

## **◆発注者との取引に関する問題についてフリーランス法施行前後の改善割合**

**「期日までにきちんと報酬が支払われない」という問題があった 35.9%、うち問題が改善されていない55.2%**  
**「フリーランス募集の広告等に、虚偽や誤解を生じさせるなど正確ではない表示がある」では**  
**問題があった37.8%、うち問題が改善されていない59.5%**  
**「相談窓口の設置などハラスメントが起きないように必要な措置を発注者が講じていない問題があった」**  
**39.6%、うち問題が改善されていない64.9%**  
**「委託内容や報酬額、納期等の取引条件が口約束のみで、書面やメール、SNSのメッセージ等で**  
**明示されない問題があった」45.5%、うち63.3%が問題が改善されていない**  
**いずれの問題でも改善されていない人が過半数という結果に**

全回答者(1,000 名)に、発注者との取引について問題があったか聞いたところ、【期日までにきちんと報酬が支払われない】では「もともと問題がない」は 64.1%、「問題があった」が 35.9%、【フリーランス募集の広告等に、虚偽や誤解を生じさせるなど正確ではない表示がある】では「もともと問題がない」は 62.2%、「問題があった」が 37.8%、【相談窓口の設置などハラスメントが起きないように必要な措置を発注者が講じていない】では、「もともと問題がない」は 60.4%、「問題があった」が 39.6%、【委託内容や報酬額、納期等の取引条件が口約束のみで、書面やメール、SNS のメッセージ等で明示されない】では「もともと問題がない」は 54.5%、「問題があった」が 45.5%でした。

**発注者との取引についてもともと以下の問題があったか [各単一回答形式]**



それぞれの問題があった人に、フリーランス法が施行された 2024 年 11 月前後に、問題が改善されたか聞いたところ、【期日までにきちんと報酬が支払われない】問題があった人(359 名)では「改善された」は 8.6%、「やや改善された」は 36.2%、合計した『改善された(計)』は 44.8%、「改善されていない」は 17.0%、「あまり改善されていない」は 38.2%、合計した『改善されていない(計)』は 55.2%となりました。

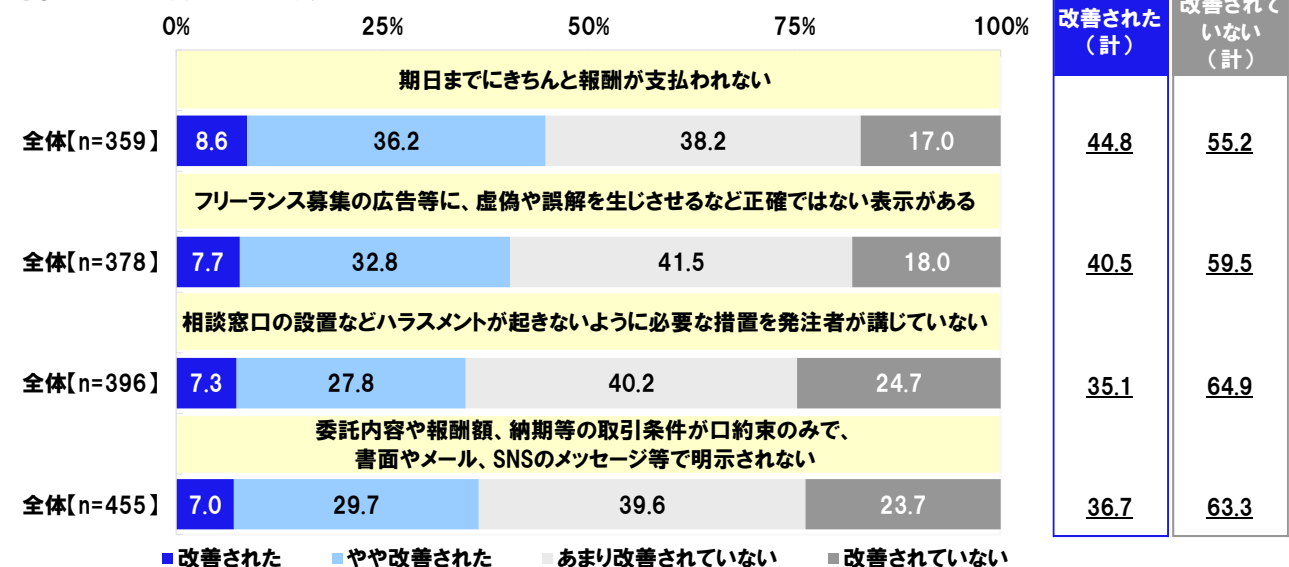
【フリーランス募集の広告等に、虚偽や誤解を生じさせるなど正確ではない表示がある】問題があった人(378 名)では『改善された(計)』は 40.5%、『改善されていない(計)』は 59.5%でした。

また、【相談窓口の設置などハラスメントが起きないように必要な措置を発注者が講じていない】問題があった人(396 名)では『改善された(計)』は 35.1%、『改善されていない(計)』は 64.9%、【委託内容や報酬額、納期等の取引条件が口約束のみで、書面やメール、SNS のメッセージ等で明示されない】問題があった人(455 名)では『改善された(計)』は 36.7%、『改善されていない(計)』は 63.3%となりました。

いずれの問題も改善されていない人が過半数となり、【相談窓口の設置などハラスメントが起きないように必要な措置を発注者が講じていない】(64.9%)、【委託内容や報酬額、納期等の取引条件が口約束のみで、書面やメール、SNS のメッセージ等で明示されない】(63.3%)では 6 割を超える結果となりました。

フリーランス法が施行された2024年11月前後に、発注者との取引についての以下の問題が改善されたか〔各単一回答形式〕

対象:それぞれの問題があった人

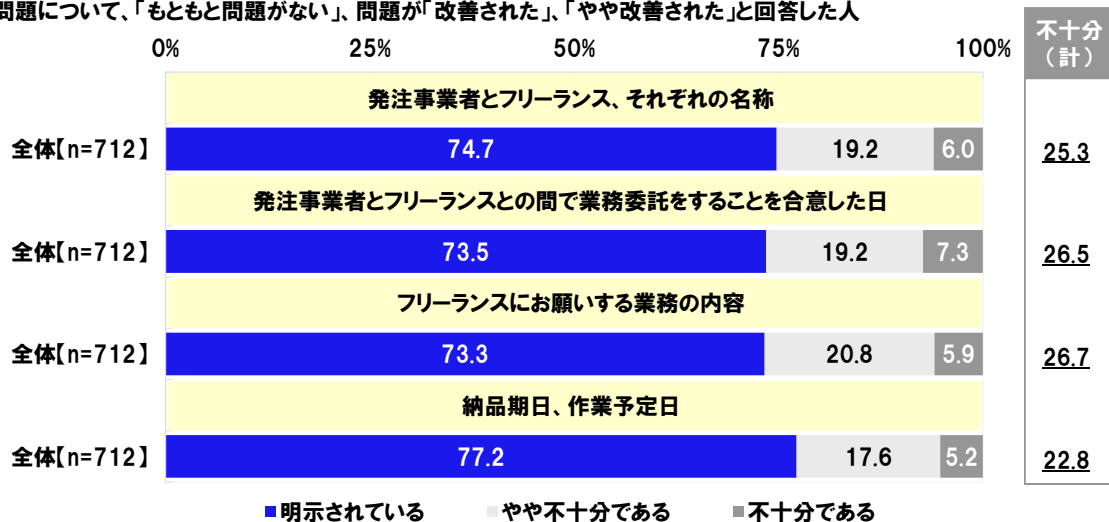


【委託内容や報酬額、納期等の取引条件が口約束のみで、書面やメール、SNS のメッセージ等で明示されない】問題について、「もともと問題がない」、問題が「改善された」、「やや改善された」と回答した人（712 名）に、取引条件が明示されているか聞いたところ、【発注事業者とフリーランス、それぞれの名称】では「明示されている」が 74.7%、「やや不十分である」が 19.2%、「不十分である」が 6.0%となり、「やや不十分である」と「不十分である」を合計した『不十分（計）』が 25.3%となり、【発注事業者とフリーランスとの間で業務委託をすることを合意した日】では「明示されている」が 73.5%、『不十分（計）』が 26.5%でした。【フリーランスにお願いする業務の内容】では「明示されている」が 73.3%、『不十分（計）』が 26.7%、【納品期日、作業予定日】では「明示されている」が 77.2%、『不十分（計）』が 22.8%となりました。

以下の取引条件が十分に明記されているか〔各単一回答形式〕

対象：【委託内容や報酬額、納期等の取引条件が口約束のみで、書面やメール、SNSのメッセージ等で明示されない】

問題について、「もともと問題がない」、問題が「改善された」、「やや改善された」と回答した人

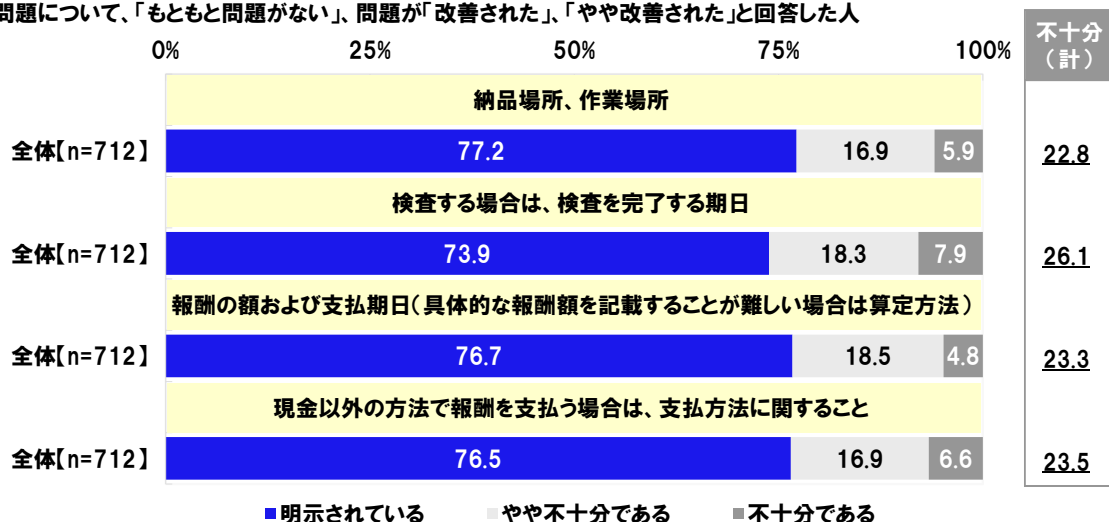


【納品場所、作業場所】では「明示されている」が 77.2%、『不十分（計）』が 22.8%、【検査する場合は、検査を完了する期日】では「明示されている」が 73.9%、『不十分（計）』が 26.1%でした。【報酬の額および支払期日（具体的な報酬額を記載することが難しい場合は算定方法）】では「明示されている」が 76.7%、『不十分（計）』が 23.3%、【現金以外の方法で報酬を支払う場合は、支払方法に関すること】では「明示されている」が 76.5%、『不十分（計）』が 23.5%となり、いずれの取引条件においても明示が不十分であることが 2 割を超えました。フリーランスで仕事をしている人自身が、問題がない、改善されたと感じていても、フリーランス法によって定められている条件が、十分に明示されていないケースがあるようです。

以下の取引条件が十分に明記されているか〔各単一回答形式〕

対象：【委託内容や報酬額、納期等の取引条件が口約束のみで、書面やメール、SNSのメッセージ等で明示されない】

問題について、「もともと問題がない」、問題が「改善された」、「やや改善された」と回答した人





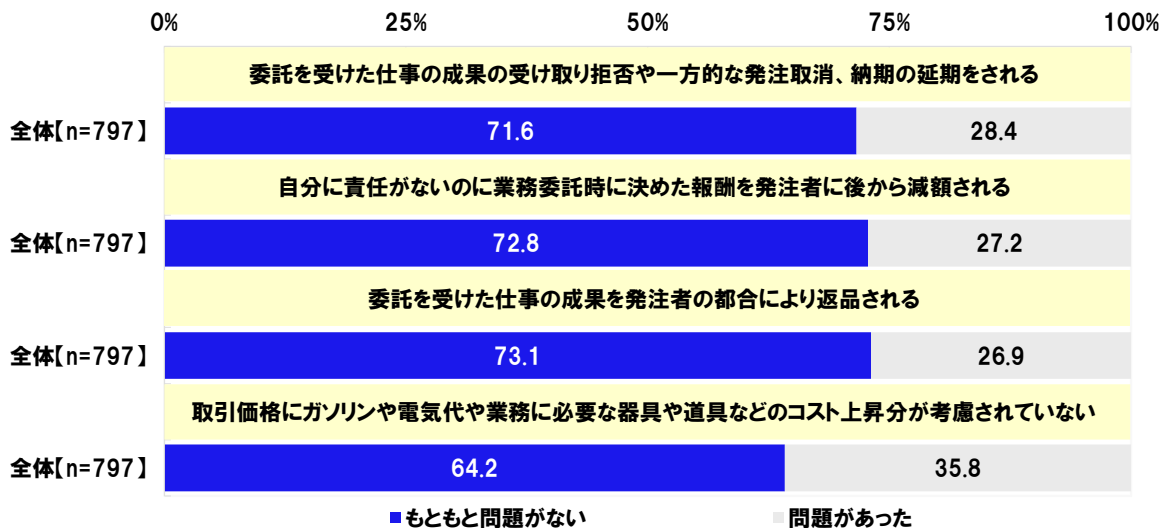
# ◆期間が1カ月以上の業務委託の場合に法律で定められている禁止行為の実態

**「取引価格にコスト上昇分が考慮されていない」では業務受託者の35.8%が“問題があった”と回答、うち72.3%が問題が改善されていないと回答**

フリーランス法では、期間が1カ月以上の業務委託をする場合に、7つの禁止行為が定められています。そこで、それらの禁止行為についての改善具合について質問しました。

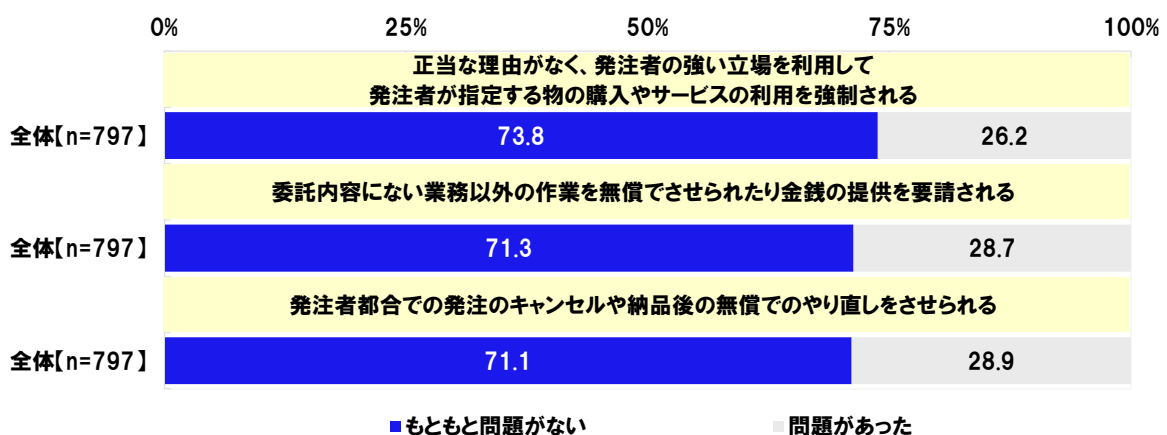
期間が1カ月以上の業務を受託している人(797名)に、発注者との取引について問題があったか聞いたところ、【委託を受けた仕事の成果の受け取り拒否や一方的な発注取消、納期の延期をされる】では「もともと問題がない」は71.6%、「問題があった」は28.4%、【自分に責任がないのに業務委託時に決めた報酬を発注者に後から減額される】では「もともと問題がない」は72.8%、「問題があった」は27.2%、【委託を受けた仕事の成果を発注者の都合により返品される】では「もともと問題がない」は73.1%、「問題があった」は26.9%、【取引価格にガソリンや電気代や業務に必要な器具や道具などのコスト上昇分が考慮されていない】では「もともと問題がない」は64.2%、「問題があった」は35.8%でした。

発注者との取引についてもともと以下の問題があったか〔各単一回答形式〕 対象：期間が1カ月以上の業務を受託している人



また、【正当な理由がなく、発注者の強い立場を利用して発注者が指定する物の購入やサービスの利用を強制される】では「もともと問題がない」は73.8%、「問題があった」は26.2%、【委託内容にない業務以外の作業を無償でさせられたり金銭の提供を要請される】では「もともと問題がない」は71.3%、「問題があった」は28.7%、【発注者都合での発注のキャンセルや納品後の無償でのやり直しをさせられる】では「もともと問題がない」は71.1%、「問題があった」は28.9%でした。

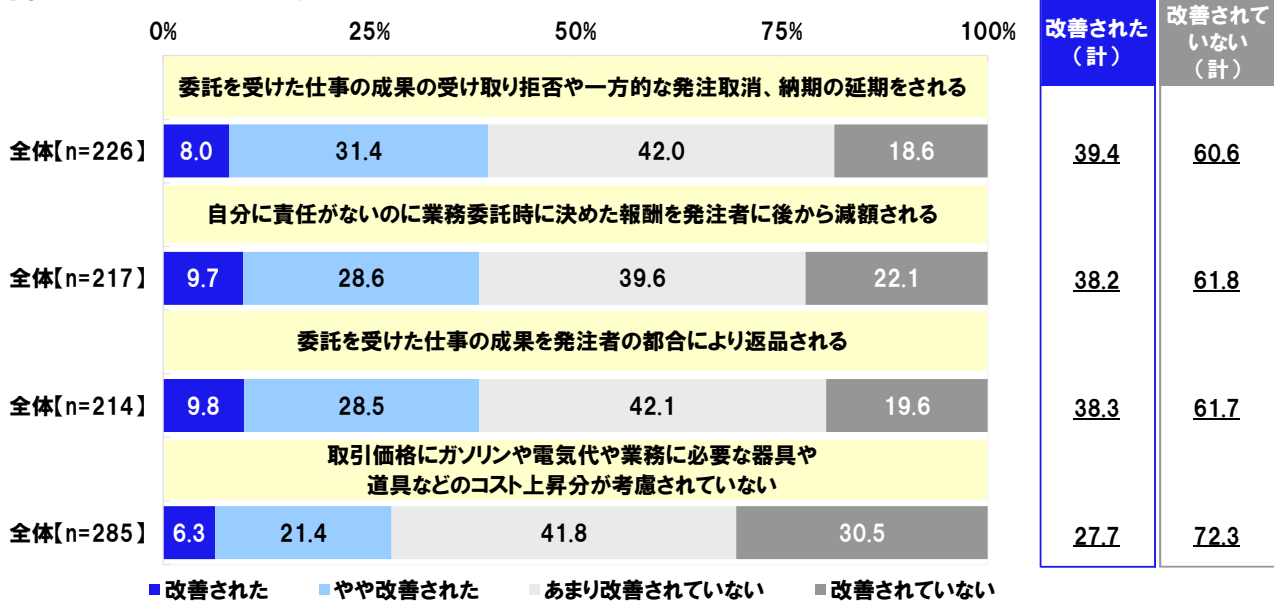
発注者との取引についてもともと以下の問題があったか〔各単一回答形式〕 対象：期間が1カ月以上の業務を受託している人



それぞれの問題があった人に、フリーランス法が施行された2024年11月前後に、問題が改善されたか聞いたところ、【委託を受けた仕事の成果の受け取り拒否や一方的な発注取消、納期の延期をされる】問題があった人(226名)では『改善された(計)』は39.4%、『改善されていない(計)』は60.6%、【自分に責任がないのに業務委託時に決めた報酬を発注者に後から減額される】問題があった人(217名)では、『改善された(計)』は38.2%、『改善されていない(計)』は61.8%でした。また、【委託を受けた仕事の成果を発注者の都合により返品される】問題があった人(214名)では、『改善された(計)』は38.3%、『改善されていない(計)』は61.7%、【取引価格にガソリンや電気代や業務に必要な器具や道具などのコスト上昇分が考慮されていない】問題があった人(285名)では、『改善された(計)』は27.7%、『改善されていない(計)』は72.3%でした。

フリーランス法が施行された2024年11月前後に、発注者との取引についての以下の問題が改善されたか〔各単一回答形式〕

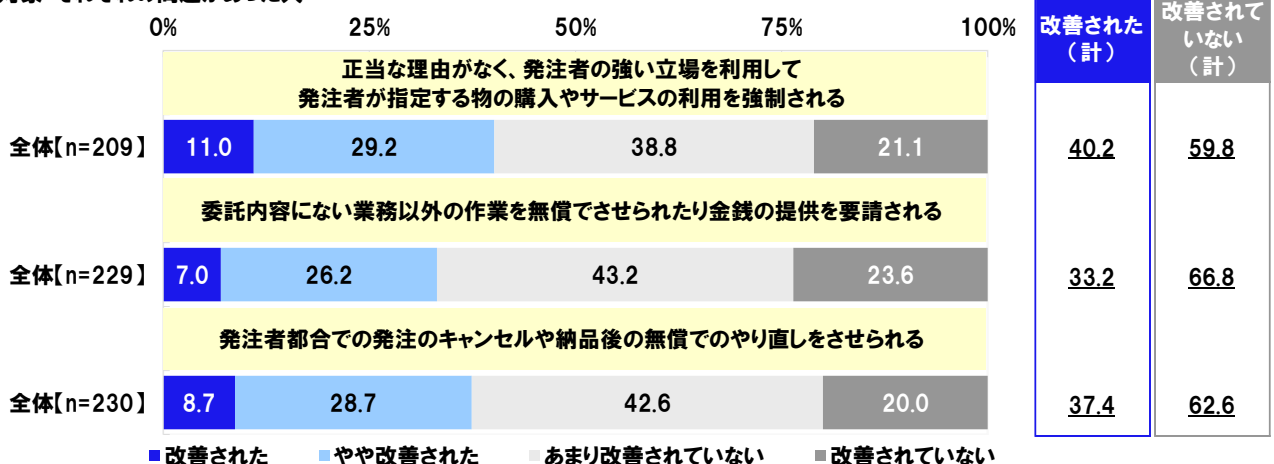
対象:それぞれの問題があった人



【正当な理由がなく、発注者の強い立場を利用して発注者が指定する物の購入やサービスの利用を強制される】問題があった人(209名)では『改善された(計)』は40.2%、『改善されていない(計)』は59.8%、【委託内容にない業務以外の作業を無償でさせられたり金銭の提供を要請される】問題があった人(229名)では『改善された(計)』は33.2%、『改善されていない(計)』は66.8%でした。また、【発注者都合での発注のキャンセルや納品後の無償でのやり直しをさせられる】問題があった人(230名)では『改善された(計)』は37.4%、『改善されていない(計)』は62.6%でした。

フリーランス法が施行された2024年11月前後に、発注者との取引についての以下の問題が改善されたか〔各単一回答形式〕

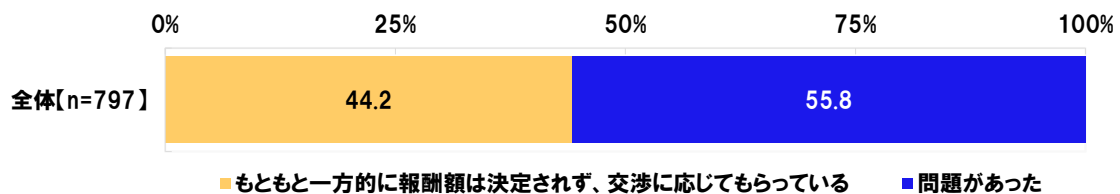
対象:それぞれの問題があった人



- ◆「1カ月以上の期間で行う業務委託について、発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない問題があった」は業務受託者の55.8%
- ◆“発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない”問題に対して、実際に交渉を申し出ていた人は60.0%、交渉を申し出ていない理由は「交渉する機会がないから」が最多
- ◆「“発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない”問題」について、フリーランス法施行後再び交渉を申し出ていたのに改善していない割合は62.5%

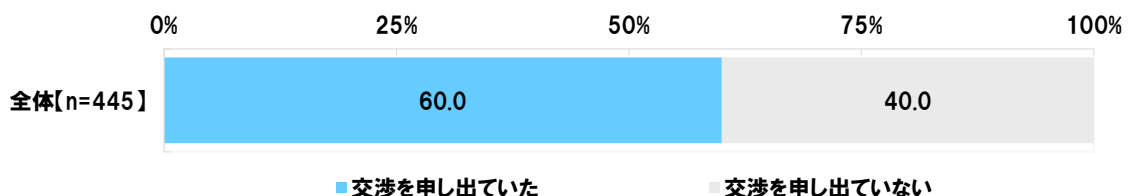
期間が1カ月以上の業務を受託している人(797名)に、1カ月以上の期間で行う業務委託について、発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない問題があったか聞いたところ、「問題があった」は55.8%、「もともと一方的に報酬額は決定されず、交渉に応じてもらっている」は44.2%となり、半数以上が一方的に報酬額を決められていることがわかりました。

発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない問題があったか〔単一回答形式〕  
対象：期間が1カ月以上の業務を受託している人



また、問題があった人(445名)に、交渉を申し出ていたか聞いたところ、「交渉を申し出ていた」は60.0%、「交渉を申し出ていない」は40.0%となりました。

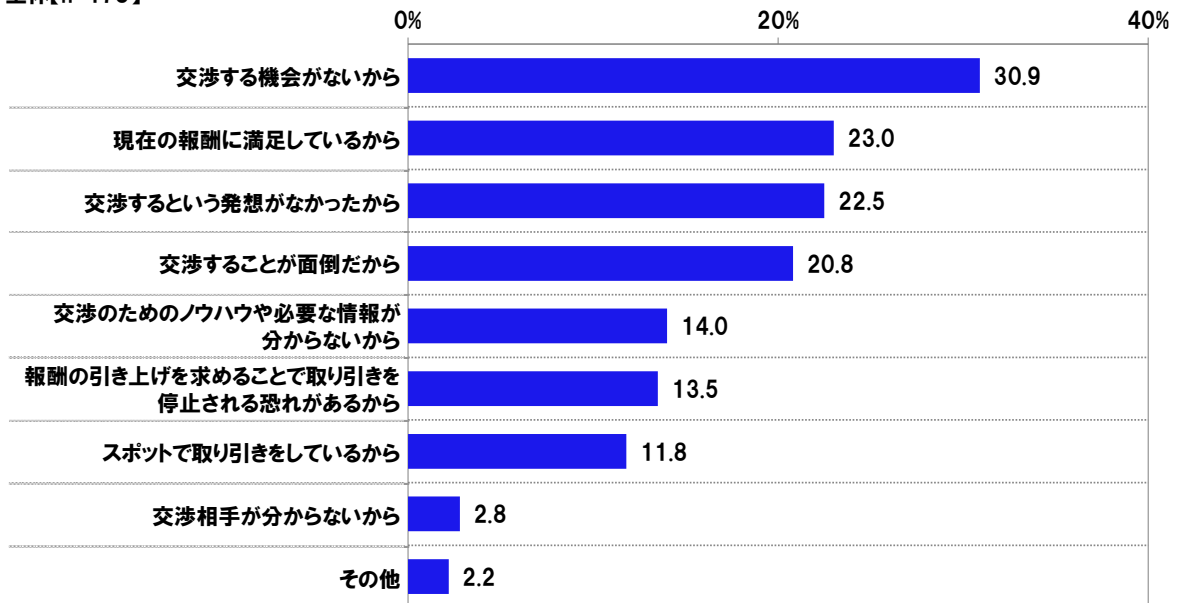
発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない問題に対し、実際に交渉を申し出ていたか〔単一回答形式〕  
対象：期間が1カ月以上の業務を受託している人で、発注者が一方的に報酬額を決定する問題があった人



発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない問題に対し、交渉を申し出ていない人(178 名)に、交渉を申し出ていない理由を聞いたところ、「交渉する機会がないから」(30.9%)が最も高くなり、「現在の報酬に満足しているから」(23.0%)、「交渉するという発想がなかったから」(22.5%)、「交渉することが面倒だから」(20.8%)、「交渉のためのノウハウや必要な情報が分からないから」(14.0%)が続きました。

1カ月以上の期間で行う業務委託について、発注者が一方的に報酬額を決定する問題に対し、交渉を申し出ていない理由  
〔複数回答形式〕

対象：期間が1カ月以上の業務を受託している人で、発注者が一方的に報酬額を決定する問題に交渉を申し出ていない人  
全体[n=178]



他方、発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない問題があった人で、交渉を申し出ていた人(267 名)に、問題が改善されたか聞いたところ、『改善された(計)』は 37.4%、『改善されていない(計)』は 62.5%でした。

発注者が一方的に報酬額を決定し、交渉に応じてもらえない問題は改善されたか 〔単一回答形式〕

対象：期間が1カ月以上の業務を受託している人で、

発注者が一方的に報酬額を決定する問題があり、交渉を申し出ていた人



# ◆6カ月以上の期間で行う業務委託について、発注者との取引に関する問題

「自身の申し出に応じて、育児介護等と業務を両立できるような発注者からの配慮がなかった」36.6%、うち70.5%が問題が改善されていない

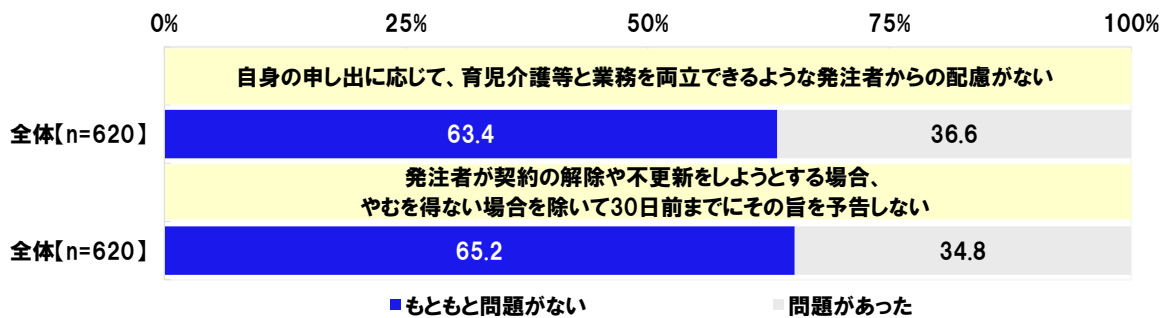
「発注者が契約の解除や不更新をしようとする場合、やむを得ない場合を除いて

30日前までにその旨を予告しない」では34.8%が「問題があった」、うち63.4%が問題が改善されていない

フリーランス法では、期間が 6 カ月以上の業務委託について、フリーランスで仕事をしている人が育児や介護などと業務を両立できるよう、フリーランスの申し出に応じて配慮をしなくてはならないと定められています。

期間が 6 カ月以上の業務を受託している人(620 名)に、6 カ月以上の期間で行う業務委託について、発注者との取引で問題があったか聞いたところ、【自身の申し出に応じて、育児介護等と業務を両立できるような発注者からの配慮がない】では「もともと問題がない」は 63.4%、「問題があった」は 36.6%、【発注者が契約の解除や不更新をしようとする場合、やむを得ない場合を除いて 30 日前までにその旨を予告しない】では「もともと問題がない」は 65.2%、「問題があった」は 34.8%でした。

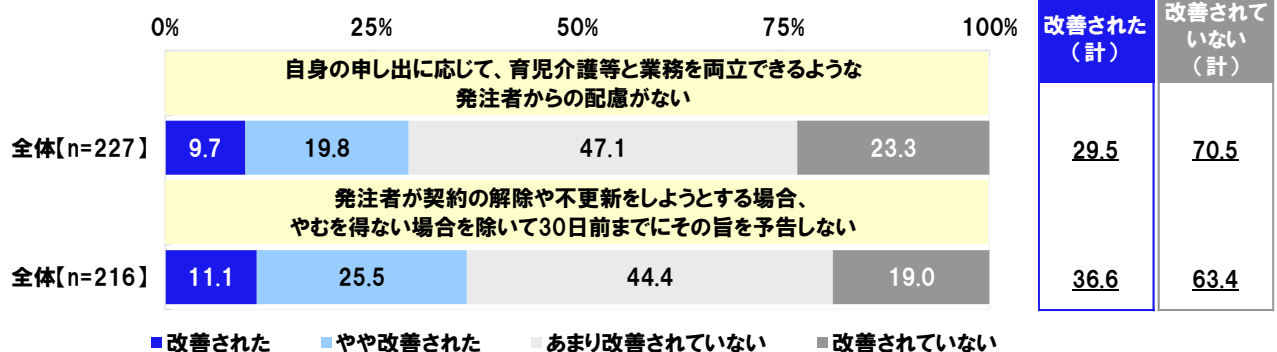
発注者との取引についてもともと以下の問題があったか〔各単一回答形式〕 対象：期間が6カ月以上の業務を受託している人



それぞれの問題があった人に、フリーランス法が施行された 2024 年 11 月前後に、問題が改善されたか聞いたところ、【自身の申し出に応じて、育児介護等と業務を両立できるような発注者からの配慮がない】問題がある人(227 名)では『改善された(計)』は 29.5%、『改善されていない(計)』は 70.5%で、大半が改善されていないことがわかりました。【発注者が契約の解除や不更新をしようとする場合、やむを得ない場合を除いて 30 日前までにその旨を予告しない】問題がある人(216 名)では『改善された(計)』は 36.6%、『改善されていない(計)』は 63.4%でした。

フリーランス法が施行された2024年11月前後に、発注者との取引で以下の問題が改善されたか〔各単一回答形式〕

対象：期間が6カ月以上の業務を受託している人で、それぞれの問題があった人





# **《労災保険の特別加入制度について》**

◆“労災保険の特別加入制度”の加入対象拡大 認知率は27.8%、事務・ビジネス関連の人では44.1%

◆“労災保険の特別加入制度”の利用希望 「すでに保険に加入している・利用したいと思う」は20.3%、

“利用したいと思わない”“分からない”理由TOP3は

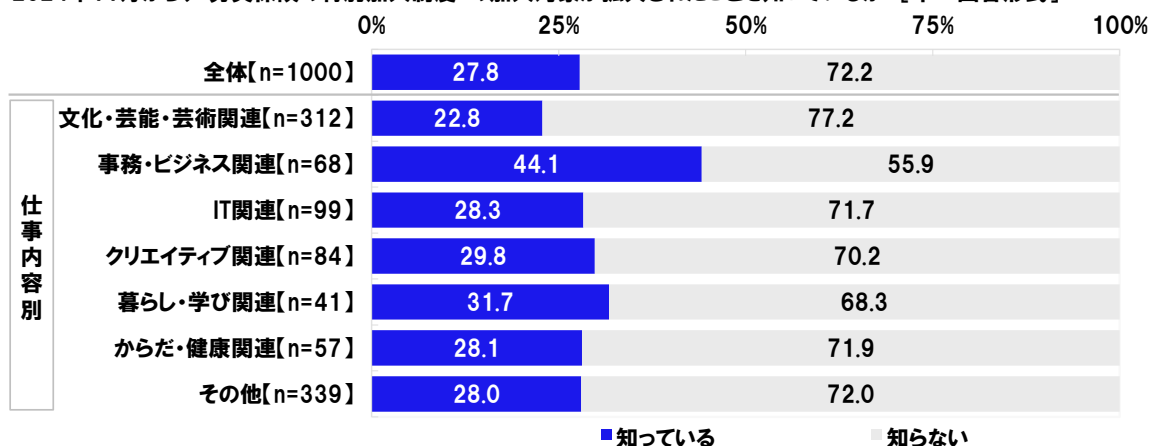
「金銭的な余裕がないから」「制度がよく分からないから」「健康保険証があるから」

“労災保険の特別加入制度”について質問しました。“労災保険の特別加入制度”とは、従来では労災保険への加入が認められなかった労働者以外の人のうち、業務の実態や災害の発生状況からみて、労働者に準じて保護することがふさわしいとみなされる人に、一定の要件のもとに労災保険に加入することを認めている制度です。フリーランスの人では、一部の業種・職種のみ加入が認められていましたが、2024 年 1 月の制度改正によって、加入対象が拡大され、業種・職種を問わず加入することができるようになりました。

全回答者(1,000 名)に、“労災保険の特別加入制度”の加入対象が拡大されたことを知っているか聞いたところ、「知っている」と回答した人の割合は 27.8%でした。

仕事内容別にみると、「知っている」と回答した人の割合は、事務・ビジネス関連(44.1%)で 4 割を上回った一方、多くの業種で 3 割を下回る結果となりました。

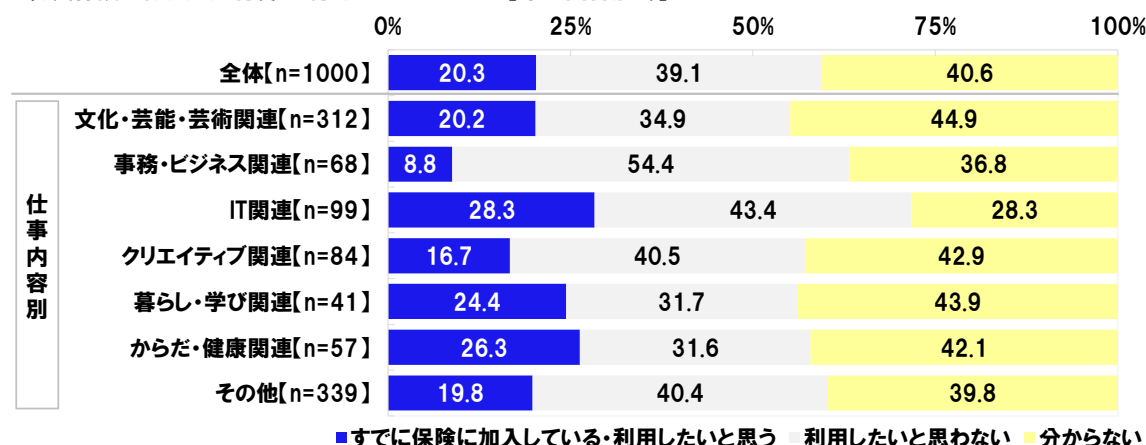
2024年11月から、“労災保険の特別加入制度”の加入対象が拡大されたことを知っているか [単一回答形式]



“労災保険の特別加入制度”を利用したいと思うか聞いたところ、「すでに保険に加入している・利用したいと思う」は 20.3%、「利用したいと思わない」は 39.1%、「分からない」は 40.6%となりました。

仕事内容別にみると、事務・ビジネス関連では、加入対象の拡大の認知率(44.1%)は最も高くなった一方、「すでに保険に加入している・利用したいと思う」(8.8%)は 1 割未満にとどまり、「利用したいと思わない」(54.4%)は半数を超えました。

“労災保険の特別加入制度”を利用したいと思うか [単一回答形式]





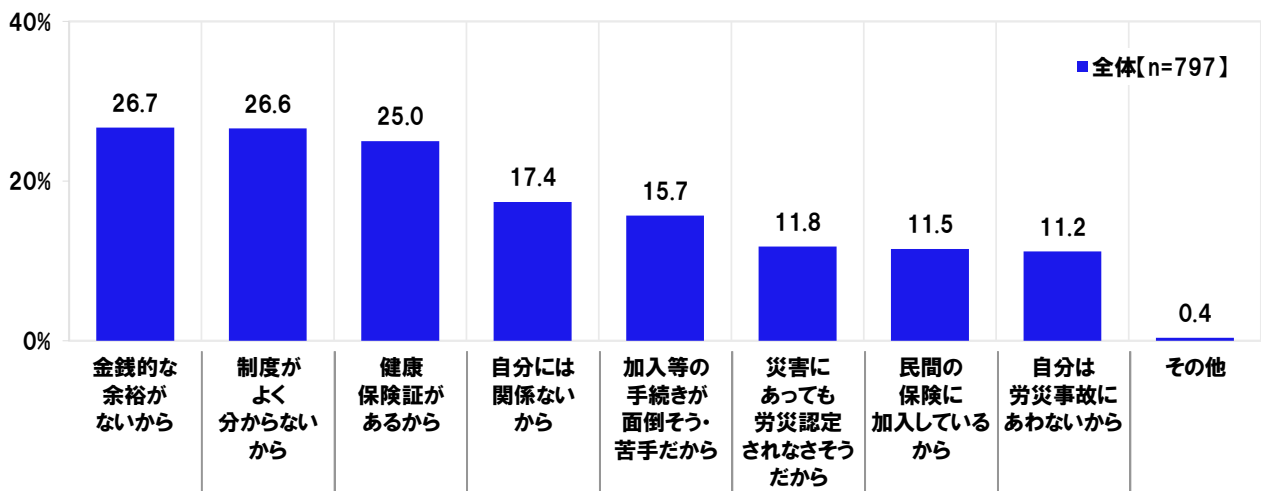
労災保険の特別加入制度の利用について“利用したいと思わない”“分からない”と回答した人(797 名)に、そのように回答した理由を聞いたところ、上位 3 つは「金銭的な余裕がないから」(26.7%)、「制度がよく分からないから」(26.6%)、「健康保険証があるから」(25.0%)で、いずれも 2 割を上回りました。次いで、「自分には関係ないから」(17.4%)、「加入等の手続きが面倒そう・苦手だから」(15.7%)となりました。

世代別にみると、20 代と 60 代以上では「健康保険証があるから」(順に 33.3%、32.8%)が 1 位となりました。また、30 代・40 代では「制度がよく分からないから」(順に 31.9%、31.2%)が 3 割以上でした。

仕事内容別にみると、クリエイティブ関連と暮らし・学び関連では「金銭的な余裕がないから」(順に 41.4%、48.4%)がいずれも 4 割を上回り、突出して高くなりました。事務・ビジネス関連では「健康保険証があるから」(38.7%)が 1 位でした。

労災保険の特別加入制度の利用について“利用したいと思わない”“分からない”と回答した理由 [複数回答形式]

対象: 労災保険の特別加入制度の利用について“利用したいと思わない”“分からない”と回答した人



労災保険の特別加入制度の利用について“利用したいと思わない”“分からない”と回答した理由 [複数回答形式]

対象: 労災保険の特別加入制度の利用について“利用したいと思わない”“分からない”と回答した人

		n数	金銭的な 余裕が ないから	制度が よく 分からない から	健康 保険証が あるから	自分には 関係ない から	加入等の 手続きが 面倒そう・ 苦手 だから	災害に あっても 労災認定 されなさ そう だから	民間の 保険に 加入 している から	自分は 労災 事故に あわない から	その他
世代別	全体	797	26.7	26.6	25.0	17.4	15.7	11.8	11.5	11.2	0.4
	20代	51	29.4	23.5	33.3	13.7	11.8	7.8	11.8	3.9	-
	30代	182	26.9	31.9	22.0	15.4	18.7	8.8	9.9	8.2	0.5
	40代	189	30.7	31.2	19.6	11.1	22.2	12.7	11.6	13.8	0.5
	50代	189	28.6	25.4	23.3	18.0	14.8	17.5	9.5	8.5	0.5
	60代以上	186	19.9	18.8	32.8	26.3	8.1	9.1	15.1	16.1	-
仕事内容別	文化・芸能・芸術関連	249	30.9	28.1	22.9	17.3	17.7	15.3	10.4	11.2	0.8
	事務・ビジネス関連	62	11.3	19.4	38.7	16.1	14.5	9.7	21.0	9.7	-
	IT関連	71	22.5	32.4	21.1	19.7	15.5	8.5	11.3	12.7	-
	クリエイティブ関連	70	41.4	32.9	32.9	10.0	15.7	14.3	8.6	18.6	1.4
	暮らし・学び関連	31	48.4	35.5	29.0	9.7	22.6	6.5	12.9	12.9	-
	からだ・健康関連	42	26.2	19.0	31.0	9.5	21.4	2.4	9.5	7.1	-
	その他	272	21.3	23.9	21.3	21.3	12.5	11.4	11.4	9.6	-

■ 全体比+10pt以上/ ■ 全体比+5pt以上/ ■ 全体比-5pt以下/ ■ 全体比-10pt以下

(%)

# 《フリーランスの仕事の悩みと労働環境について》

## ◆仕事に関する悩みの相談相手TOP3 「フリーランス仲間」「同業者」「友人」

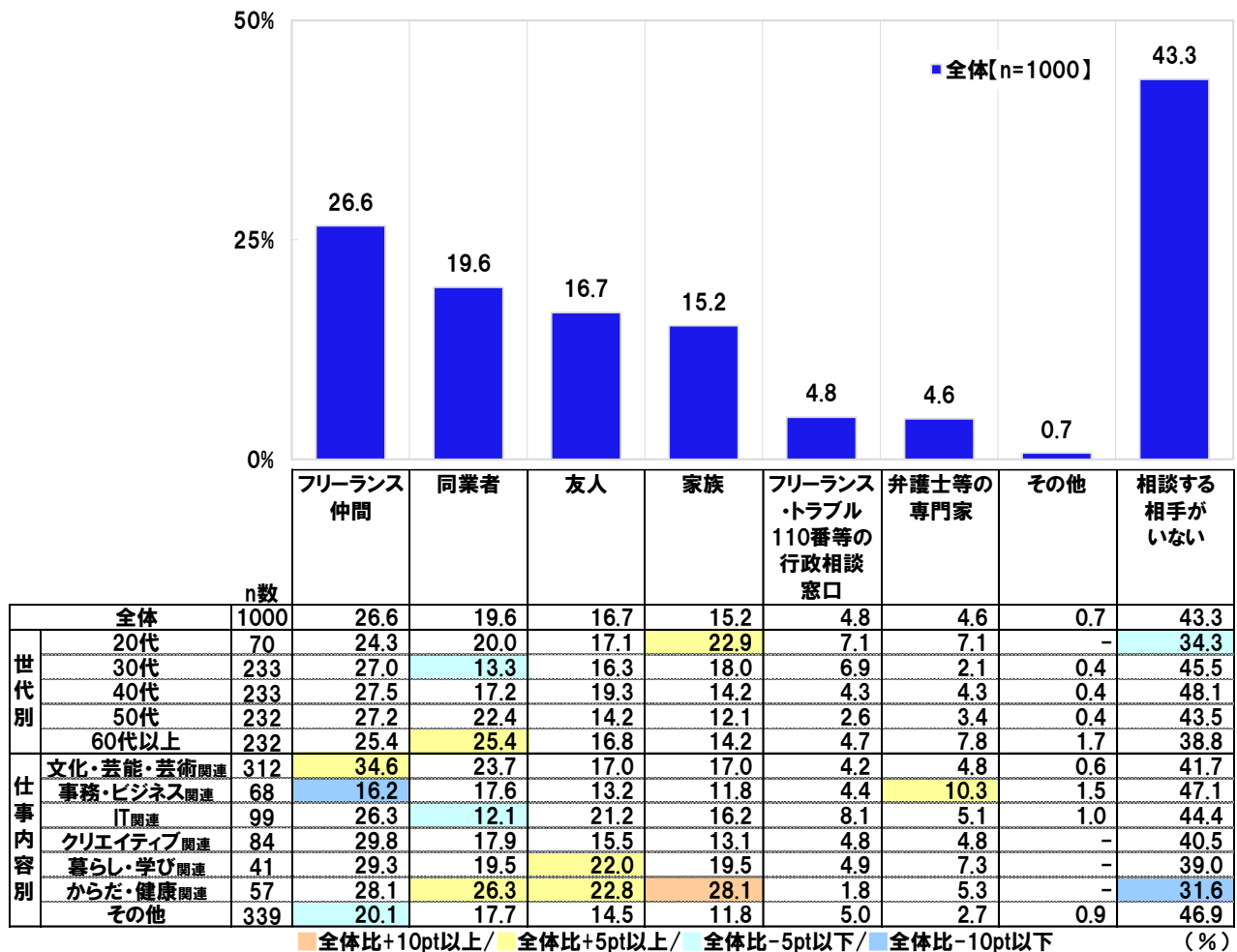
一方で、「相談する相手がいない」が43.3%

全回答者(1,000名)に、普段、仕事に関する悩みについて誰に相談しているか聞いたところ、相談相手では、1位「フリーランス仲間」(26.6%)、2位「同業者」(19.6%)、3位「友人」(16.7%)となりました。一方で、回答が最も多く集まったのは「相談する相手がいない」(43.3%)で、半数近くが普段、仕事に関する悩みを相談できていないことがわかりました。

世代別にみると、20代では、「家族」(22.9%)が他の世代と比べて高くなりました。

仕事内容別にみると、文化・芸能・芸術関連では、「フリーランス仲間」(34.6%)が全体と比べて5ポイント以上高くなりました。また、事務・ビジネス関連では、「弁護士等の専門家」(10.3%)が他の仕事と比べて高く、1割となりました。からだ・健康関連では、「フリーランス仲間」「家族」(いずれも28.1%)が同率で1位でした。

普段、仕事に関する悩みについて誰に相談しているか〔複数回答形式〕



◆「個人では解決できない問題に対するために、フリーランス同士でつながりたいと思う」27.9%、  
20代では38.6%

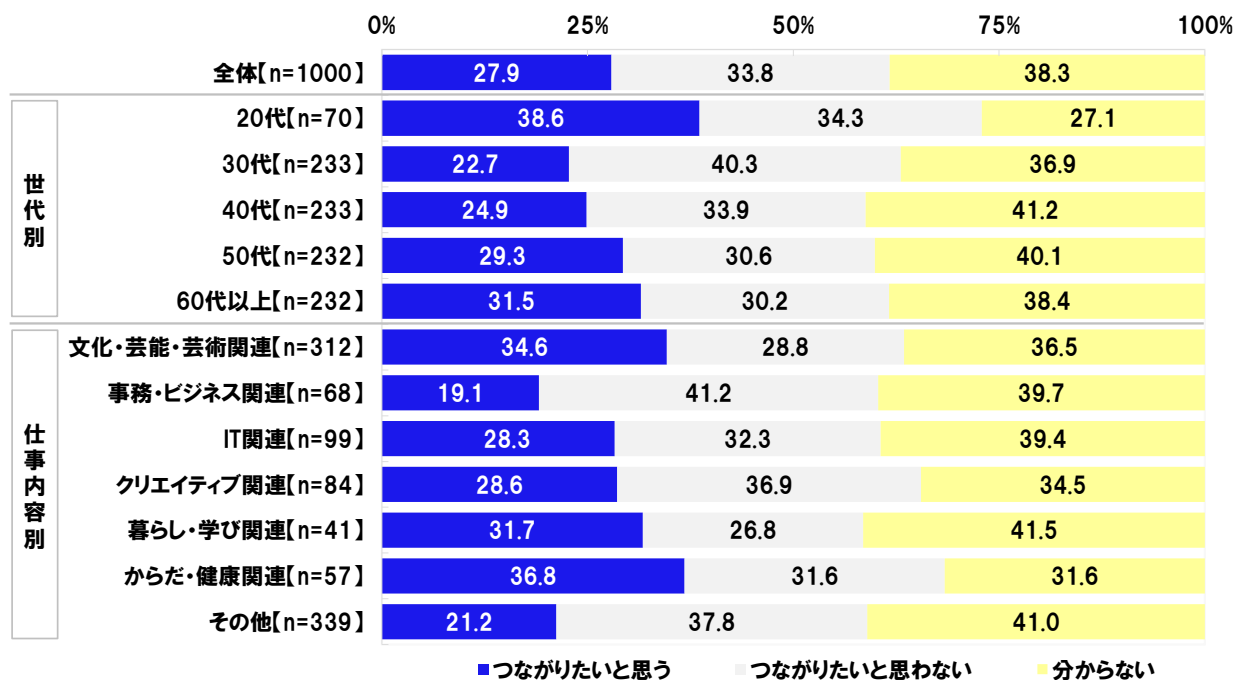
2023 年、アメリカでは、Netflix 等の巨大プラットフォームに対して、俳優や歌唱、声優、ダンサー、宣伝業務に携わる人などで結成された全米映画俳優組合が労働条件の改善や、AI の使用に関する保護措置などを求める長期のデモを通じて、権利を獲得したことが日本でも大きく報じられました。

このように、個人では解決できない問題に対するために、フリーランス同士でつながりたいと思うか聞いたところ、「つながりたいと思う」は 27.9%、「つながりたいと思わない」は 33.8%、「分からない」は 38.3%でした。

世代別にみると、「つながりたいと思う」と回答した人の割合は、20 代では 38.6%と、突出して高くなりました。他方、「つながりたいと思わない」と回答した人の割合は、30 代では 40.3%と、他の世代と比べて高くなりました。

仕事内容別にみると、「つながりたいと思う」と回答した人の割合は、からだ・健康関連(36.8%)で最も高くなりました。また、「つながりたいと思わない」と回答した人の割合は、事務・ビジネス関連では41.2%と、全体と比べて5ポイント以上高くなりました。

個人では解決できない問題に対するために、フリーランス同士でつながりたいと思うか [単一回答形式]



# ◆フリーランスがより働きやすくなるために必要だと思うこと

## 1位「フリーランスの立場や権利を守る法律の整備」

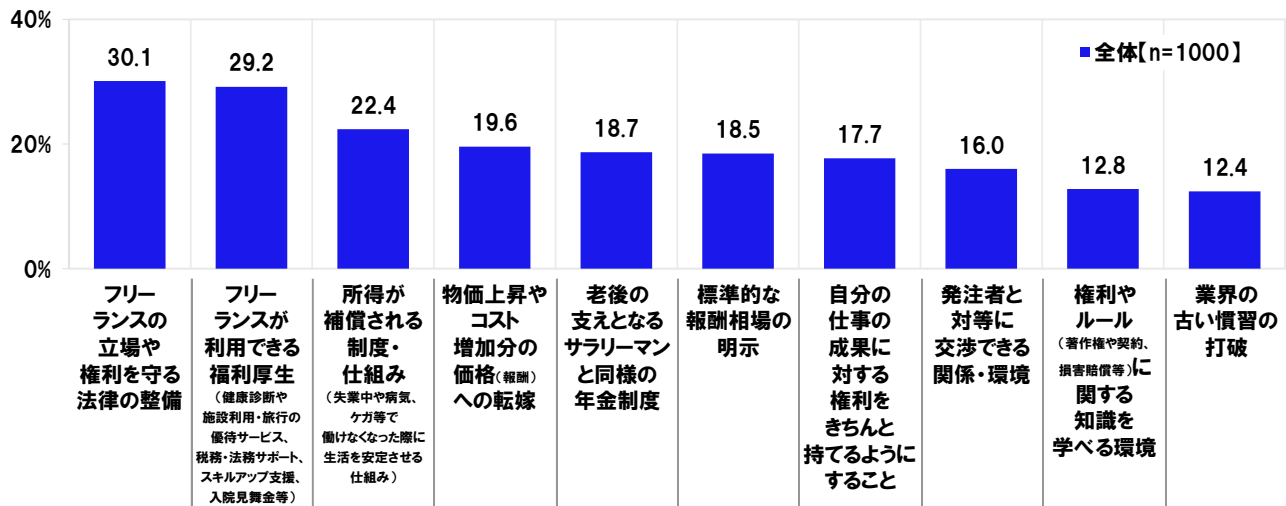
### 20代・30代では「フリーランスが利用できる福利厚生」が1位

全回答者(1,000名)に、フリーランスがより働きやすくなるために必要だと思うことを聞いたところ、「フリーランスの立場や権利を守る法律の整備」(30.1%)が最も高くなりました。次いで、「フリーランスが利用できる福利厚生(健康診断や施設利用・旅行の優待サービス、税務・法務サポート、スキルアップ支援、入院見舞金等)」(29.2%)、「所得が補償される制度・仕組み(失業中や病気、ケガ等で働けなくなった際に生活を安定させる仕組み)」(22.4%)、「物価上昇やコスト増加分の価格(報酬)への転嫁」(19.6%)、「老後の支えとなるサラリーマンと同様の年金制度」(18.7%)となりました。

世代別にみると、20代と30代では「フリーランスが利用できる福利厚生(健康診断や施設利用・旅行の優待サービス、税務・法務サポート、スキルアップ支援、入院見舞金等)」(順に37.1%、30.9%)が1位となりました。

仕事内容別にみると、文化・芸能・芸術関連では、「フリーランスの立場や権利を守る法律の整備」(35.3%)が全体と比べて5ポイント以上高くなりました。暮らし・学び関連では「フリーランスが利用できる福利厚生(健康診断や施設利用・旅行の優待サービス、税務・法務サポート、スキルアップ支援、入院見舞金等)」(51.2%)が突出して高く、半数以上となりました。

フリーランスがより働きやすくなるために必要だと思うこと〔複数回答形式〕※上位10位までを表示



フリーランスがより働きやすくなるために必要だと思うこと〔複数回答形式〕※上位10位までを表示

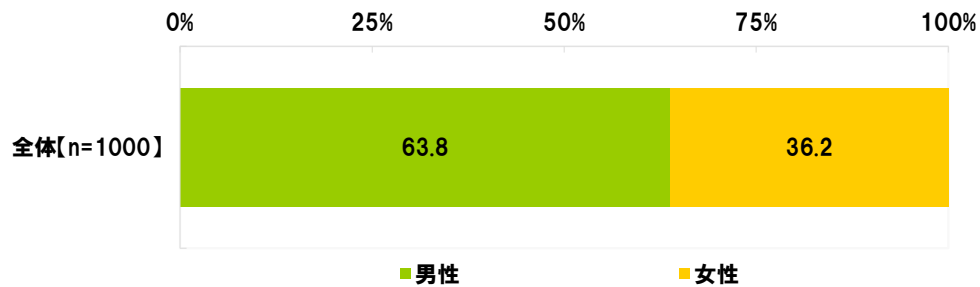
		n数	フリー ランスの 立場や 権利を 守る 法律の 整備	フリー ランスが 利用 できる 福利厚生	所得が 補償 される 制度・ 仕組み	物価 上昇や コスト 増加分の 価格 への転嫁	老後の 支えと なる サラリー マンと 同様の 年金制度	標準的な 報酬 相場の 明示	自分の 仕事の 成果に 対する 権利を きちんと 持てる ように すること	発注者と 対等に 交渉 できる 関係・ 環境	権利や ルールに 関する 知識を 学べる 環境	業界の 古い 慣習の 打破
全体		1000	30.1	29.2	22.4	19.6	18.7	18.5	17.7	16.0	12.8	12.4
世代別	20代	70	21.4	37.1	24.3	22.9	12.9	12.9	20.0	12.9	17.1	12.9
	30代	233	27.5	30.9	21.5	16.7	14.6	15.0	17.2	11.2	11.6	9.9
	40代	233	31.3	30.0	26.2	19.7	24.5	21.0	17.2	14.2	12.0	11.2
	50代	232	30.6	30.6	21.1	21.6	17.7	18.5	15.5	17.7	14.2	13.8
	60代以上	232	33.6	22.8	20.3	19.4	19.8	21.1	20.3	22.0	12.1	14.7
仕事 内容 別	文化・芸能・芸術関連	312	35.3	27.9	26.3	20.2	18.6	23.1	21.5	17.0	16.7	20.2
	事務・ビジネス関連	68	25.0	27.9	19.1	17.6	14.7	20.6	22.1	13.2	13.2	8.8
	IT関連	99	31.3	26.3	22.2	26.3	24.2	14.1	13.1	12.1	6.1	7.1
	クリエイティブ関連	84	31.0	33.3	17.9	21.4	16.7	20.2	14.3	25.0	11.9	11.9
	暮らし・学び関連	41	29.3	51.2	34.1	41.5	31.7	17.1	29.3	17.1	14.6	7.3
	からだ・健康関連	57	17.5	33.3	31.6	17.5	17.5	12.3	14.0	14.0	12.3	10.5
	その他	339	28.0	27.1	17.7	14.7	17.1	15.9	14.7	14.7	11.2	8.6

■全体比+10pt以上/ ■全体比+5pt以上/ ■全体比-5pt以下/ ■全体比-10pt以下

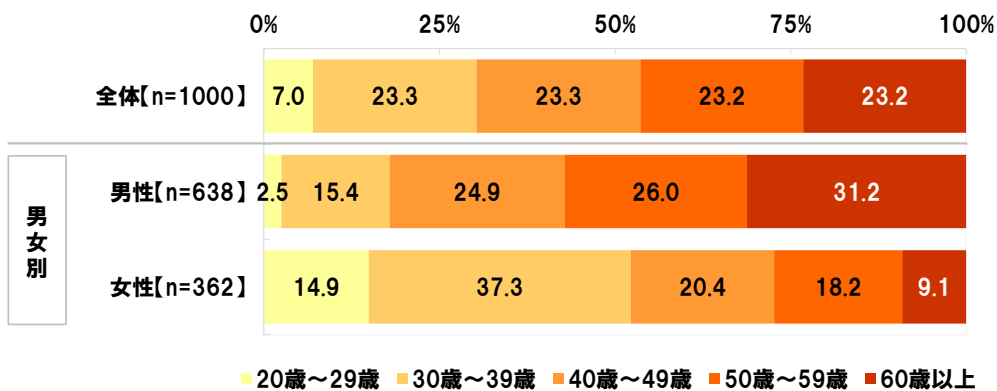
(%)

## 回答者の基本的属性

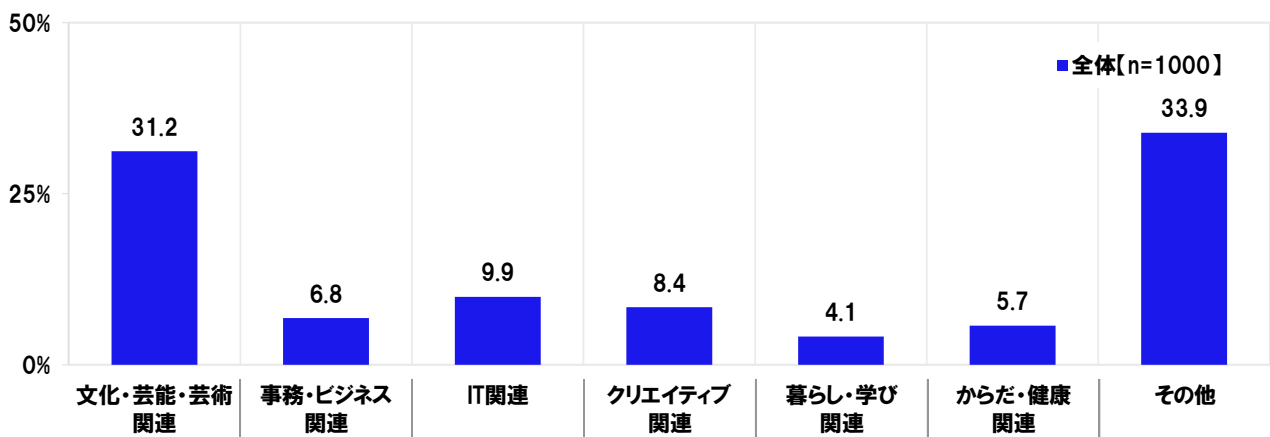
### 1.性別



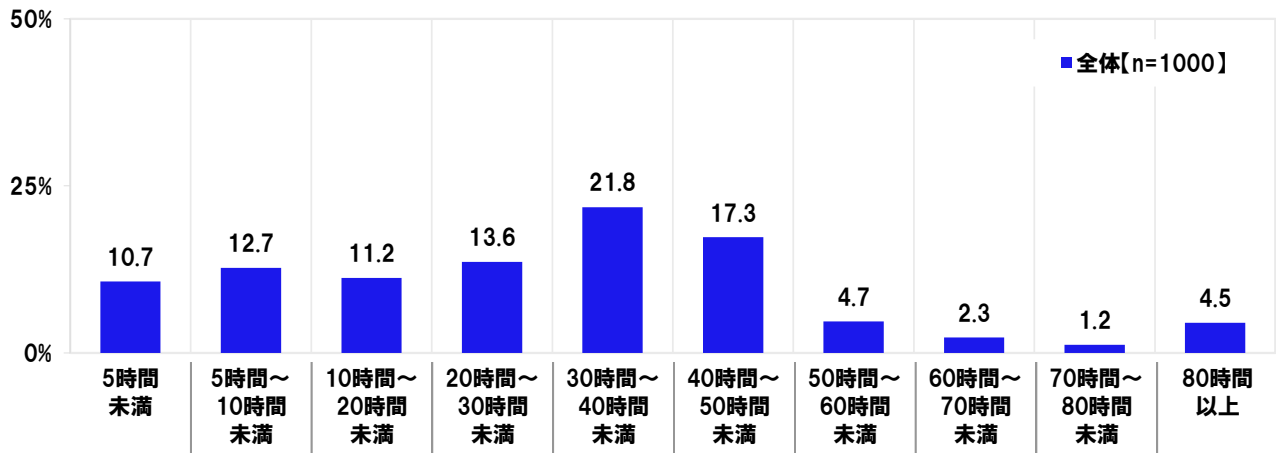
### 2.年齢



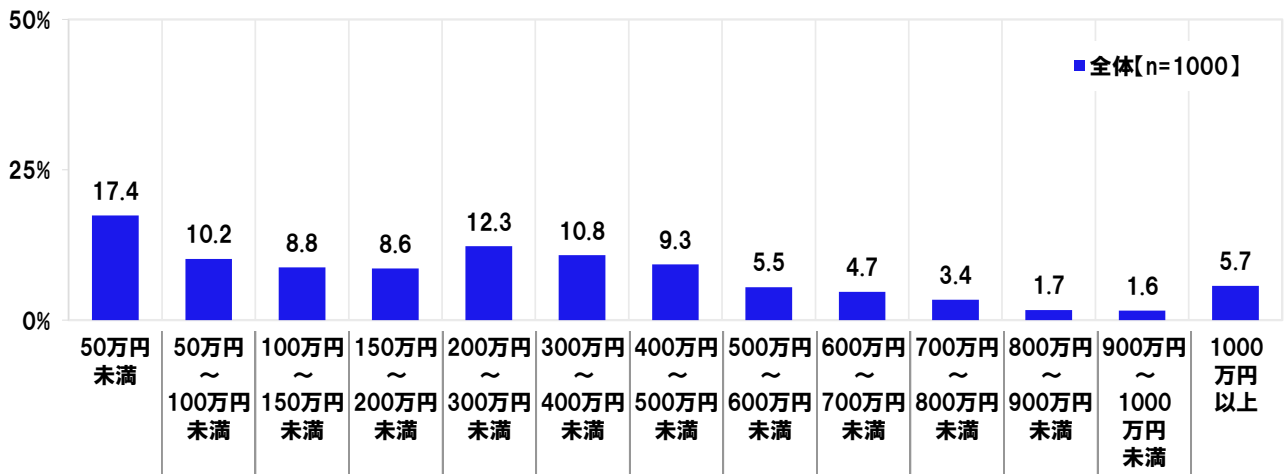
### 3.仕事内容



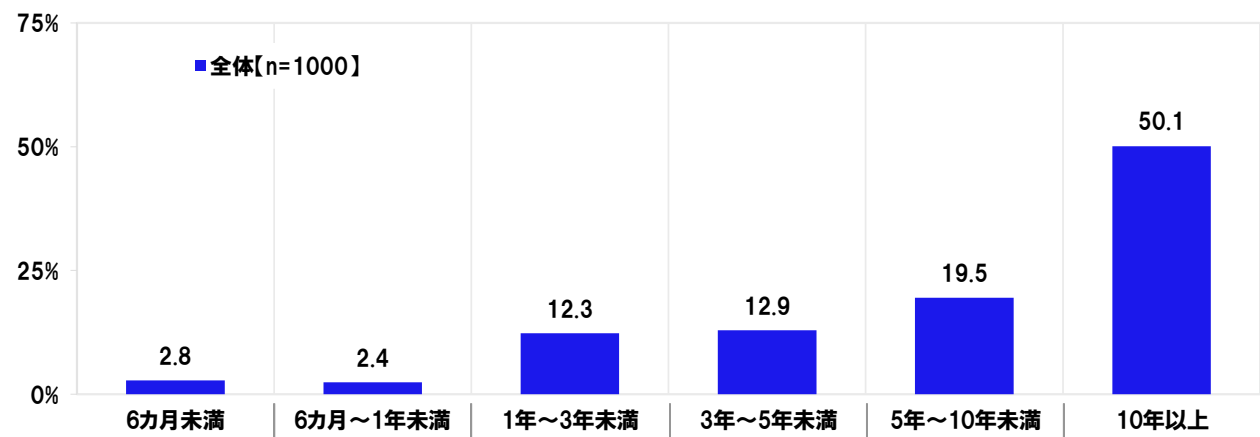
#### 4.フリーランスとして働いている時間(週あたり)



#### 5.フリーランスとして得ている前年度の年収



#### 6.フリーランスとして働き始めてからの期間





注:本調査レポートの百分率表示は小数点第2位で四捨五入しているため、内訳の計と合計が一致しない場合や、  
全ての内訳を合計しても100%とならない場合があります。

### ■■調査概要■■

- ◆調査タイトル:フリーランスとして働く人の意識・実態調査 2025
- ◆調査対象 :ネットエイジアリサーチのモニター会員を母集団とする  
全国の20歳以上の男女でフリーランス(※)として働く人  
※フリーランスを本業として仕事をしている人を対象
- ◆調査期間 :2025年6月27日～7月1日
- ◆調査方法 :インターネット調査
- ◆調査地域 :全国
- ◆有効回答数 :1,000サンプル
- ◆実施機関 :ネットエイジア株式会社

### ■■報道関係の皆様へ■■

本ニュースレターの内容の転載にあたりましては、「連合調べ」と  
付記のうえご使用くださいますよう、お願い申し上げます。

### ■■本調査に関するお問合せ窓口■■

連合(日本労働組合総連合会)

総合運動推進局 フェアワーク推進局 担当:越智  
TEL :03-5295-0555  
Eメール :jtuc-fairwork@sv.rengo-net.or.jp

総合企画局 企画局 担当:澤田  
TEL :03-5295-0510  
Eメール :jtuc-kikaku@sv.rengo-net.or.jp

受付時間 :10時00分～17時30分(月～金)

### ■■連合(日本労働組合総連合会) 概要■■

組織名 :連合(日本労働組合総連合会)  
代表者名 :会長 芳野 友子  
発足 :1989年11月  
所在地 :東京都千代田区神田駿河台3-2-11 連合会館  
活動内容 :すべての働く人たちのために、希望と安心の社会をつくる