

フリーランス白書 2026

社会保険
への
不安

仕事の
獲得経路

年収

満足度

フリー
ランス法
の影響



- [調査概要 p4](#)
 - [調査結果サマリー p5](#)
 - 働き方（回答者属性）
 - ↳ [年代、性別、フリーランス歴、取引先数 p6](#)
 - ↳ [稼働時間、収入 p7](#)
 - ↳ [職種 p8](#)
 - ↳ [仕事獲得経路 p9](#)
 - フリーランスとして働くことについて
 - ↳ [フリーランスとして働くことを選んでいる理由 p10](#)
 - ↳ [フリーランスとして働くことの満足度 p11](#)
 - ↳ [フリーランスや副業で働く上での課題 p12](#)
 - ↳ [フリーランスや副業で働く上での課題の改善傾向 p13](#)
 - ↳ [フリーランスが政府に対策を求めること p14](#)
 - フリーランス法について
 - ↳ [フリーランス法についての取引先との対話状況 p15](#)
 - ↳ [フリーランス法違反の発生有無と発生時の行動 p16](#)
 - ↳ [【自由回答抜粋】フリーランス法違反だと感じた状況 p17-20](#)
 - ↳ [フリーランス法周知のために行政に期待すること p21](#)
- ※「フリーランス法違反だと感じた状況」（p16-19）の自由回答は閲覧専用のスプレッドシートで全件公開いたしております。宜しければ下記にアクセスしてご覧ください。
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1G3nP4RUxJytQx_oJ5dsP3J6EsnwgJacD/edit?usp=sharing&ouid=104444917105421618878&rtpof=true&sd=true
- 労災保険について
 - ↳ [労災保険（労働者災害補償保険）加入状況 p22](#)
 - インボイス制度について
 - ↳ [インボイス制度の登録申請状況 p23](#)
 - ↳ [請求・支払関連書類への消費税記載状況 p24](#)
 - ↳ [フリーランスの2割特例終了後の状況 p24](#)
 - ↳ [フリーランスの簡易課税制度についての理解 p26](#)

- [調査概要 p27](#)
- [調査背景：ライフリスクに備えるセーフティネットの脆弱性 p28](#)
- [調査結果サマリー p29](#)
- [回答者属性 p30-32](#)
- [現在加入している公的医療保険 p33](#)
- [被用者としての社会保険加入経験 p34](#)
- [フリーランスと会社員の制度格差に関する独立前の認知 p35](#)
- [社会保険制度格差について困っていること p36](#)
 - ↳ [【クロス集計】 上位 5 項目 × 年収・扶養有無 p37-38](#)
 - ↳ [【自由回答例】 社会保険制度格差について困っていること p39-41](#)
- [今の社会保険制度に対する安心/不安の度合い p42](#)
 - ↳ [【自由回答例】 今の社会保険制度に対する安心/不安の背景理由 p43-45](#)
- [働き方によらない社会保険制度の希望 p46](#)
- [保険料自己負担での雇用保険加入意向 p47](#)
 - ↳ [【クロス集計】 属性 p48](#)
 - ↳ [【自由回答例】 雇用保険への加入意向の背景理由 p49-51](#)
- [保険料自己負担での健保組合と厚生年金の加入意向/前提条件 p52-53](#)
 - ↳ [【クロス集計】 属性 p54](#)
 - ↳ [【自由回答例】 健保組合・厚生年金への加入意向の背景理由 p55-57](#)
- [保障と支払保険料のバランスに関する考え方 p58](#)
 - ↳ [【クロス集計】 属性 p59](#)
 - ↳ [【自由回答例】 保障と支払保険料のバランスに関する考え方 p60-62](#)
- [社会保険制度改革のアイディア 3 種に対する賛否 p63](#)
 - ↳ [【クロス集計】 年代・年収・扶養有無・働き方 p64-67](#)
 - ↳ [【自由回答例】 社会保険料の負担者に対する考えの背景理由 p68-69](#)
- [国保組合の認知・加入状況 p70](#)
- [社会保険料引き下げノウハウ・ビジネスに対するモラル認識 p71](#)
 - ↳ [【参考】 社会保険制度をハックする「社会保険料削減サービス」 p72](#)

※本調査のすべての自由回答一覧はPDFで全件公開いたしております。宜しければ下記よりダウンロードしてご覧ください。（全226頁）
https://blog.freelance-jp.org/wp-content/uploads/2025/12/freelance-social-insurance-survey2025_FA.pdf

満足度

稼働時間

あなたの声を
聞かせてください!

年収

フリーランスの 実態調査

2025

政府に
求めること

フリー
ランス法
の影響

第1章 2025年度フリーランス実態調査

2026年6月発行

調査期間：2025.11/1- 11/30

調査方法：オンラインのアンケート調査フォーム
による回答収集

告知方法：フリーランス協会メールマガジン・公式SNS

回答総数：1,437名

(内 集計対象者＝副業者を除く独立系フリーランス・パラレルキャリア活動者 1,426名)

※重複アドレスからの回答は厳正に削除済み

■フリーランスの稼働時間と収入

- ・月間稼働時間はいわゆるフルタイムに相当する「月間140時間以上」は回答者全体の48.5%
「60～140時間未満」と「140～200時間未満」が約3割
- ・年収は「年収400万円以上」が回答者全体の49.5%
「200～400万円未満」が27.7%、次いで「400～600万円未満」が19.9%
自身の収入が世帯収入の「8割以上」を占める人は51.0%

■仕事獲得経路

- ・最も稼げる獲得経路は1位「人脈」2位「過去・現在の取引先」3位「エージェントサービス」

■フリーランス・パラレルキャリアを選んでいる理由

- ・働き方の裁量・キャリア自律の観点もしくは柔軟性・ワークライフバランスの観点が中心的な理由

■今の働き方に対する満足度

- ・多くの項目で7～8割の人が満足しているが、「多様性に富んだ人脈形成」「収入」「社会的地位」に満足している人は3～4割

■フリーランスや副業で働く上での課題と改善傾向

- ・ライフリスク（健康・子育て・介護等）に関する社会保険・社会保障や、社会的信用力の向上を求める声が上位に
- ・フリーランス法の施行による取引条件明示の義務付けや、労災保険の特別加入対象拡大、フリーランス同士の協働は、課題が改善されてきているという実感につながっている
- ・政府に早急な対策を求める問題は「インボイス制度(62.7%)※」「社会保険の手薄さ(43.2%)」「物価高(42.3%)」「報酬適正化(41.2%)」

※本調査結果を踏まえて税制改正要望を行い、令和8年度税制改正大綱でインボイス制度経過措置が延長された

■フリーランス法の認知活用実態

- ・「フリーランス法」について取引先との会話に出たことがあるフリーランスは21.7%
- ・法律施行後にフリーランス法違反だと感じたことがあるフリーランスは28.5%
- ・違反を感じる事由に対し自ら取引先に説明や交渉をしたフリーランスは27.5%
- ・フリーランス法周知に向けて行政に期待する対応は「違法・取り締まり事例の公開」が63.5%

■フリーランスの労災保険の認知と加入状況

- ・回答者における認知度は42.7%
- ・加入割合は10.4%

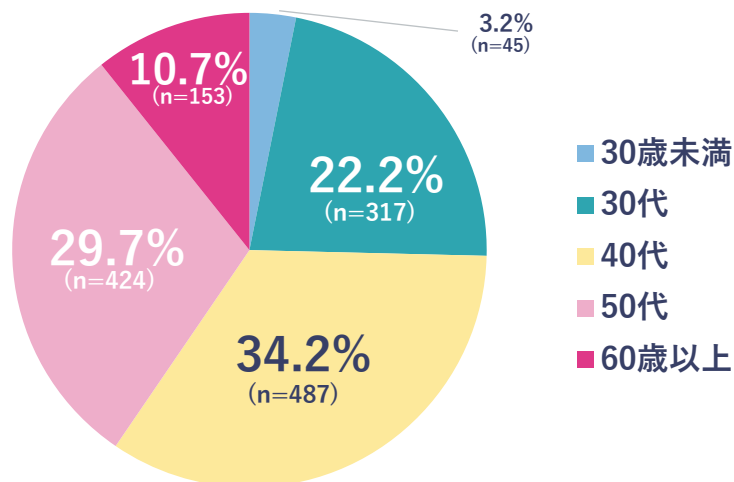
■インボイス制度に関する状況

- ・インボイス登録申請者は47.3%、該当職種だが登録するつもりはない人は28.2%
- ・フリーランスが売り上げ先から受け取る支払書に消費税額が「ほとんど記載されている」と回答したのは61.0%
- ・簡易課税制度を理解し、申請しているフリーランスは16.3%

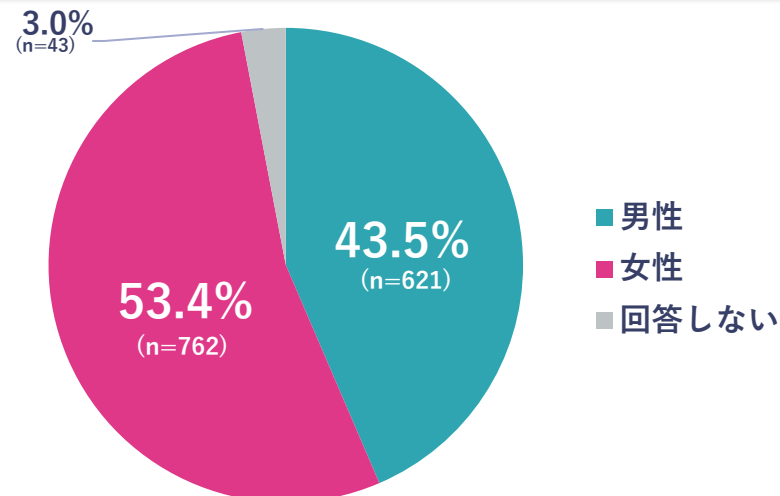
回答者属性（年代、性別、フリーランス歴、取引先数）

(n=1426)

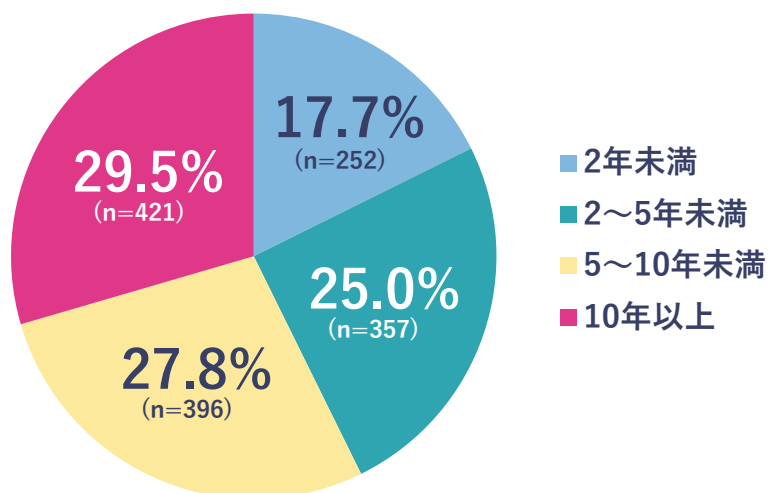
年代



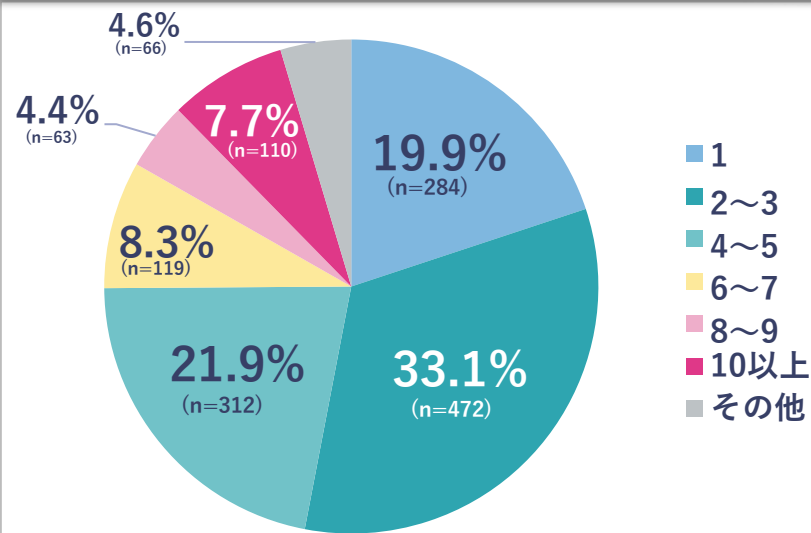
性別



フリーランス歴



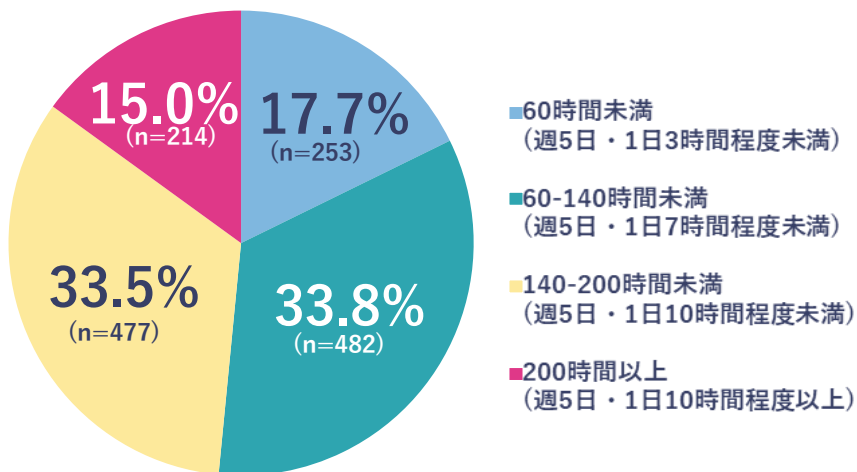
取引先数



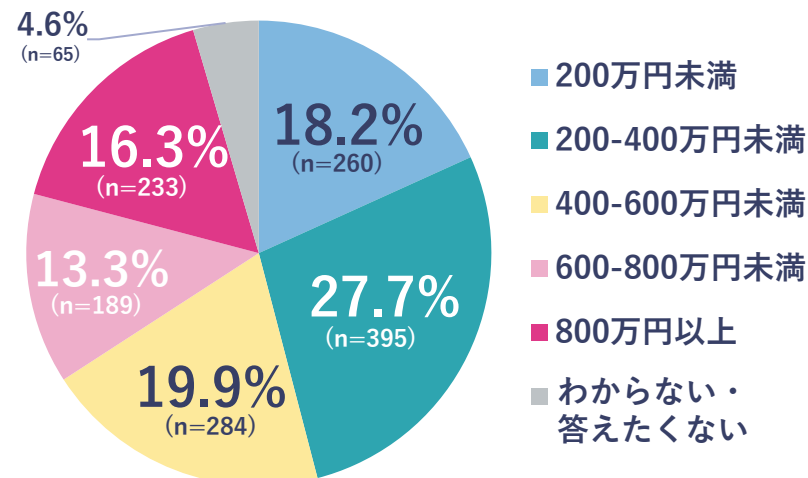
回答者属性（稼働時間、収入）

(n=1426)

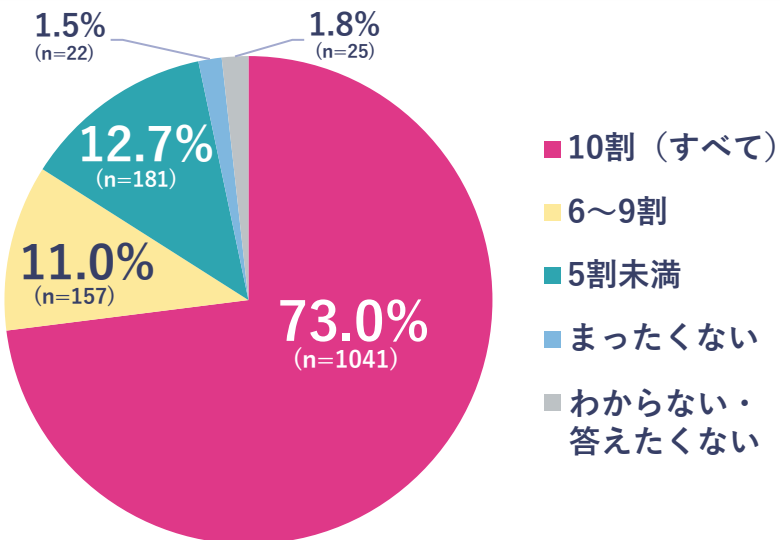
稼働時間



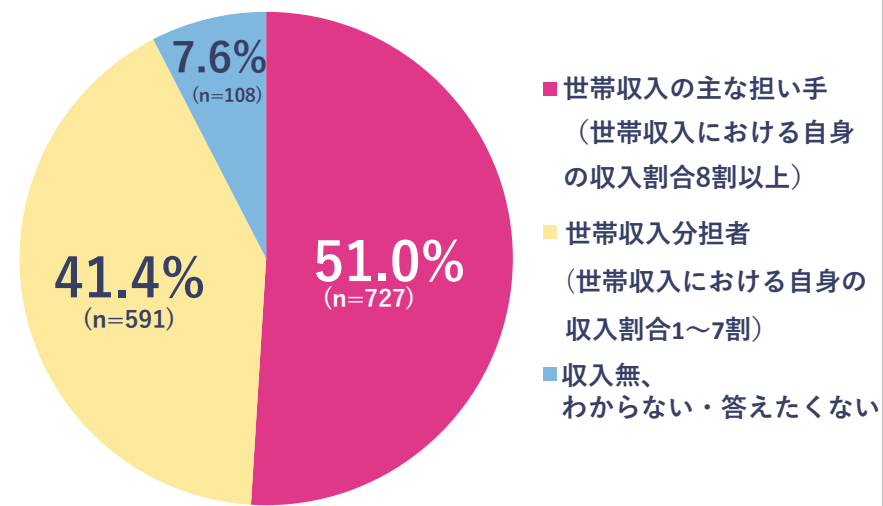
年収



個人収入に占めるフリーランス収入割合



世帯に占めるフリーランス収入割合



回答者属性（職種）

職種

No.	【現在の主な収入源となっている職種】単一回答 / 必須	回答数	割合
1	クリエイティブ・Web・フォト系	362	25.4%
2	エンジニア・技術開発系	229	16.1%
3	出版・メディア系	141	9.9%
4	コンサルティング系	104	7.3%
5	事務・バックオフィス系	75	5.3%
6	通訳翻訳系	57	4.0%
7	企画系（マーケティング・広報など）	53	3.7%
8	教育系	45	3.2%
9	映像制作系	43	3.0%
10	芸術系	36	2.5%
11	営業・販売・小売系	32	2.2%
12	人事・人材系	28	2.0%
13	医療福祉系	26	1.8%
14	士業系	26	1.8%
15	建築・施工系	25	1.8%
16	スポーツ・健康系	21	1.5%
17	配達・運送系	18	1.3%
18	美容ファッション系	14	1.0%
19	ライフサポート系（ハウスキーパーなど）	14	1.0%
20	MC・モデル・タレント系	9	0.6%
21	飲食系	8	0.6%
22	観光系	6	0.4%
23	金融保険系	5	0.4%
24	その他	49	3.4%
	全体	1426	100.0%

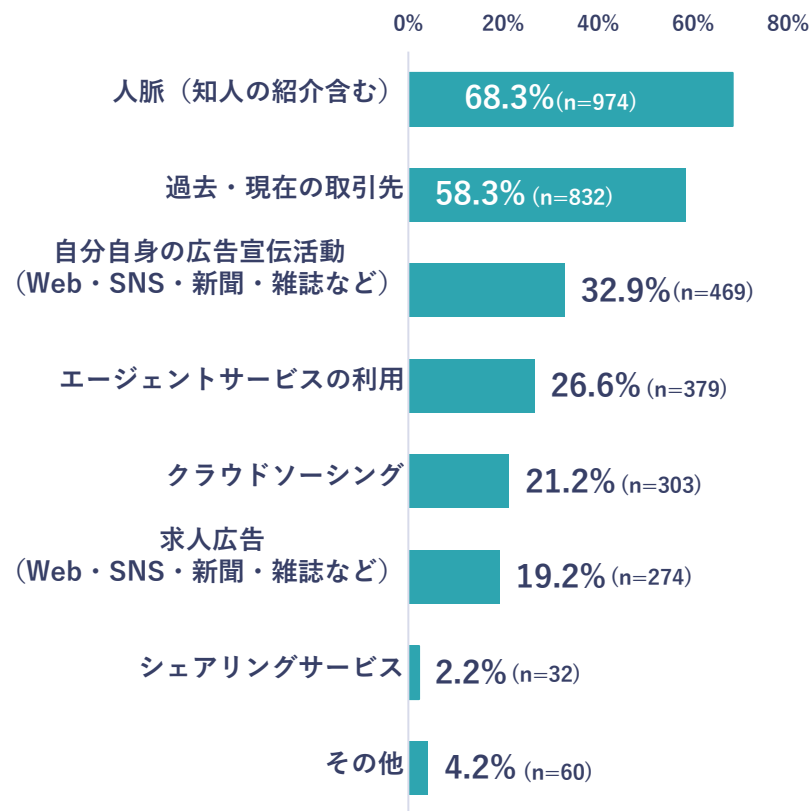
居住地

No.	【現在の居住地】単一回答 / 必須	回答数	割合
1	北海道	45	3.2%
2	青森県	2	0.1%
3	岩手県	5	0.4%
4	宮城県	18	1.3%
5	秋田県	4	0.3%
6	山形県	3	0.2%
7	福島県	8	0.6%
8	茨城県	12	0.8%
9	栃木県	10	0.7%
10	群馬県	16	1.1%
11	埼玉県	89	6.2%
12	千葉県	58	4.1%
13	東京都	414	29.0%
14	神奈川県	194	13.6%
15	新潟県	11	0.8%
16	富山県	4	0.3%
17	石川県	6	0.4%
18	福井県	2	0.1%
19	山梨県	3	0.2%
20	長野県	22	1.5%
21	岐阜県	12	0.8%
22	静岡県	33	2.3%
23	愛知県	62	4.3%
24	三重県	6	0.4%
25	滋賀県	19	1.3%
26	京都府	36	2.5%
27	大阪府	99	6.9%
28	兵庫県	57	4.0%
29	奈良県	12	0.8%
30	和歌山県	2	0.1%
31	鳥取県	3	0.2%
32	島根県	1	0.1%
33	岡山県	10	0.7%
34	広島県	19	1.3%
35	山口県	5	0.4%
36	徳島県	0	0.0%
37	香川県	6	0.4%
38	愛媛県	10	0.7%
39	高知県	3	0.2%
40	福岡県	43	3.0%
41	佐賀県	4	0.3%
42	長崎県	3	0.2%
43	熊本県	8	0.6%
44	大分県	10	0.7%
45	宮崎県	7	0.5%
46	鹿児島県	7	0.5%
47	沖縄県	19	1.3%
48	海外	4	0.3%
	全体	1426	100.0%

「人脈」「過去・現在の取引先」など直接の知り合い経由で仕事を得る人が大半で、仲介事業者の利用率は昨年比で「エージェントサービス」が微増、「クラウドソーシング」「シェアリングサービス」が微減

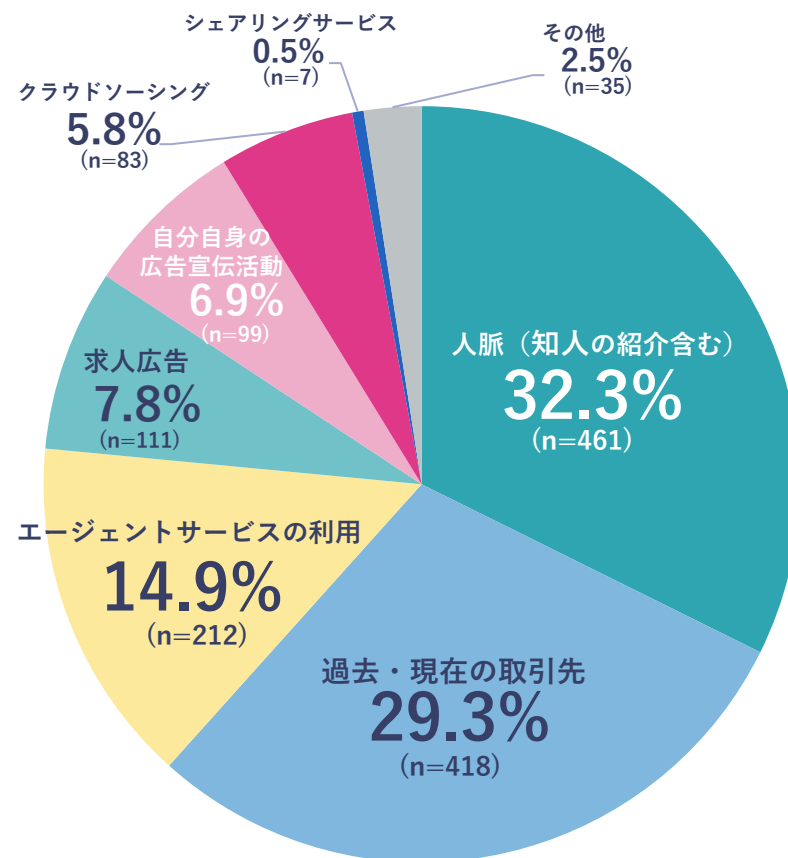
Q.仕事はどのようなところから見つけますか。

(n=1426/複数回答)



Q.その中で、最も収入が得られる仕事はどのようなところから見つけたものですか。

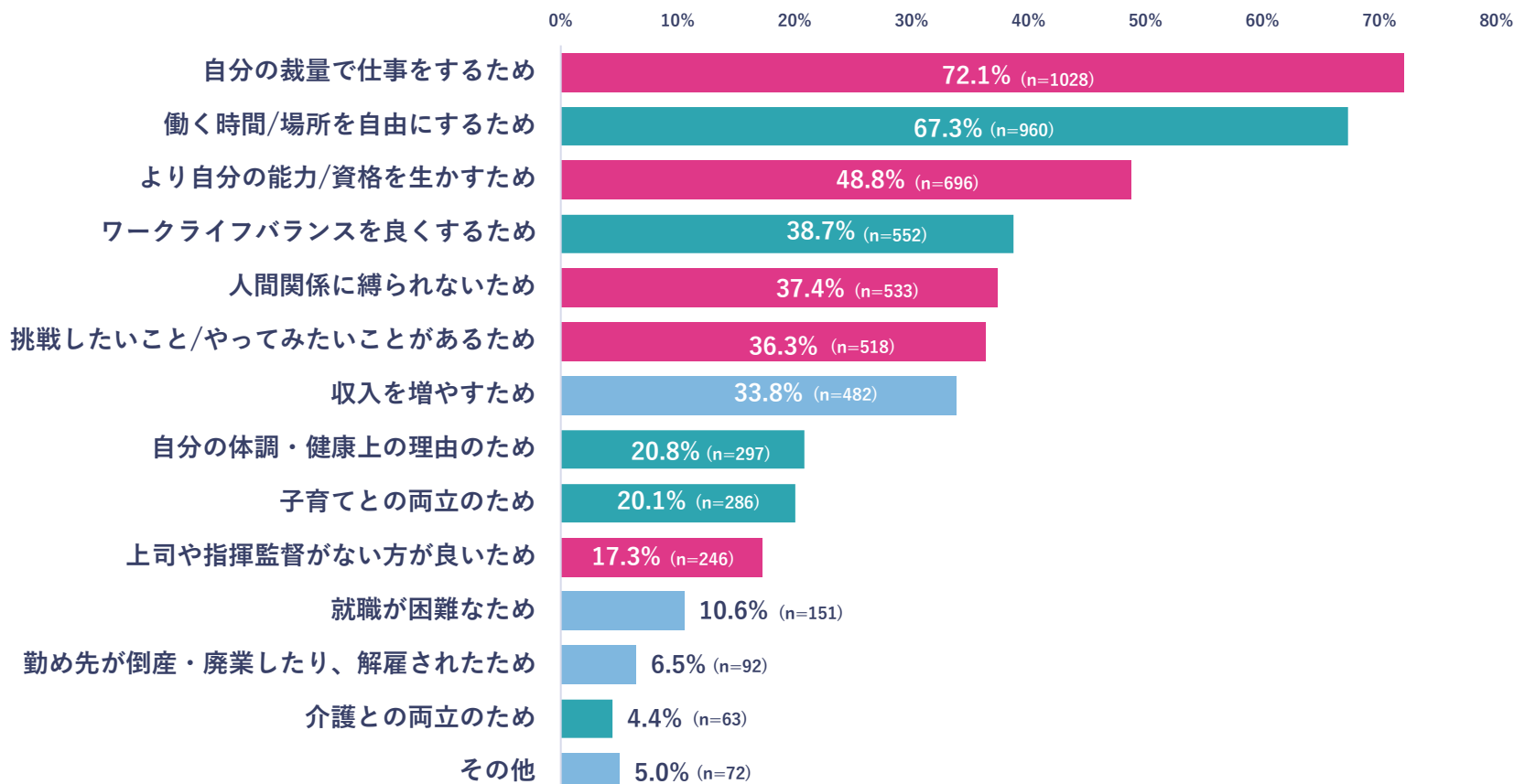
(n=1426/単一回答)



配属、異動、転勤など会社都合による人事に従うのではなく、自身のキャリア志向や健康状況、家庭環境に応じて、働き方やキャリアを自分で選択したいという人がフリーランスの働き方を選んでいる

Q.あなたが今の働き方（フリーランス・パラレルキャリア）を選んでいる理由を教えてください。あてはまるものをすべてお選びください。

(n=1426/複数回答)

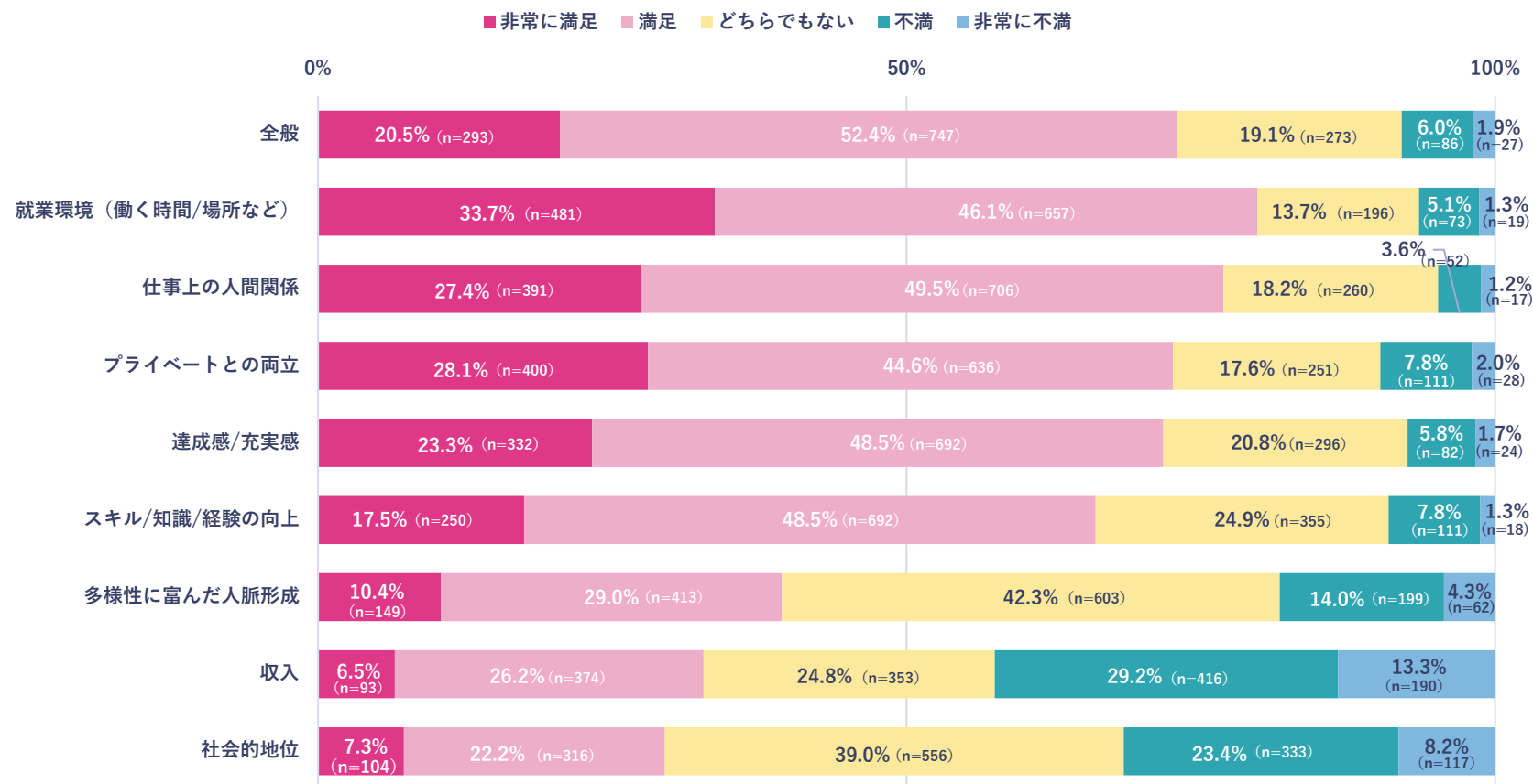


※ピンク字＝働き方の裁量やキャリア自律の観点
※グリーン字＝柔軟性やワークライフバランスの観点

「全般」「就業場所」「人間関係」「プライベートとの両立」「達成感/充実感」は7～8割が満足している一方、「収入」は4割強、「社会的地位」は3割強がそれぞれ不満に感じている

Q.今の働き方で、下記項目それぞれの満足度はどの程度ですか。それぞれお答えください。

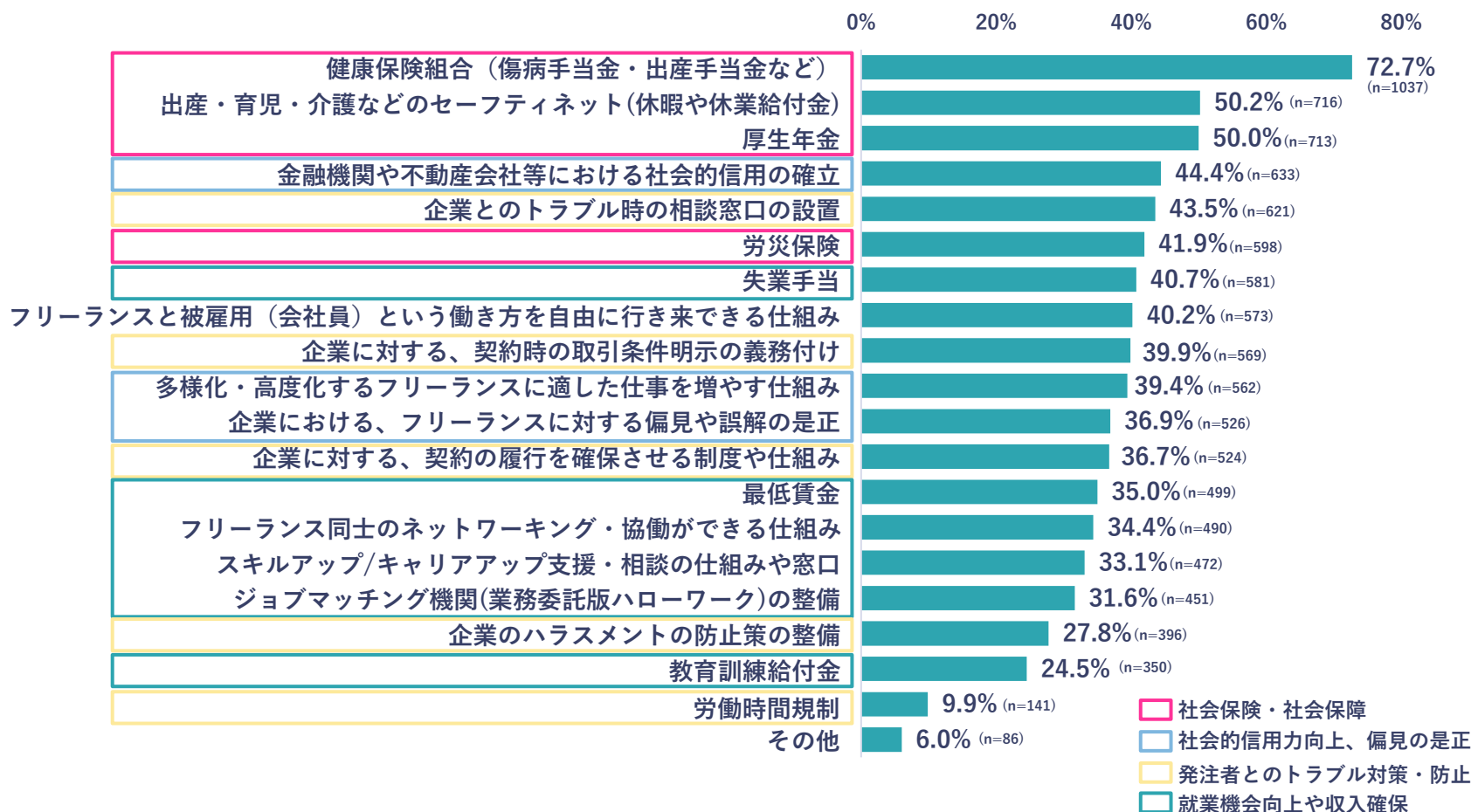
(n=1426/各項目単一回答)



社会保険や社会保障、金融機関等における社会的信用が過去調査から引き続き上位を占め、特に健康保険組合は7割を超える人が必要と感じている。また、発注者とのトラブル関連施策を必要とする人の割合は昨年とほぼ変わらず、フリーランス法が施行されたにも関わらずまだ浸透していないことがうかがえる

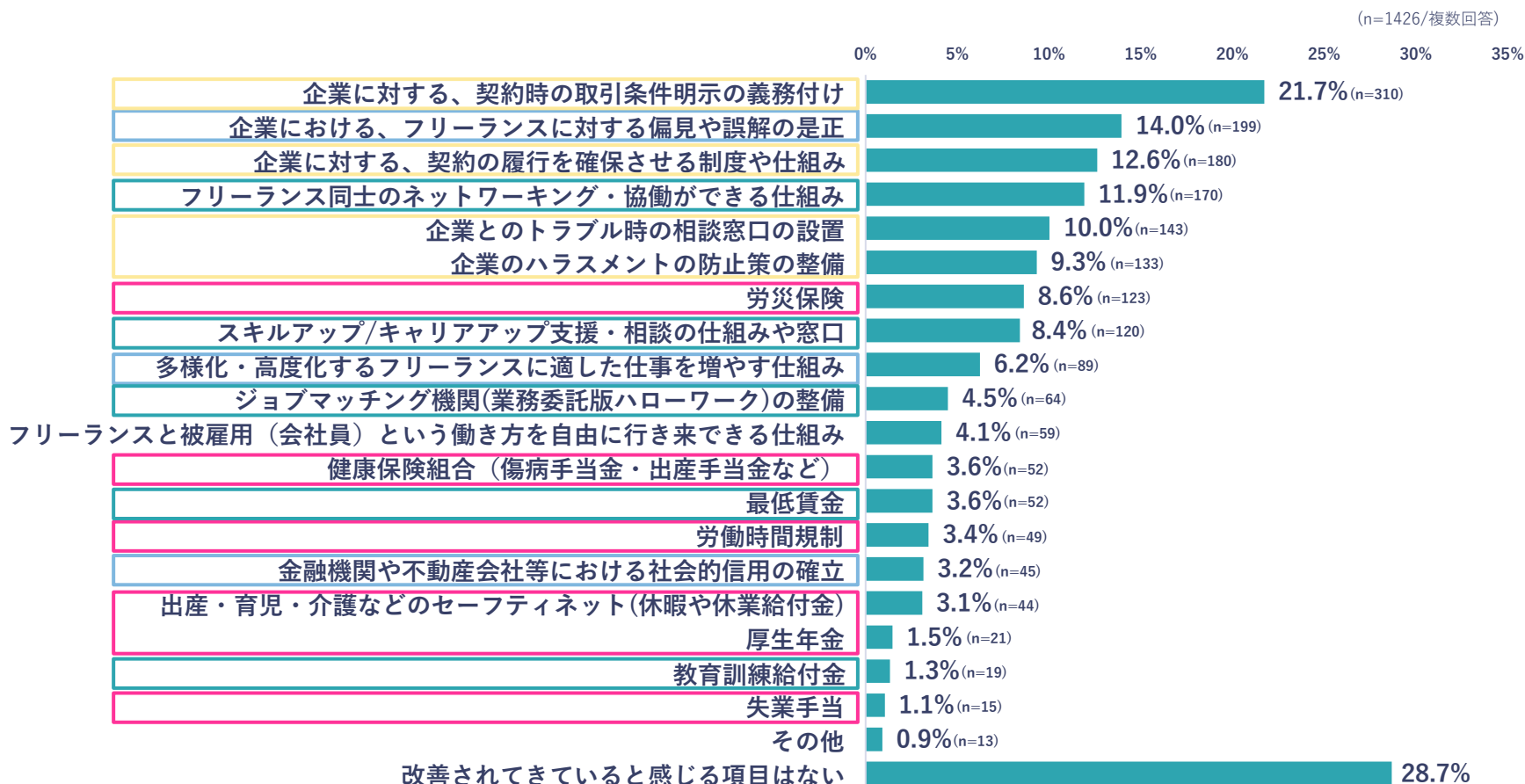
Q.フリーランスや副業をするといった新しい働き方を日本で選択しやすくするためには、何が必要だと思いますか。あてはまるものをすべてお選びください。

(n=1426/複数回答)



フリーランス法の施行直後の昨年調査と比べ、発注者とのトラブル対策・防止が「改善されてきている」と感じる人が全体的に減っており、法施行時の期待に反して法令遵守が徹底されていない実態がうかがえる

Q.あなたが今の働き方を始めた時点と比べ、改善されてきていると感じる項目を5つまで選んでください。

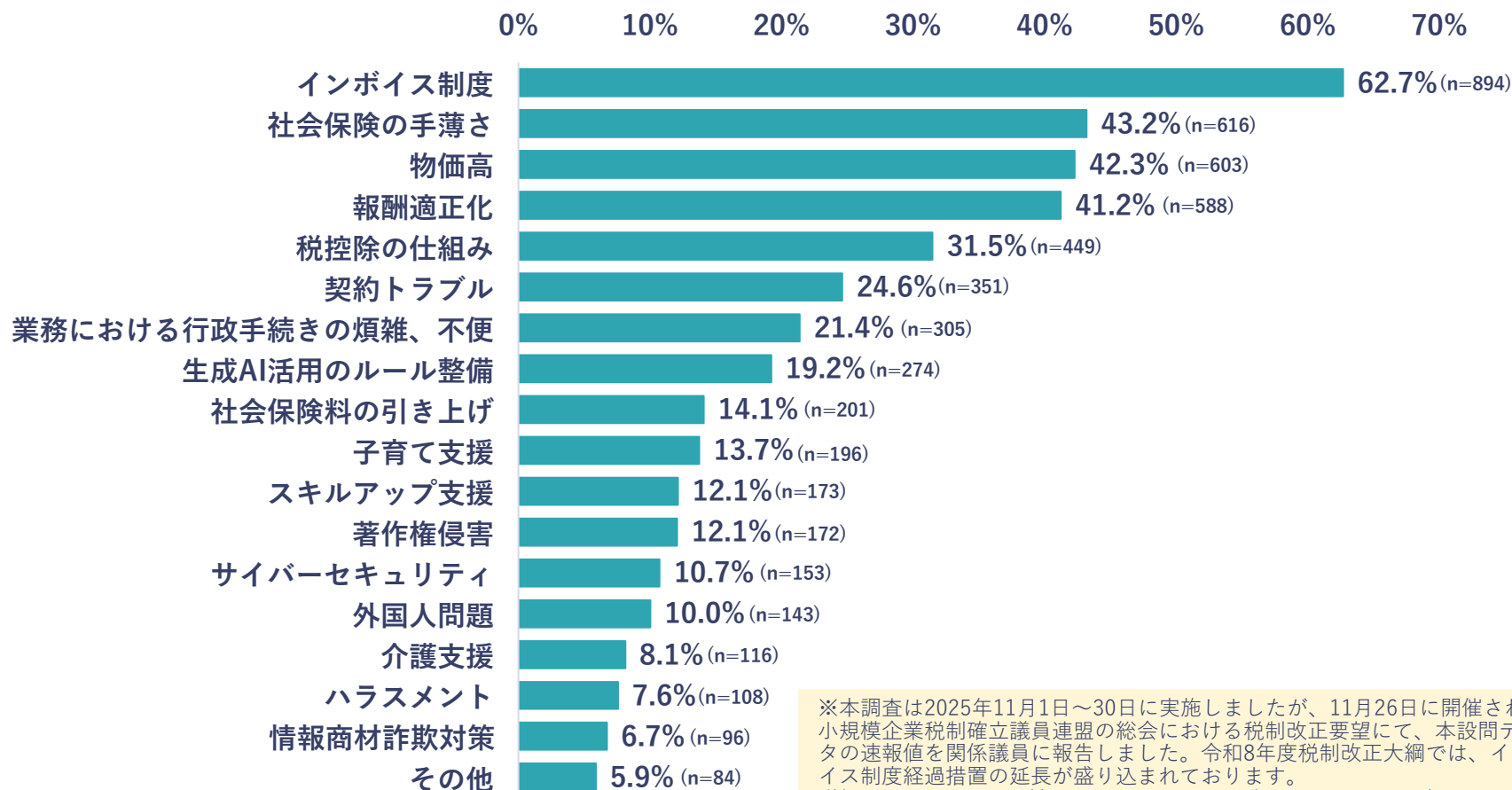


- 社会保険・社会保障
- 社会的信用力向上、偏見の是正
- 発注者とのトラブル対策・防止
- 就業機会向上や収入確保

調査時点では2026年度での負担軽減措置終了が予定されていたインボイス制度が1位、社会保険の手薄さが2位、次いで物価高、報酬適正化、税控除の仕組みなど、経済的な不安の高まりを反映した項目が上位を占めている

Q.あなたが現在、政府に早急に対策してほしいと思う問題をお選びください。あてはまるもの上位5つまでをお選びください。

(n=1426/複数回答)

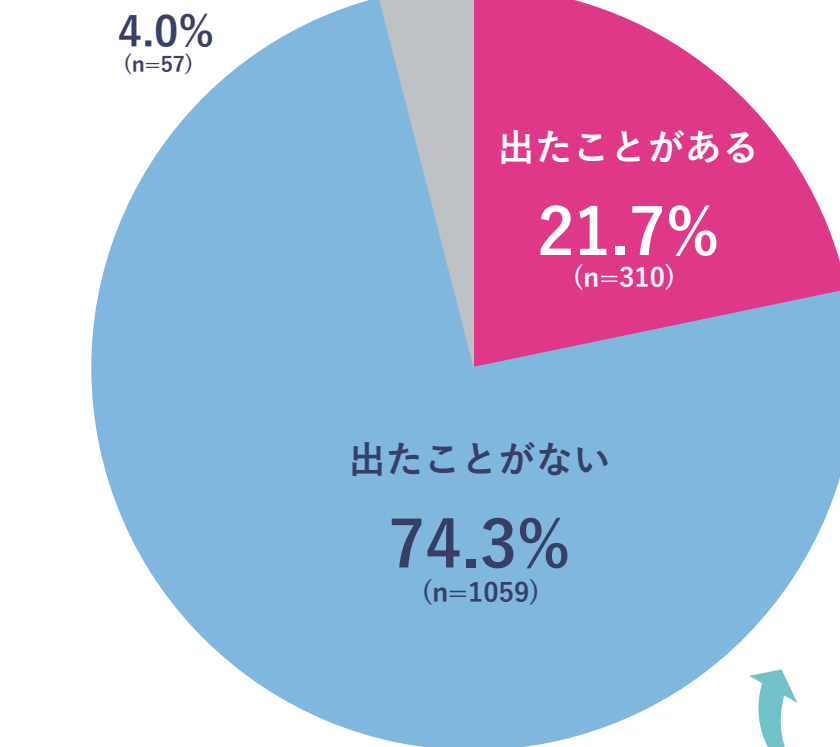


※本調査は2025年11月1日～30日に実施しましたが、11月26日に開催された小規模企業税制確立議員連盟の総会における税制改正要望にて、本設問データの速報値を関係議員に報告しました。令和8年度税制改正大綱では、インボイス制度経過措置の延長が盛り込まれております。
詳細はこちら <https://blog.freelance-jp.org/20251128-24533/>

法施行から1年が経過してもなお、フリーランス法について取引先との会話に出たという人は2割にとどまっており、昨年調査とほぼ変わらない結果となっている。自由回答では、受託者側からは言及しづらいという声も見られた

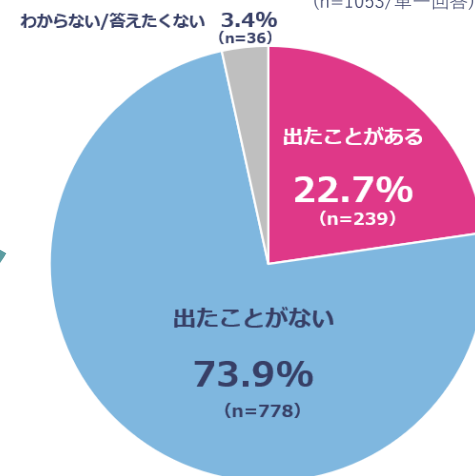
Q.『フリーランス法』について、取引先との会話に出たことがありますか。

わからない/答えたくない (n=1426/単一回答)



昨年(2024年度)調査

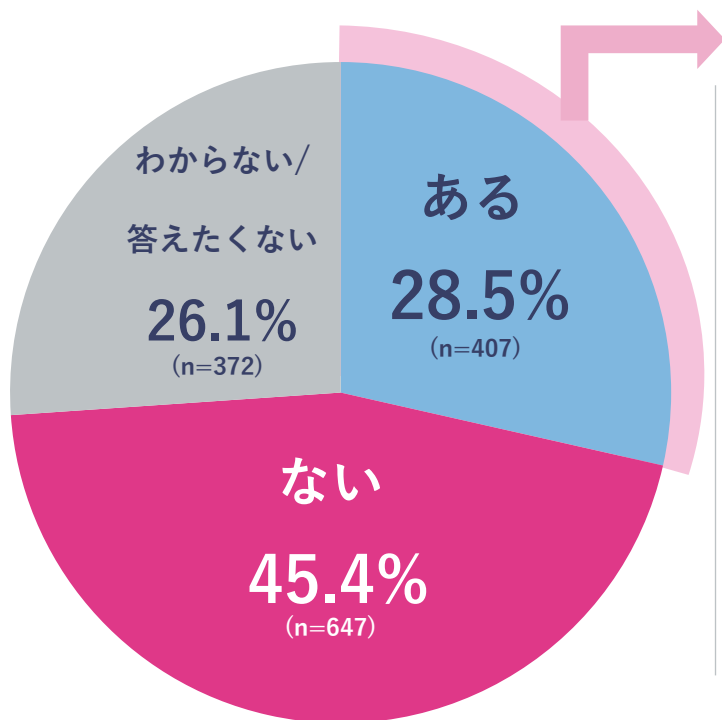
(n=1053/単一回答)



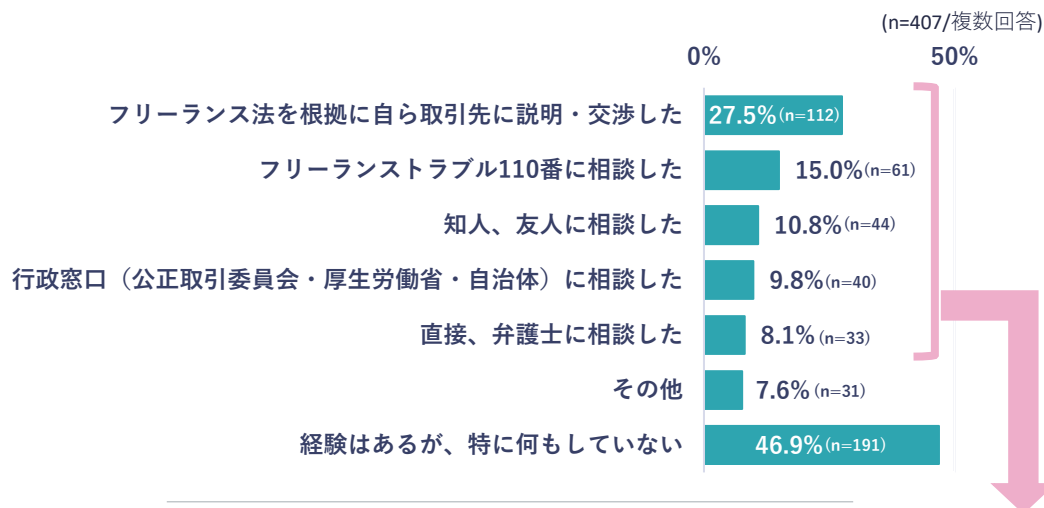
3割の人がフリーランス法違反だと感じた経験があるが、そのうち5割近くが誰に相談するでもなく自分の中で収めており、声を上げることの難しさがうかがえる。また、何らかのアクションを取ったものの解決しなかった人が4割以上という背景に、違反行為に該当するか否かの理解が発注者・受託者双方においてまだ不十分であることが考えられる

Q.フリーランス法施行後に実際にフリーランス法違反だと感じたことはありますか。

(n=1426/単一回答)

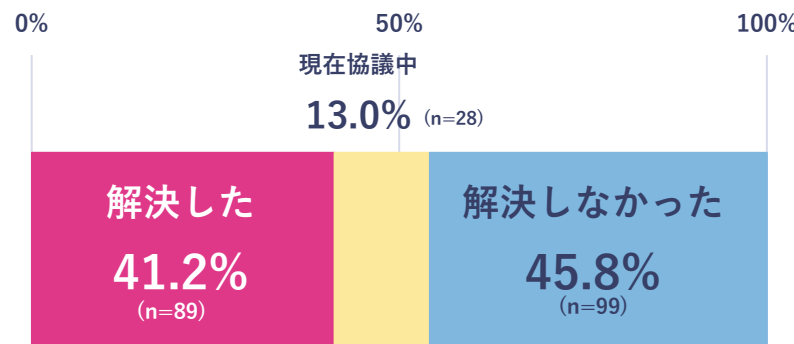


Q.その時あなたがとった行動を教えてください。



Q.その行動によって、問題は解決しましたか。

(n=216/単一回答)



Q13.差し支えない範囲で、その時のトラブルの内容やあなたが取ったアクションや相手の反応などの状況を教えてください。

(n=313/自由回答)

取引の適正化

● 取引条件明示不備

- ・ 案件が増えても書面がなく口頭での依頼になっていたため、書面を発行していただく旨依頼した。また報酬額でのトラブルもあったため、きちんと書面提示してもらった。
- ・ 契約外の業務を継続的に口頭で指示され、また相手先は違法行為をおこなっていた為、弁護士に相談しつつ行政へ公益通報をおこなった。相手先の法務と協議し、契約外作業分の補償金と契約満了までの半年分の整理金をもらって、契約終了した。（互いに弁護士の受任はなし）
- ・ 「作業期間と概算を教えてくれないと着手できないのでメールで良いので返答を」とお願いしても（発注内容を文字で残すため）、孫請け作業でクライアントがはっきり提示してくれないので回答できない。でも今すぐ作業提出しなければならない事だけは確定！と押し切られる。これまでの付き合いもあるので無碍に扱う訳にもいかず作業をするが、大抵このような場合、後出しの追加作業やスケジュール反故、納品後の値引き要求が発生しがちです。板挟みになっている代理店の方に交渉を図りますが、無い袖は振れない。となぁなぁにされる事が多い。
- ・ 口頭での約束と契約書の報酬割合(枠外に小さく記載)に相違があり、説明を求めたが税務署の指導と言われ、根拠は示されなかった。税務署に問い合わせてもそういった指導はしないと答えられた。

● 報酬支払い遅延

- ・ いわゆる口頭発注と事後の支払渋り(一方的に減額提示と支払先延ばし)をされたが、フリーランス法違反、法律違反だと伝えたところ、当初額を回収できた。
- ・ 報酬が役務提供日から60日以内に支払われず、催促しても「すぐに振り込む」と言われるだけで遅延が続き、最終的に約半年後の入金となった。法的措置は今後の関係を考えて踏み切れず、根気よく連絡を続けて対応した。フリーランス法の認知はまだ十分でなく、下請法にある遅延利息の規定を適用してほしいと感じる。
- ・ 納品から2ヶ月経っても入金がない、あらかじめ報酬額を明示してくれない。シンプルにフリーランス法が知られていないと感じた。公正取引委員会に通報しようかと思ったが、通報の手順（入力内容?）がかなり多く断念した。フリーランス110に電話して相談したこともあり、助言通り督促を送り続けたら入金があった。
- ・ 納品後6カ月間検収されなかった（エンドクライアント事由により）。下請法に抵触する恐れがあるので、未検収でもそろそろ請求するね、と伝えて請求書送付し、無事入金された。連絡の際には取引先の窓口担当者だけではなく、旧知の取引先取締役にもCCを入れて、これまでの経緯を添えてメールにて連絡した。

※自由回答一覧は[こちら](#)からご覧ください

Q13.差し支えない範囲で、その時のトラブルの内容やあなたが取ったアクションや相手の反応などの状況を教えてください。

(n=313/自由回答)

取引の適正化

● 受領拒否・返品

- 制作会社からサイト制作依頼を受け、デザイン・実装を行い納品段階まで進みましたが、エンドクライアントの確認待ちで半年近く待機状態となりました。その間、何度も進捗確認や修正期限設定をご連絡しましたが一向に進むことがなかったので「不当な理由の受領拒否」に当たる可能性がある旨を伝え話し合いの場を提案しました。提案した事により、担当者さんが一気に巻き取っていただけることが決まりました。現在どのように巻き取っていただけるかを話し合い中です。
- お客様からは未受注の案件を、元請や中請けの業者から発注された経験が3件ほどあります。支払いができるかどうかわからないとのことで、生じた作業費をもらうことなく契約解除となります。相手は開き直っているため怖いところがあります。どこにも相談することはできないです。

● 一方的な報酬減額

- できる限り交渉はしたが、先方も規模の小さい会社であるため、法律の話をしたところで意味がないと感じた。契約書違反をされても、個人で戦うの困難だと感じ、減額要求を飲まざるを得なかった。
- 虚偽の説明により時給制の業務委託契約にされて少ししてから、先方の裁量で急に正当な時給計算をされなくなって報酬がもらえなくなり、抗議したが契約内容と自身の正当性を掲げて聞き入れられなかったため、フリーランス110番と厚生労働省の窓口と労働基準監督署へ相談して判断を仰ぎ、法律違反と認められたので、あっせんを持ち込んで1か月分の報酬をもらって即日契約破棄された
- 交渉すると次の仕事はもらえないという空気を出されるので、交渉すらできない。また別の案件でお互いの了承なしに取引金額を下げられたので交渉したら次からの案件を全て失った。
- 支払時に振込手数料が引かれて入金される。フリーランス法前から同様だったため、企業側も問題に思っていないようです。契約書は交わしていませんので、完全に違法と思います。

● 契約外稼働の強要

- 3月スタートだったが、年度末で予算削減の指示があり、無償での役務提供を強要された。
- 契約書の時間外にも、仕事をさせられた。その分の報酬を求めたが、断られた。相手方としては、私の営業活動にもなるので協力してください。という言い方で終わった。
- 契約が進まないのに、会議には呼ばれお金も支払われない状態が続く。

※自由回答一覧は[こちら](#)からご覧ください

Q13.差し支えない範囲で、その時のトラブルの内容やあなたが取ったアクションや相手の反応などの状況を教えてください。

(n=313/自由回答)

取引の適正化

● 契約の急な途中解除

- ・ 3ヶ月契約の常駐という条件で契約書を交わしたが、先方の都合により1ヶ月で終了となった。先方の代表取締役から謝罪はあったが、それ以外は特に保障もなし。
- ・ mice系イベントにて予定していた業務を、直前(当日含む)に無しとし、賃金も支払わない旨をその場で口頭で説明された。mice系企業の大手だが、この類は頻発しています。当方は数回被害を被っている。今年は一度おきました。
- ・ 契約内容の変更と報酬の不払いが一方的に告げられ、それに対して意見を伝えたら即日で契約を解除されてしまった。
- ・ 現場の作業状況や作業内容に問題があると感じたため、仲介している取引先に相談したが、対応されるどころか「不満があるならやらなくてよい」というような態度を取られ、仕事がなくなった

● 募集情報の不備・虚偽

- ・ 【事例】 稼働中プロジェクトの継続依頼に際し、「チャットでの技術支援のみ」「フルリモート」「軽負荷」という説明を受け、単価減額を承諾しました。しかし実際には、説明と異なる以下の業務が半強制的に追加されました。・管理業務（会議代行・調整・品質管理等）・管理担当者の病欠時の代替稼働・出社要求（週1程度）・負荷増大に対して報酬の見直しなし・追加業務について事前合意・契約書面の提示なし これらは① 不当な給付内容変更（業務の一方的追加）② 不当な報酬減額（増加した業務内容を反映しない単価）に該当すると考えています。【先方の反応】 業務内容の明確化と、追加業務分の増額を依頼しましたが、先方の回答は以下でした。・契約更新は希望する・報酬増額はしない・元々の労働条件に後付けで注釈を加え、「該当期間は特例として対応したもの」と扱いたいとの提案つまり、追加業務は正式な合意ではなく「特例扱いにしてほしい」という姿勢で、追加対価の支払いは拒否されました。【現在の対応】 提示された条件では継続は困難と判断し、契約は更新せず終了としました。また、説明と異なる業務を行った期間分については、契約終了後に追加精算を請求する予定です。
- ・ 現場までの交通費について、業務委託契約書には委託者負担と書かれていたが、委託者の企業の経済状況を理由に拒否された。

※自由回答一覧は[こちら](#)からご覧ください

Q13.差し支えない範囲で、その時のトラブルの内容やあなたが取ったアクションや相手の反応などの状況を教えてください。

(n=313/自由回答)

その他

● インボイスに関する不利益扱い

- ・ インボイスの登録をしないなら消費税10%分は支払わないと言われた。2割特例の話をして2%引きで対応してもらっている。
- ・ インボイスへの対応をしない場合、取引停止だと言われた。売上げそのものが無くなってしまうので、仕方なく適格請求書発行事業者に登録したが、結局、消費税の納税負担が大きくなっていて、2割特例措置終了後、廃業せざるを得ないのでは、と不安である。

● ハラスメント

- ・ パワハラ（納期の期間短縮、煽り、差別的な発言など）をエージェントに相談、結果契約終了
- ・ 企業側の偉い人からハラスメントを受けた。プロパーだけが得する企業なのでそのしわ寄せが全て私にきた

● 偽装フリーランス

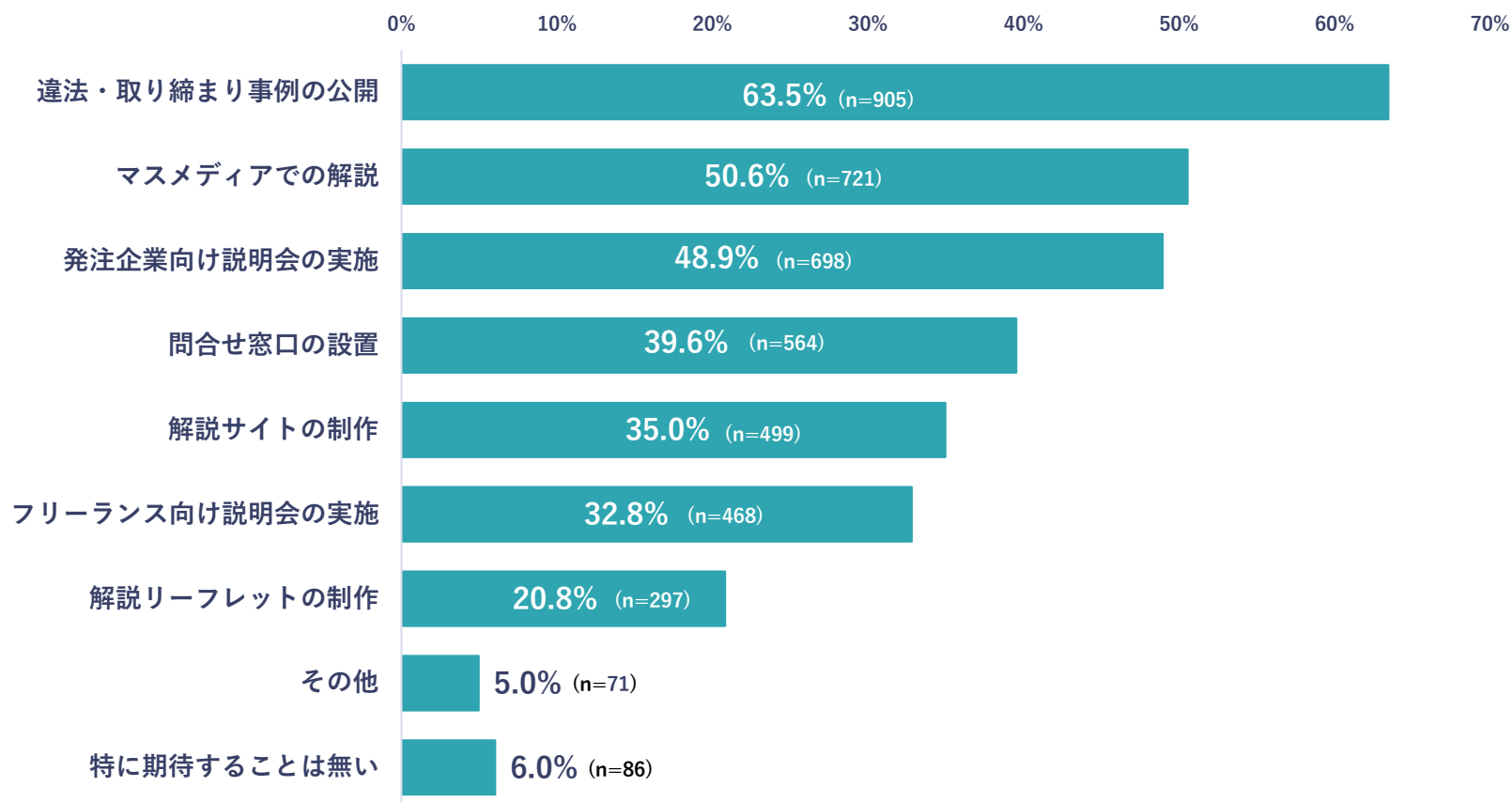
- ・ フリーランスは、就業時間の固定や相手企業の承認は必要ないと認識していたが、実際は毎週、”翌週のシフトと作業内容“を申告し、企業に承認してもらう必要があった。作業内容の変更や、時間について、企業から訂正を求められることも何度かあった。企業に対してはもちろん、企業との契約の際に間に入ったフリーランスの求人プラットフォームにも相談したが、問題無いと言われた。契約して1年経ち、会社の機密情報などを扱う、当初の求人内容とは懸け離れた高度な内容の作業が増えても報酬の交渉には全く応じてくれなかった。
- ・ 委託先が勤怠管理を必要としていて、毎日何をしたか、休憩をどのくらい取ったかを細かく記入している。これについてエージェントを挟んで話し合ったこともあるが、管理する意図はないとの返答だった。が、実質は勤怠管理である。
- ・ 労働契約はなく、労働条件通知書はなく、「あなたは個人事業主である」と言われたが、実際は裁量権はなく、会社の指示命令に従わざるを得ない状況にある。自分の雇用形態が何なのかを明らかにしてほしいとお願いし続けて10年経っても会社からの説明はない。高圧的な指示命令には従えないと本人に訴えたら「自分の立場がわかっていない」と言われた。立場がわからないから教えてほしいのに、いつまでたっても平行線です。

※自由回答一覧は[こちら](#)からご覧ください

フリーランス法の理解が広く浸透し遵守されるためには引き続き地道な周知啓発が必要であり、公正取引委員会が積極的に取り組んでいる「違法・取り締まり事例の公開」や、「マスメディアでの解説」に対する期待が高い

Q.フリーランス法の周知に向けて、行政に期待する対応を教えてください。あてはまるものをすべてお選びください。

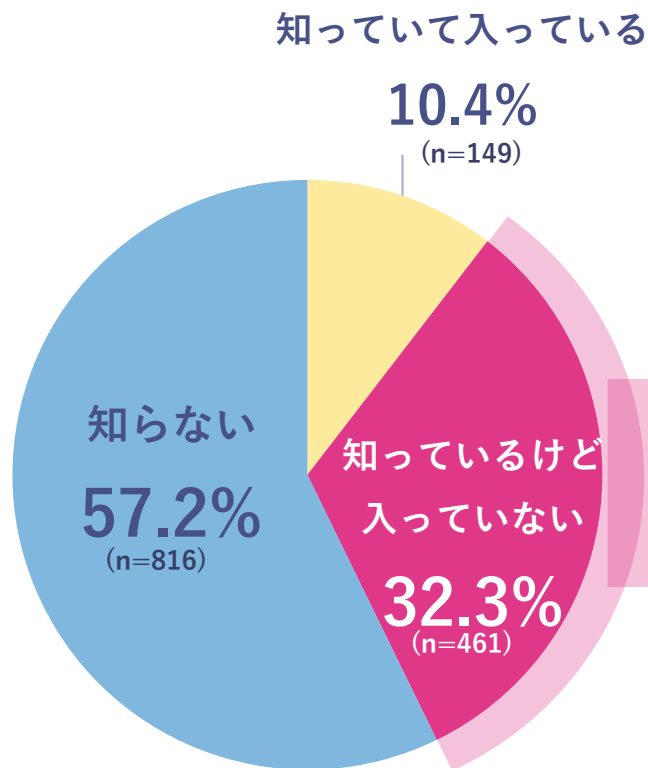
(n=1426/複数回答)



特定フリーランス事業者が特別加入の対象になって1年が経過したが、認知度は4割にとどまっている。また、業務内容やワークスタイルによって、労災保険そのものの必要性を感じなかったり、自身の働き方で労災認定され得るケガや病気のリスクに比べて保険料が割に合わない、もしくは労災認定されるか不安だと感じたりする人も一定数いる

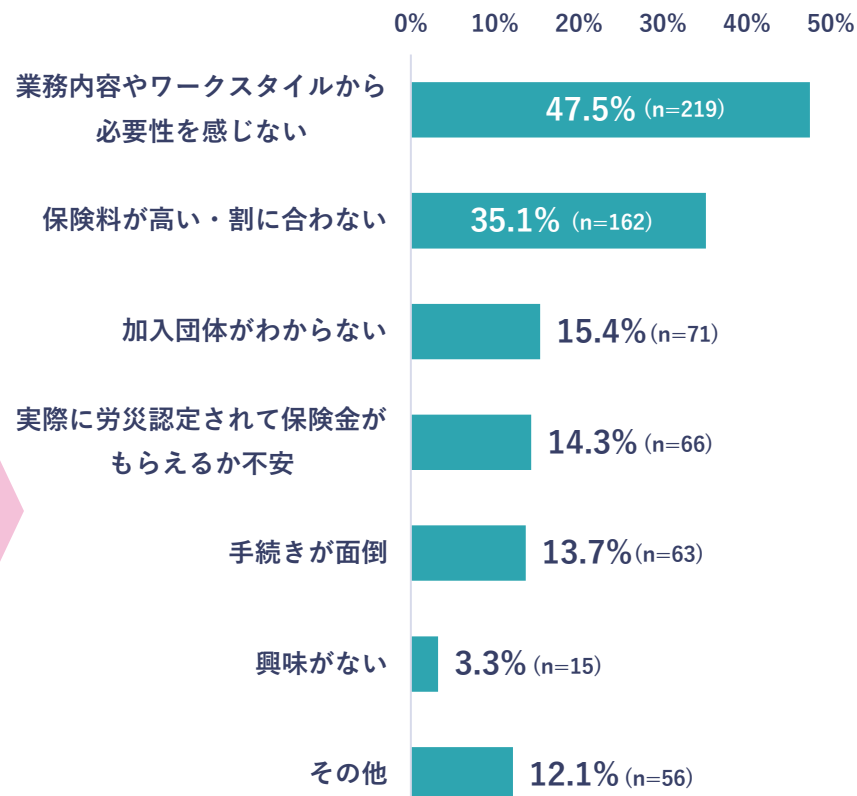
Q.すべての職種のフリーランスが労災保険に入れることになったことを知っていますか。

(n=1426/単一回答)



Q.入っていない理由を教えてください。

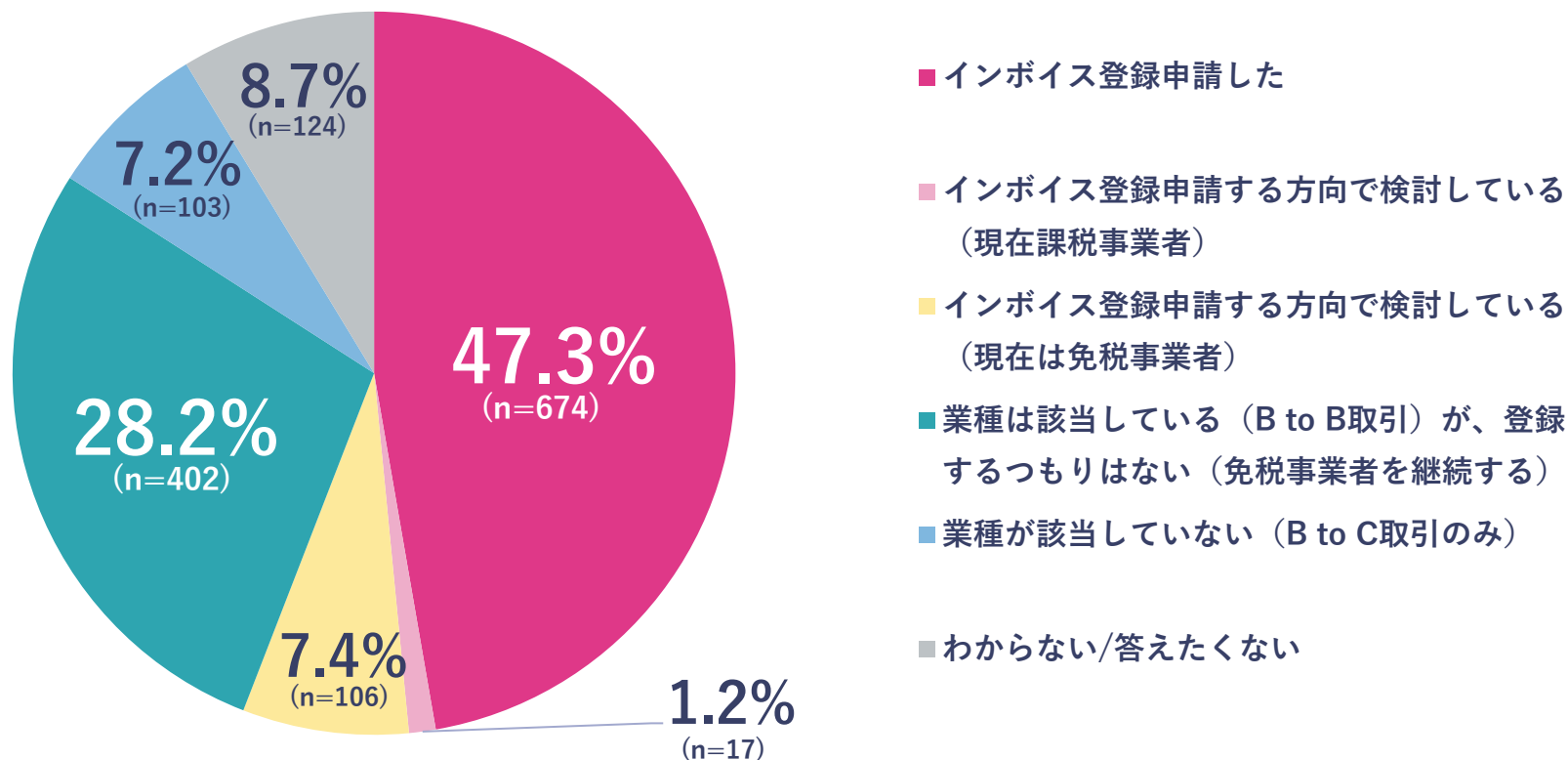
(n=461/複数回答)



インボイス登録申請した人の割合は、2023年度調査の41.5%、2024年度調査の47.8%から大きな変化はなかった。業種は該当しているが登録するつもりはない人の割合は、2023年度が34.9%、2024年度が30.2%で徐々に減少している

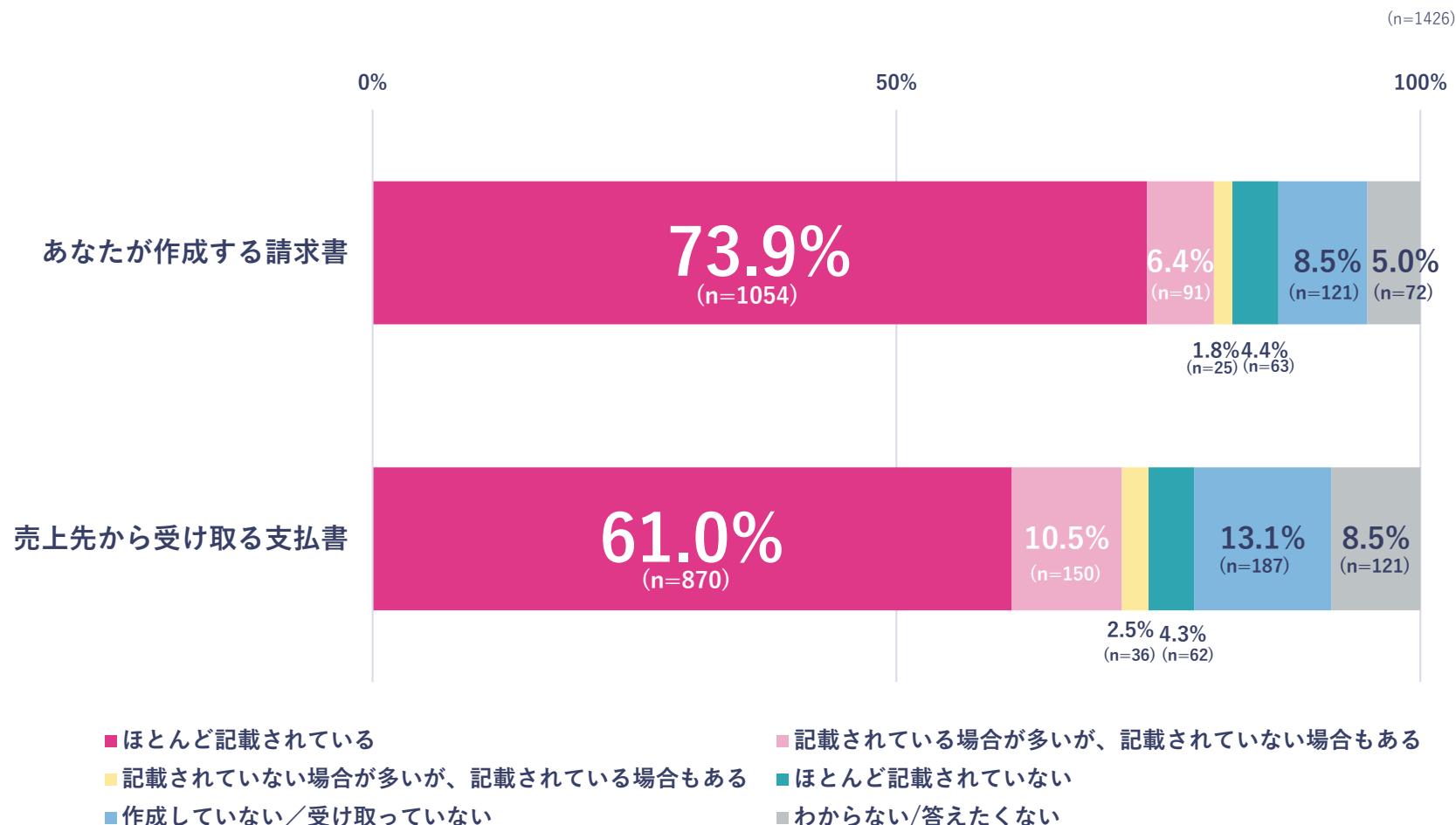
Q.令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式としてインボイス制度が開始されましたが、あなたの現在の状況に当てはまるものをお答えください。

(n=1426)



インボイス制度施行から2年が経過したが、請求・支払関連書類への消費税額の記載割合に特段の変化は見られない
(昨年調査では「ほとんど記載されている」が74.8%、「記載されている場合が多い～」が10.3%であった)

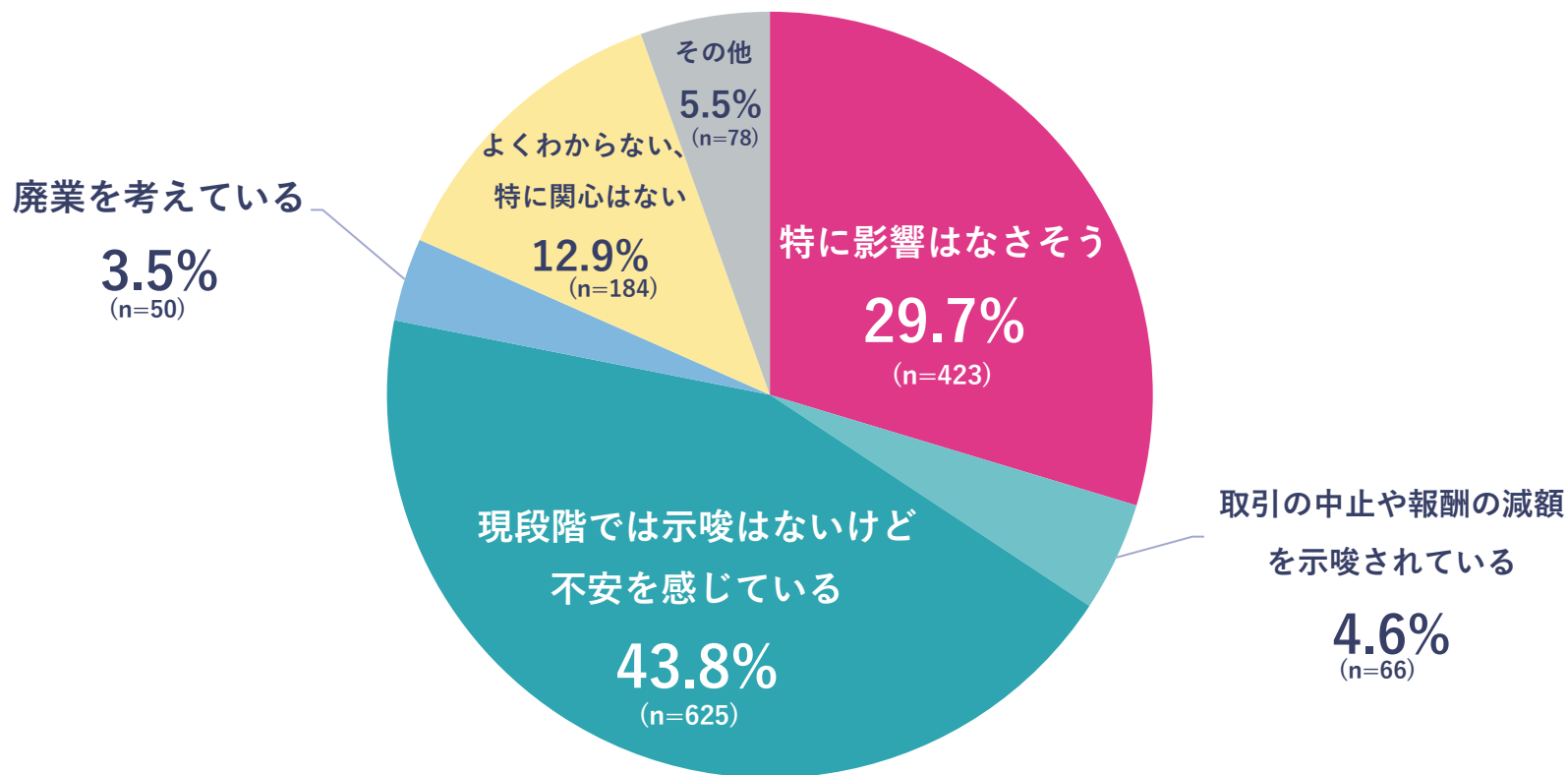
Q.あなたが作成する請求書または売上先から受け取る支払書のような請求・支払に関する書類には、「消費税額」は記載されていますか。



2割特例終了まで残り1年という調査時点で、既に取り中止や報酬減額を示唆されている人と廃業を考えている人が合わせて1割程度存在し、不安を感じている4割と合わせて、5割強の人にとっての懸案事項となっていた

Q.インボイス発行事業者となる小規模事業者に対する負担軽減措置である「2割特例」は令和8年9月30日に終了する予定です。あなたの状況に当てはまるものをお選びください。

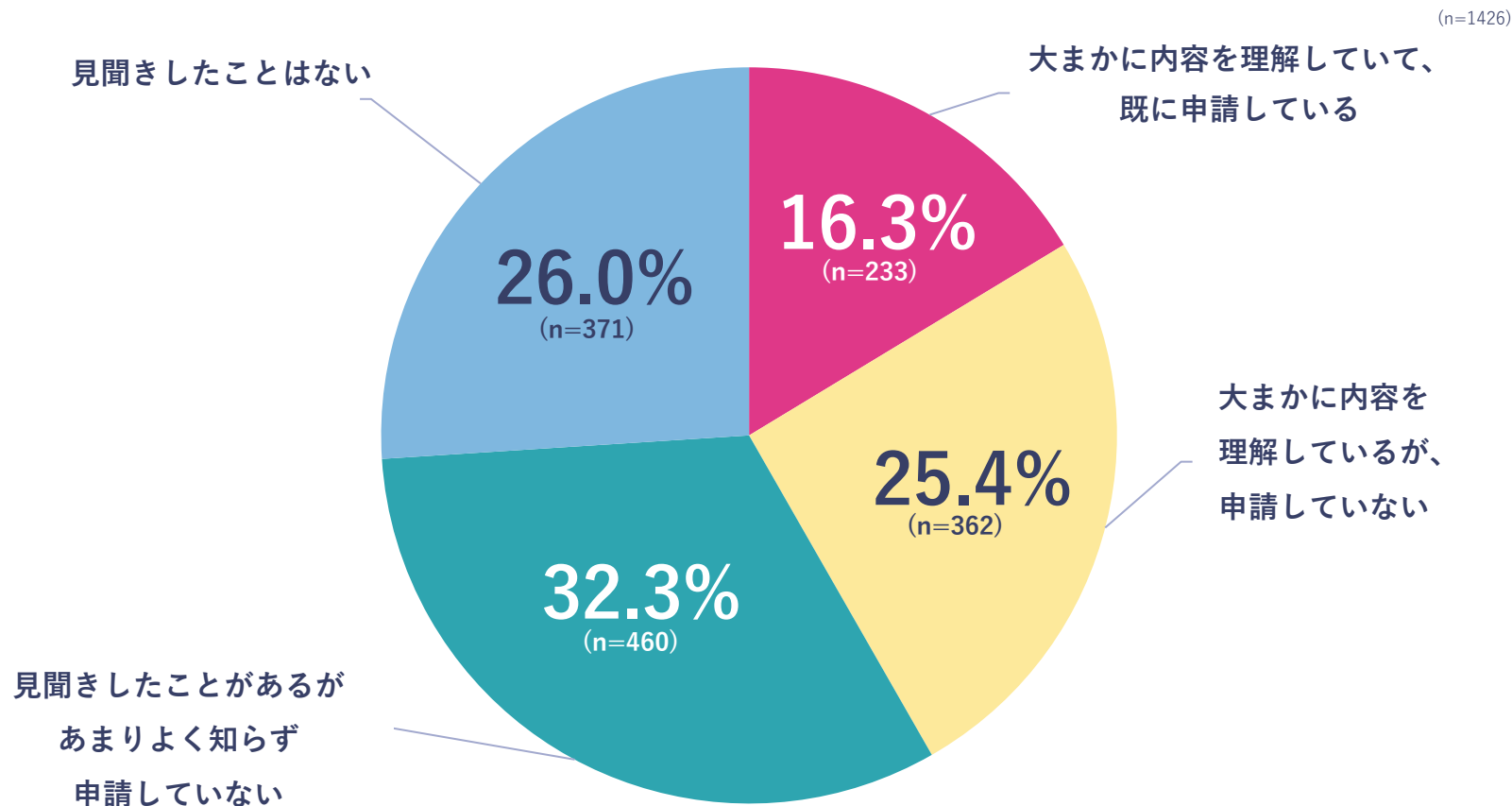
(n=1426)



※本調査は2025年11月1日～30日に実施しましたが、11月26日に開催された小規模企業税制確立議員連盟の総会における税制改正要望にて、本設問データの速報値を関係議員に報告しました。令和8年度税制改正大綱では、インボイス制度経過措置の延長が盛り込まれております。
詳細はこちら <https://blog.freelance-jp.org/20251128-24533/>

仕入れの少ない職業が多いフリーランスにとって、インボイス制度の負担軽減措置（2割特例）の終了後に簡易課税制度へ移行するメリットが大きいが、その認知度や理解度はまだ不十分である。特に、簡易課税制度の適用には事前申請が必要なこと、先に簡易課税制度の申請をしても2割特例を選択できることについて、更なる周知が期待される

Q.2割特例が終了した後、簡易課税制度に移行することで引き続き事務手続きが軽減できますが、簡易課税制度についてあなたの状況に当てはまるものをお選びください。



※本調査は2025年11月1日～30日に実施しましたが、11月26日に開催された小規模企業税制確立議員連盟の総会における税制改正要望にて、本設問データの速報値を関係議員に報告しました。令和8年度税制改正大綱では、インボイス制度経過措置の延長が盛り込まれております。
詳細はこちら <https://blog.freelance-jp.org/20251128-24533/>



プロフェッショナル＆パラレルキャリア
フリーランス協会

2025年度版

社会保険に関する 意識調査

フリーランスのみなさん!
社会保険のこと、
どう思う?

あなたの声を
聞かせて
ください!



第2章 2025年度社会保険に関する意識調査

2025年12月発行

調査期間：2025.9/1～9/30

調査方法：オンラインのアンケート調査フォームによる回答収集

告知方法：フリーランス協会メールマガジン・公式SNS

回答総数：1,376名

(内 集計対象者＝副業者を除く独立系フリーランス・パラレルキャリア活動者 1,181名)

※重複アドレスからの回答は厳正に削除済み

働き方問わず誰もが平等に抱えている「生命・身体のリスク」に備えるはずの 社会保険制度において、会社員とフリーランスの保障・給付に大きな格差が存在

健康保険

- 傷病手当金が無い
（任意給付）
- 出産手当金が無い
（任意給付）
- 扶養制度が無い
（家族の人数に応じて支払保険料が増える）
- 国民健康保険は保険料の経済的負担が大きい
（自営業者で無職・高齢者を支える構造）
- 働き盛り世代の予防医療が不足

年金保険

- 年金の受給額が少なくなる
（厚生年金が無く一階建てになる）
- 所得に関わらず保険料が定額
（収入変動時や開業時に大きな負担）
- 遺族基礎年金の受給は18歳以下の子がいる場合のみ
（会社員は配偶者のみでも受給可）
- 障害年金は障害等級1級または2級まで
（会社員は3級でも受給可）

雇用保険

- （そもそも加入できないため）
- 育児休業給付金が無い
 - 介護休業給付金が無い
 - 職業訓練給付金が無い
 - 失業手当が無い

労災保険

- 保険料及び特別加入団体に対する事務手数料は全額自己負担
- 仕事が多岐に渡る場合、複数の特別加入団体に加入する必要あり
例）WEBデザイン業務：ITフリーランス
グラフィックデザイン業務：特定フリーランス

その他

- 法人成りして社会保険加入すると労使双方分の社会保険料支払負担が発生
- 育児休業中の社会保険料免除がない

■現在の社会保険制度に対する気持ち

- ・現在の社会保険制度について不安を感じる人が68.2%で、安心している人は6.7%に留まる

■会社員との社会保険制度格差について

- ・会社員・フリーランスなどの働き方の違いに関わらず、医療や雇用、老後の生活に対する社会保障が提供されることが必要だと思う人が96.6%
- ・社会保険料の全額自己負担や年金、失業保険の差異は比較的知られているが、健康保険、育児・介護休業、教育訓練、遺族・障害年金の保障格差については独立前に知らなかった人が多い
- ・保険料を自己負担してでも、会社員同等の保障を得られる雇用保険への加入を望む回答者が6割

■今後望む社会保険制度のありかたについて

- ・労使双方分の保険料を負担してでも、会社員同等の保障を得られる健保組合と厚生年金への加入を望む回答者が6割
- ・保障や給付と負担とのバランスについて、「保障や給付の充実のために支払う保険料が増えても良い」が47.2%、「現状維持が良い」が31.2%、「保障や給付が今より手薄になって構わないので、支払う保険料を減らしたい」が21.5%
- ・社会保険制度改革のアイデア3種に対する賛否
 - ↳「①フリーランスも取引先の発注者に対する被用者（指揮監督下にある雇われ人）と見なし、発注者と労使折半で社会保険料を負担する」…賛成が40.0%、反対が32.2%
 - ↳「②個人事業主も法人経営者と同様に、狭義の社会保険（協会けんぽと厚生年金）に加入できるようにし、労使双方分の社会保険料を自ら負担する」…賛成が60.4%、反対が12.8%
 - ↳「③労使折半の仕組みを無くし、すべての働く人が会社員かフリーランスかを問わず自身の所得に応じた社会保険料を支払う」…賛成が70.2%、反対が11.9%
- ・個人事業主が社会保険料の支払い負担を抑えられる国保組合の特権を利用できているフリーランスはわずか1割にも満たず、国保組合に加入したくても加入できない人が4割、国保組合を知らなかった人が3割

■国保逃れについて

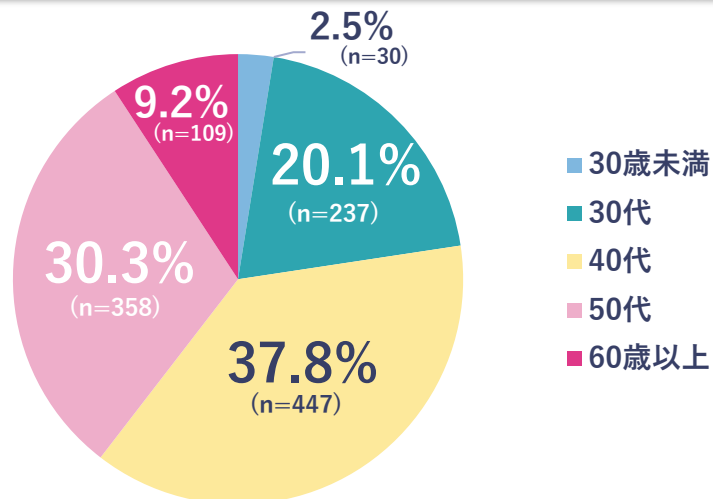
- ・昨今積極的に広告宣伝されている、就労実態のない団体に会費を払って社会保険に加入する脱法スキーム（※）を問題視する回答者が8割

※本調査は2025年9月1日～30日に実施し、12月25日に公開済み。その後、2026年3月18日に厚生労働省より、社会保険料削減サービスを利用して法人役員になった個人事業主等は社会保険の被保険者にあたらないとする是正通知が出された

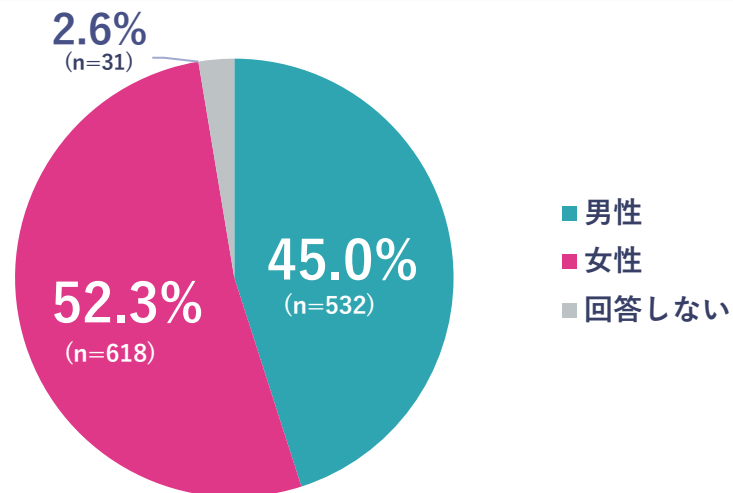
回答者属性（年代/性別/フリーランス歴/扶養の有無）

(n=1181)

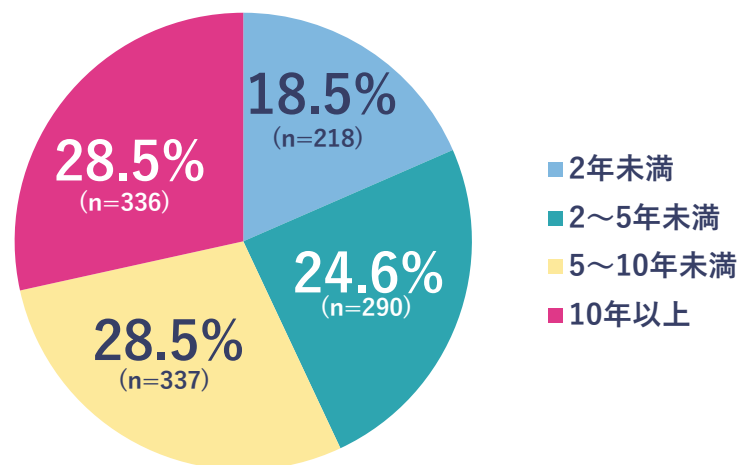
年代



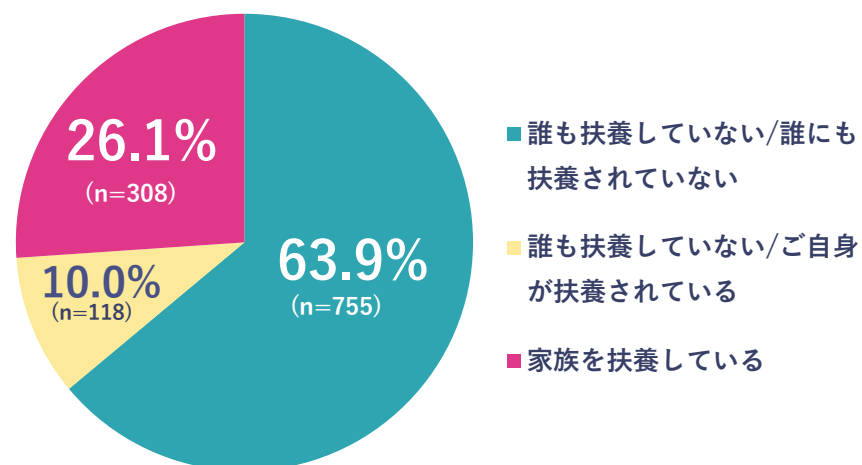
性別



フリーランス歴

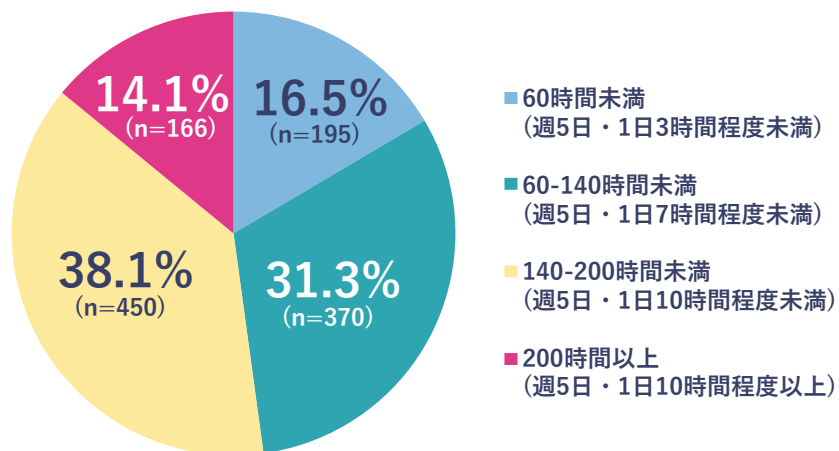


扶養の有無

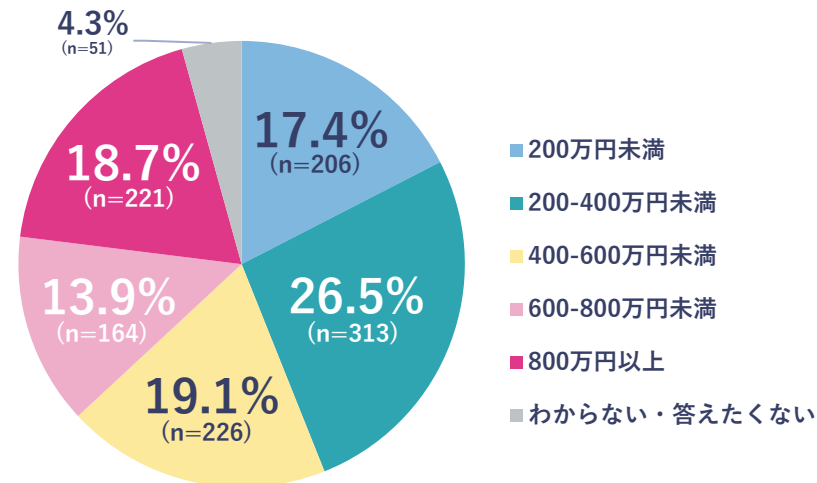


(n=1181)

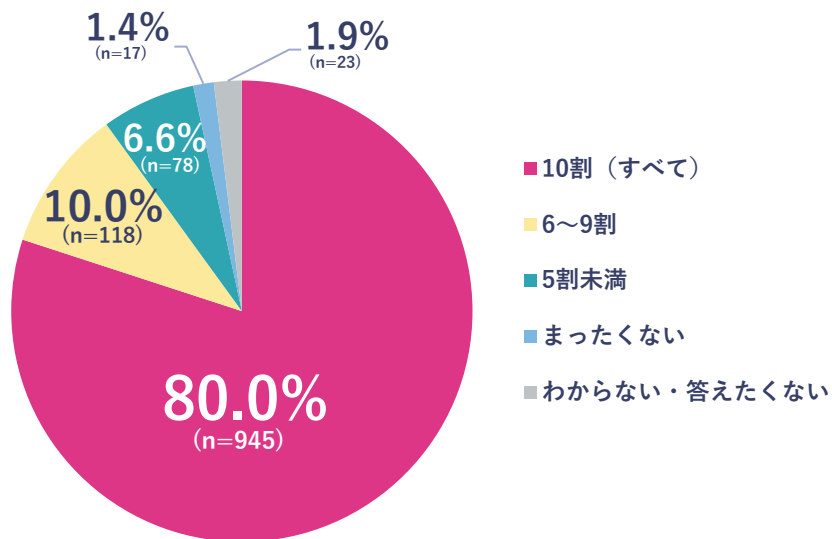
稼働時間



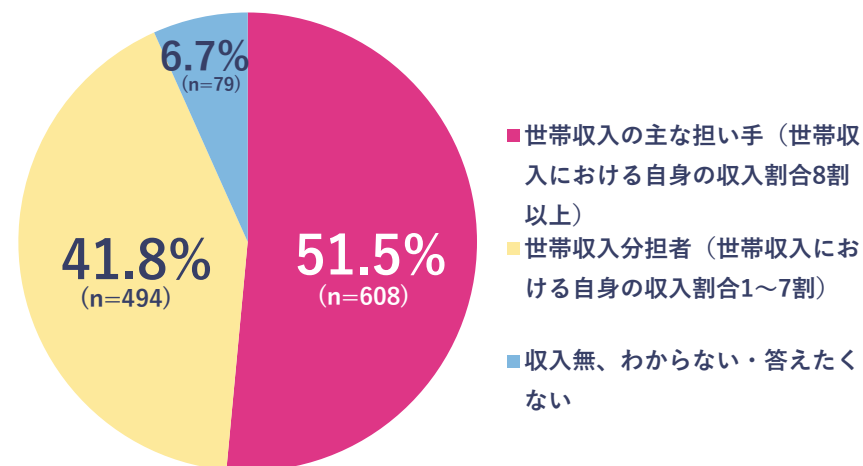
年収



個人収入に占めるフリーランス収入割合



世帯に占めるフリーランス収入割合



回答者属性（職種／居住地）

職種

N o.	【現在の主な収入源となっている職種】単一回答 / 必須	回答数	割合
1	クリエイティブ・Web・フォト系	292	24.7%
2	エンジニア・技術開発系	234	19.8%
3	コンサルティング系	93	7.9%
4	出版・メディア系	85	7.2%
5	事務・バックオフィス系	65	5.5%
6	通訳翻訳系	55	4.7%
7	映像制作系	42	3.6%
8	教育系	35	3.0%
9	企画系（マーケティング・広報など）	34	2.9%
10	士業系	26	2.2%
11	芸術系	25	2.1%
12	人事・人材系	24	2.0%
13	医療福祉系	23	1.9%
14	建築・施工系	19	1.6%
15	営業・販売・小売系	18	1.5%
16	配達・運送系	17	1.4%
17	ライフサポート系（ハウスキーパーなど）	14	1.2%
18	スポーツ・健康系	13	1.1%
19	美容ファッション系	6	0.5%
20	観光系	6	0.5%
21	飲食系	5	0.4%
22	金融保険系	2	0.2%
23	MC・モデル・タレント系	2	0.2%
24	その他	46	3.9%
	全体	1181	100.0%

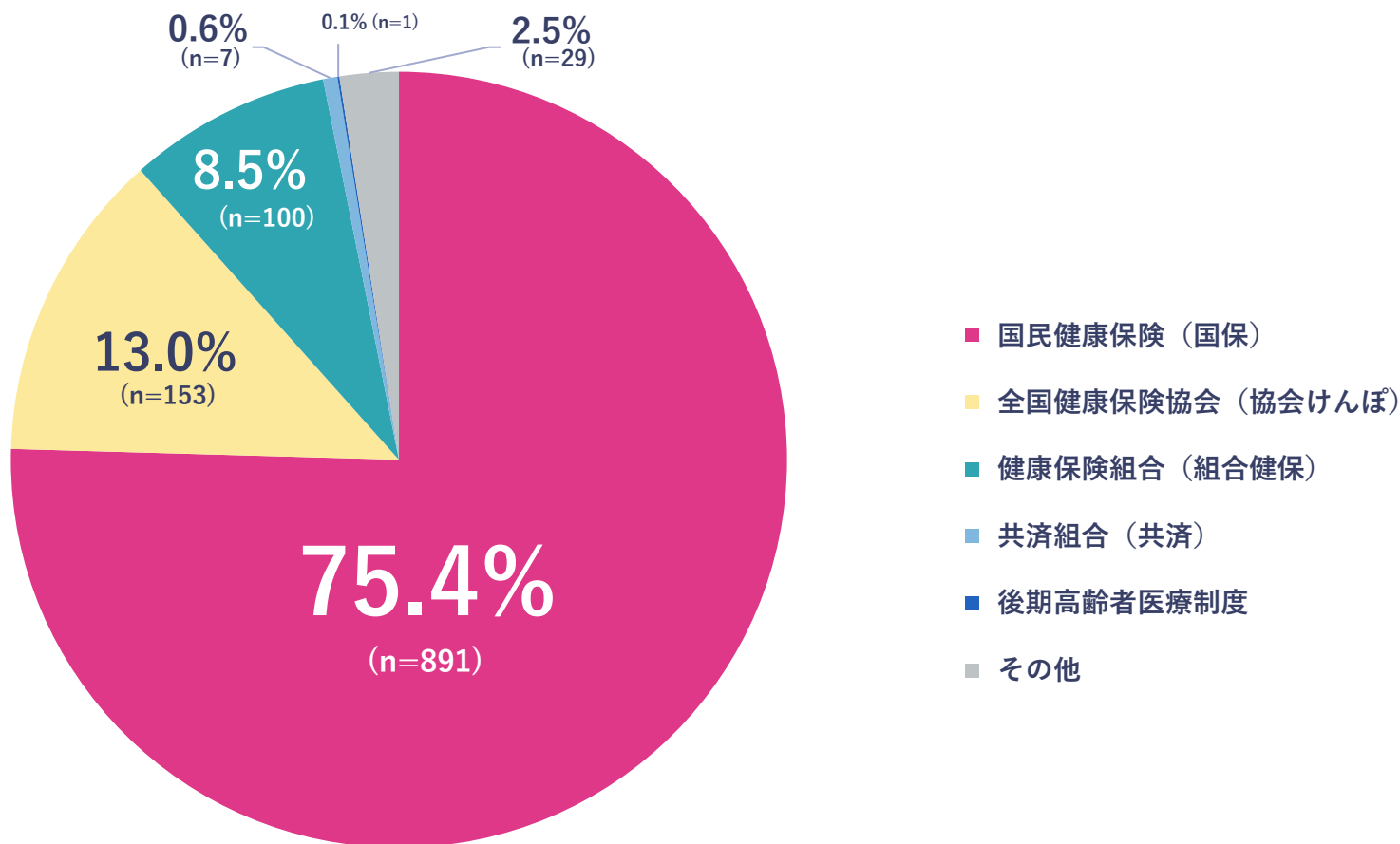
居住地

	【現在の居住地】単一回答/必須	回答数	割合
1	北海道	30	2.5%
2	青森県	7	0.6%
3	岩手県	7	0.6%
4	宮城県	14	1.2%
5	秋田県	4	0.3%
6	山形県	0	0.0%
7	福島県	6	0.5%
8	茨城県	18	1.5%
9	栃木県	6	0.5%
10	群馬県	9	0.8%
11	埼玉県	77	6.5%
12	千葉県	62	5.2%
13	東京都	334	28.3%
14	神奈川県	150	12.7%
15	新潟県	8	0.7%
16	富山県	3	0.3%
17	石川県	3	0.3%
18	福井県	5	0.4%
19	山梨県	5	0.4%
20	長野県	17	1.4%
21	岐阜県	4	0.3%
22	静岡県	25	2.1%
23	愛知県	63	5.3%
24	三重県	3	0.3%
25	滋賀県	10	0.8%
26	京都府	30	2.5%
27	大阪府	94	8.0%
28	兵庫県	48	4.1%
29	奈良県	7	0.6%
30	和歌山県	2	0.2%
31	鳥取県	1	0.1%
32	島根県	1	0.1%
33	岡山県	4	0.3%
34	広島県	24	2.0%
35	山口県	4	0.3%
36	徳島県	3	0.3%
37	香川県	3	0.3%
38	愛媛県	4	0.3%
39	高知県	3	0.3%
40	福岡県	45	3.8%
41	佐賀県	1	0.1%
42	長崎県	2	0.2%
43	熊本県	6	0.5%
44	大分県	3	0.3%
45	宮崎県	7	0.6%
46	鹿児島県	8	0.7%
47	沖縄県	10	0.8%
48	海外	1	0.1%
	全体	1181	100.0%

回答者の75.4%が国民健康保険に加入している
協会けんぽ（13.0%）は一人社長、組合健保（8.5%）は任意継続制度利用者であると推察される

Q1. あなたが加入している公的医療保険を教えてください。

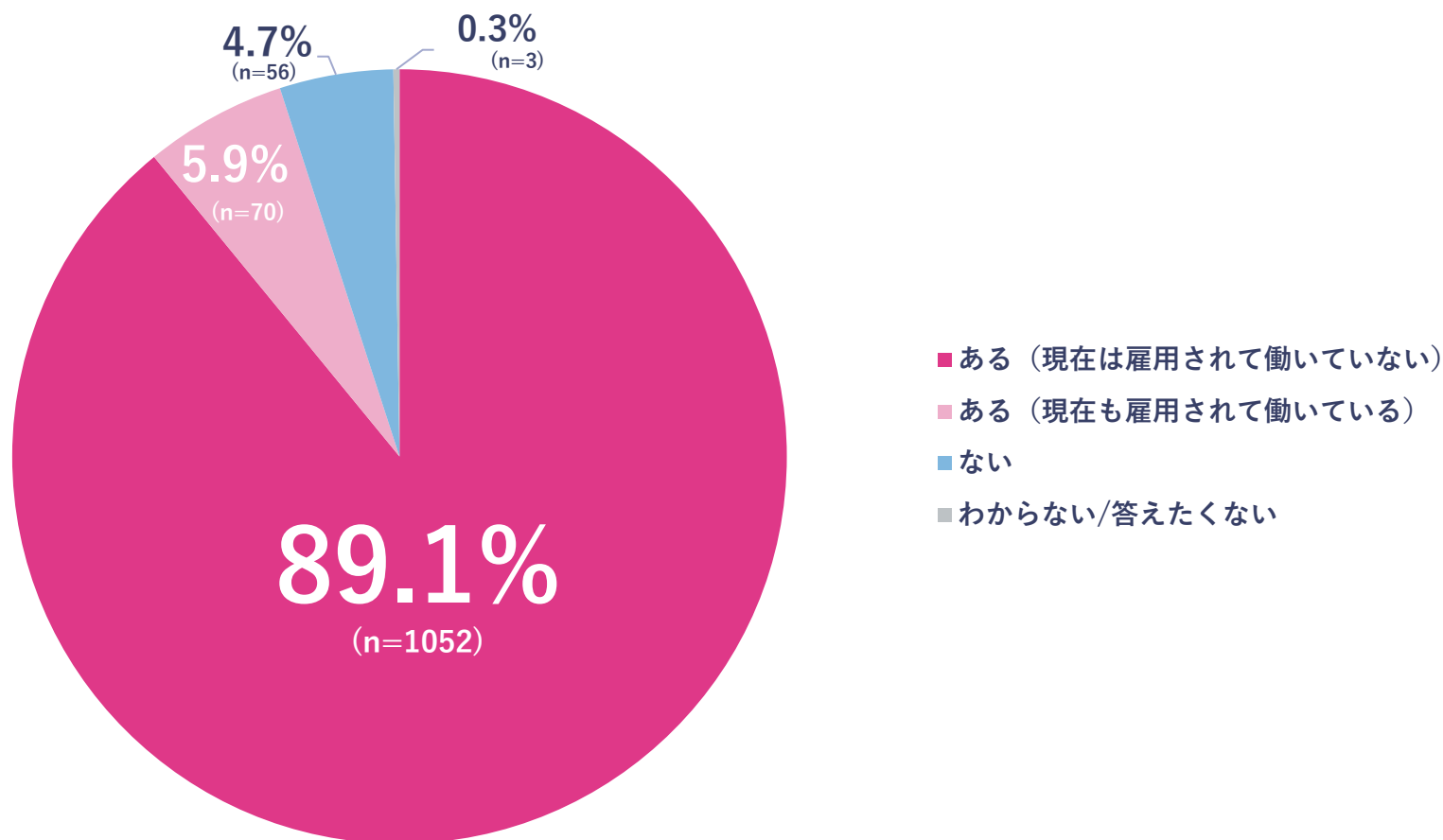
（単一回答 / n=1181）



回答者の9割が過去に被用者として社会保険に加入していた経験がある

Q2. あなたは過去、社会保険の対象として企業に雇用されて働いた経験がありますか（正社員、契約社員など）

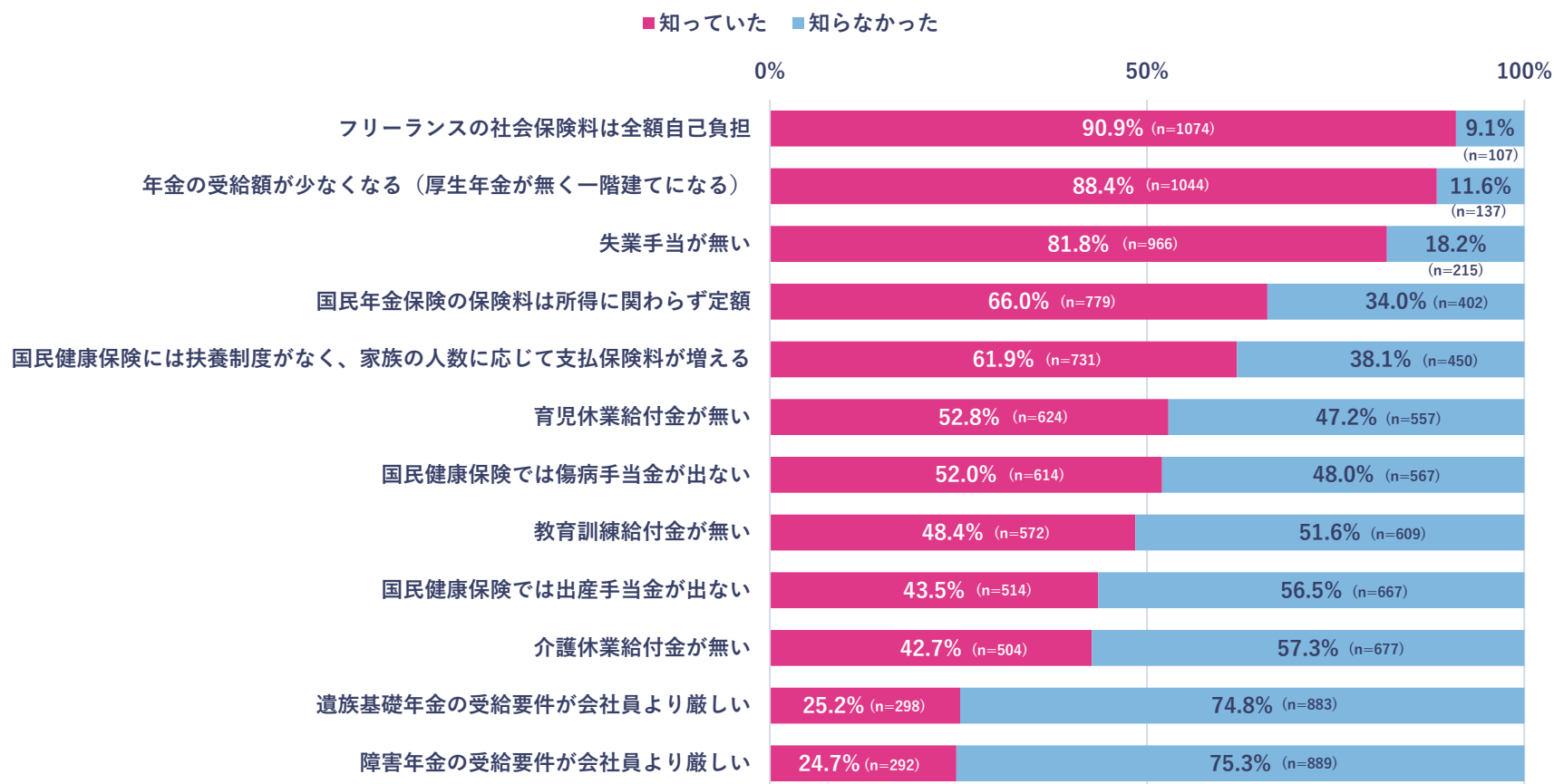
（単一回答 / n=1181）



社会保険料の全額自己負担や年金、失業保険の差異は比較的知られているが、健康保険、育児・介護休業、教育訓練、遺族・障害年金の保障格差については独立前に知らなかった人が多い

Q3. フリーランスとして独立する前に、個人事業主と会社員との以下のような制度の違いを知っていましたか。

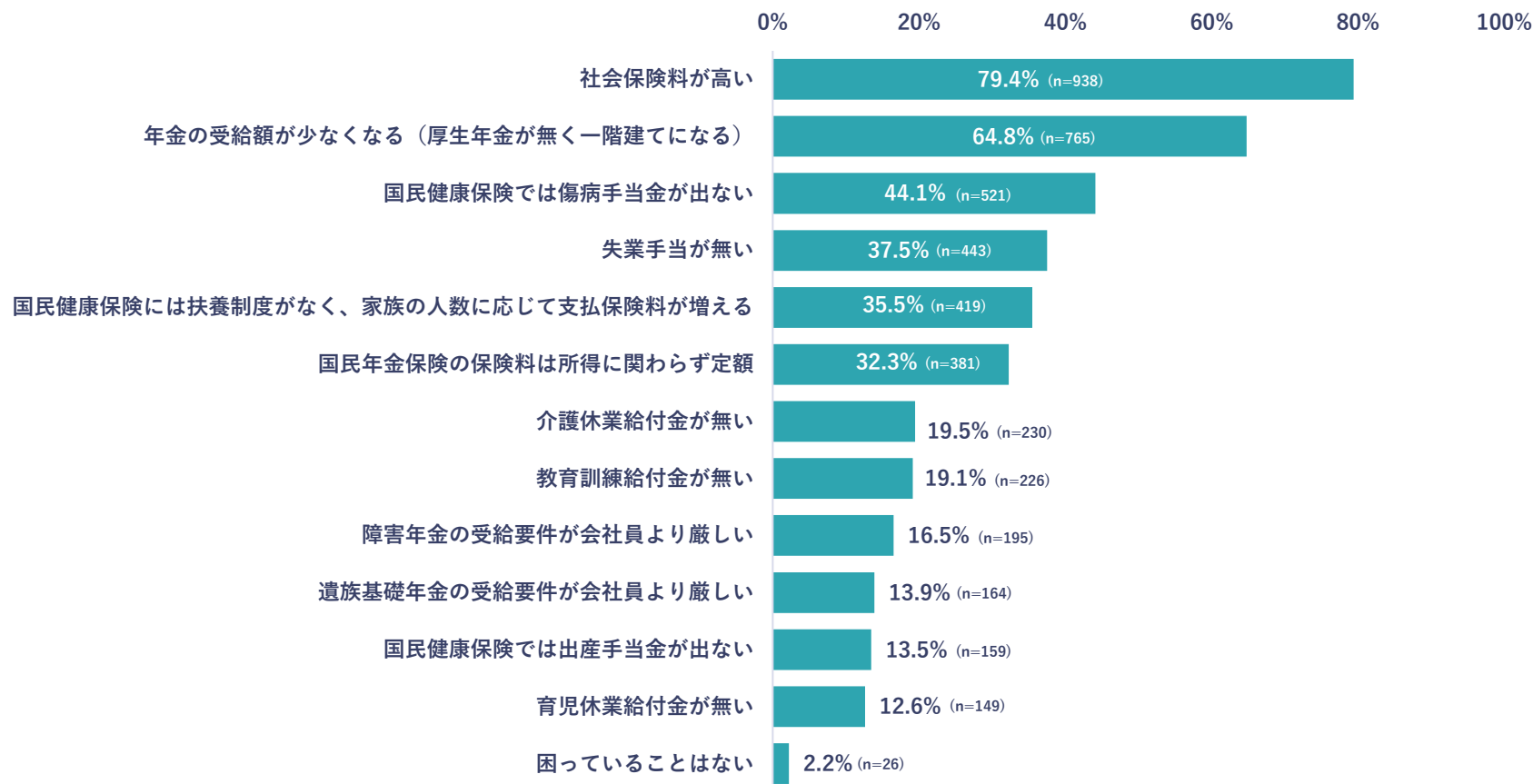
(各項目単一回答 / n=1181)



フリーランスと会社員の社会保険制度格差で困っていることとして、「社会保険料が高い」を挙げた人が8割、次いで「年金の受給額が少なくなる」が6割、「国民健康保険では傷病手当金が出ない」が4割

Q4. フリーランスと会社員の社会保険制度の違いについて、困っていることを5つまでお選びください。

(複数回答 必須 / n=1181)



すべての年収群で「社会保険料が高い」が首位、「年金の受給額が少なくなる」が2位であった

Q4. フリーランスと会社員の社会保険制度の違いについて、困っていることを5つまでお選びください。

（複数回答）

↳ Q4F1. あなたがそのように考える理由を教えてください。

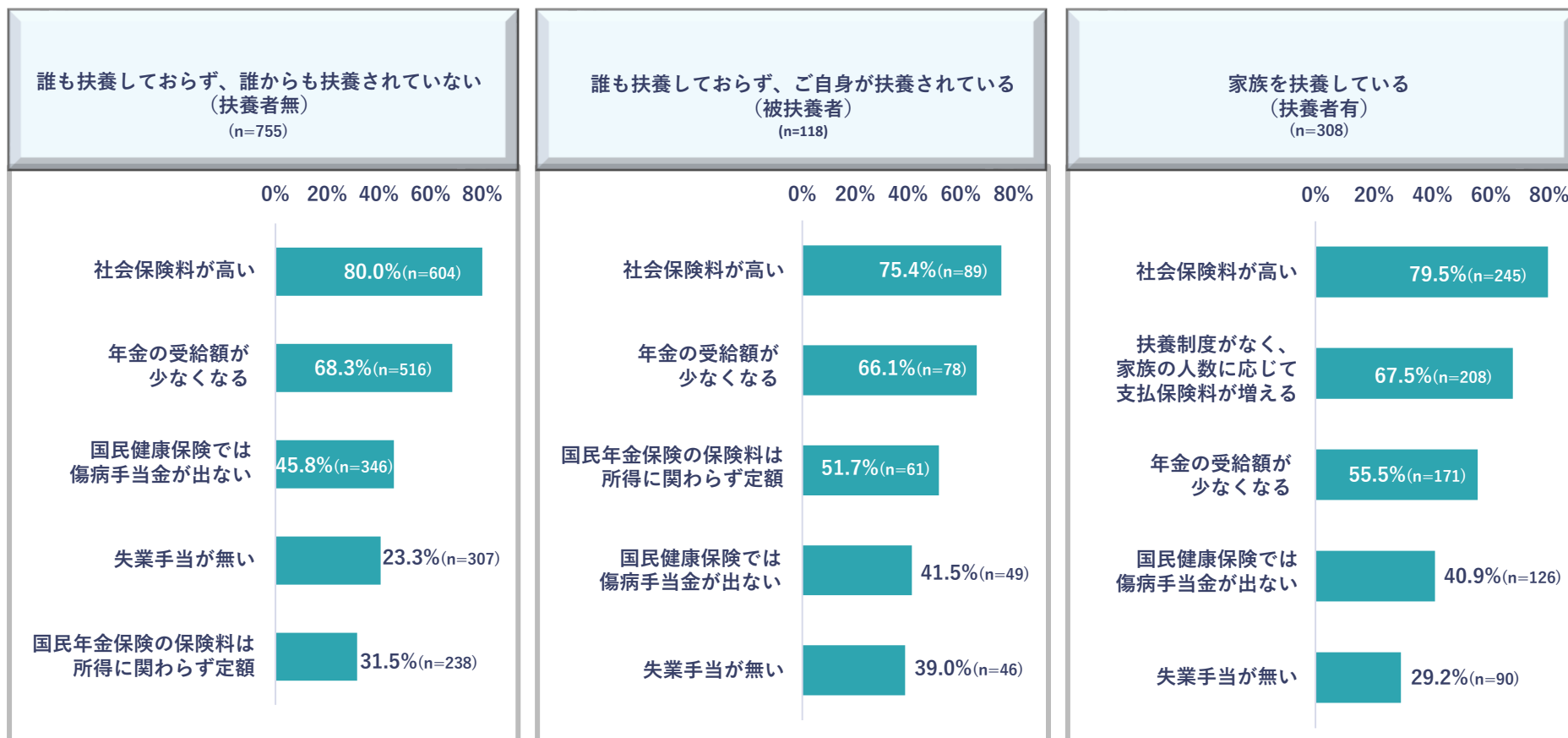


扶養者有の群では「国民健康保険には扶養制度がなく、家族の人数に応じて支払保険料が増える」ことへの負担感が、社会保険料の高さに次いで2番目に大きい

Q4. フリーランスと会社員の社会保険制度の違いについて、困っていることを5つまでお選びください。

↳ Q4F1. あなたがそのように考える理由を教えてください。

（複数回答）



Q4. フリーランスと会社員の社会保険制度の違いについて、困っていることを5つまでお選びください。

↳Q4F1. あなたがそのように考える理由を教えてください。

（自由回答/n=812）

➤ 会社員との格差

- ・ フリーランスと会社員とでは、社会保障に差がありすぎているから
- ・ 会社員でもフリーランスでも人生には同じような事が起こる。出産、育児、病気、怪我、介護など。同じように仕事で頑張ってきた人間の待遇に差があるのはおかしいと思う
- ・ フリーランス＝自由に働いているんだから仕方ないという風潮を感じる。間違いではないが、会社員であることを基準に整備されていると感じる。
- ・ 全部自己責任で国に守られていないと感じる

➤ 高額な社会保険料負担

- ・ 会社員の社会保険制度に比べて補償が少ないのに金額が高い
- ・ どれだけ収入が低くても国民年金（の保険料）は一律。減免すれば年金額も減る。払えば生活に支障が出る。結婚、出産も考えてしまう。年金額も少ないので老後の生活も心配
- ・ 扶養に入るか迷う程度の収入ですが、受注拡大も視野に入れ、思い切って扶養を出る決断をしました。収入も不安定な中で高額な保険料を見ると、やっぱり扶養内のほうがよかったのではと思うことがよくあります。
- ・ 年収200万なので報酬の25%が年金と保険に持っていかれる。主人の扶養に入ったほうが良いのかも知れないが、ちょうど仕事が増えていく段階なので、個人事業を諦めきれない。せめて、年金の保険料は一定ではなく累進にしてほしい。それならまだ、年金受給額が少なくても納得がいくかも。
- ・ 高すぎるので、子育て中の身としては扶養枠から外れることができなくて仕事＝収入を増やせず、本当に困っている。保険料が上がるのに、受けられる給付が減るとするのはデメリットでしかない

➤ 扶養制度がない

- ・ 会社員と比べて、フリーランスは社会保険料を全額自己負担するため負担が大きいと感じています。また、国民健康保険には扶養制度がなく家族の人数に応じて保険料が増える点も重い負担です。
- ・ 夫が会社員だが、子供が扶養になるには夫より収入を低くしないとイケない私の収入があがると私に扶養が来てしまい子供の分まで支払わないといけないので仕事が思うように働けない 育休がなく社会保険は免除が少ないので3ヶ月で復帰した。
- ・ ひとり親なので、子供の保険料がかなり負担と感じてしまう。

Q4. フリーランスと会社員の社会保険制度の違いについて、困っていることを5つまでお選びください。

↳Q4F1. あなたがそのように考える理由を教えてください。

（自由回答/n=812）

➤ 病気・ケガ

- 病気をして休業を余儀なくされたがその期間は貯金だけでは生活が苦しくなる
- フリーランスや1人社長の場合、自分が体調を崩したらダイレクトに売り上げに影響が発生するのに、その際になんの手当でももらえない。
- 個人が負担する金額は国保の方が高いし、個人事業主だと働けなくなった時のリスクが高いのに、補償全然ない
- 会社員の頃、大病を患った際は傷病手当でたいへん助かったが、フリーランスになってその点は不安に感じる
- 体調の問題で会社員として長期雇用が難しいためフリーランスという働き方を選んでいる。働かざるを得ないから働いているが、体調をかばいながら働くにはあまりにも社会保険料の負担が大きいのに、それによって守ってはもらえないのだとフリーランスをしていて実感する。とてもつらい。
- フリーランスと会社員とで「病気のなりやすさ」は変わらないのに、病気になって働けなくなった時の給付に差があるのは、フリーランスとして働くことの不利な点だと感じるから。家庭事情でやむなくフリーランスを選んでいるなか、ペナルティみたいに感じて苦しい

➤ 老後・年金

- 保険料が高いのに、将来の年金額がかなり低いので不安。同じ働き手なのにこの差はないと思う。だったらせめて保険料を低くしてほしい。
- すでに国民年金の受給者ですが、厚生年金約半額で厳しい。年金制度は会社員も個人事業主も同じ制度で、ほぼ同額受給できる制度の創設を切に望みます。後世のフリーランスの老後のために
- 年収200万なので報酬の25%が年金と保険に持っていかれる。主人の扶養に入ったほうが良いのかも知れないが、ちょうど仕事が増えていく段階なので、個人事業を諦めきれない。せめて、年金の保険料は一定ではなく累進にしてほしい。それならまだ、年金受給額が少なくても納得がいくかも。
- 遺族厚生年金なども、会社に勤務してる中でなくなったら該当になるのに、会社を退職して個人事業主として働きだしたら25年払ってないとももらえないなど、会社にいるのといないのとの差が酷いと感じます。
- 障害年金は絶対だれでも該当する可能性がある。加入している保険によって区別をつけるべきではない。ただでさえ弱者となるのに、国から差別を受けているも同然です。

Q4. フリーランスと会社員の社会保険制度の違いについて、困っていることを5つまでお選びください。

↳Q4F1. あなたがそのように考える理由を教えてください。

（自由回答/n=812）

➤ 出産・子育て

- 産前産後の数か月間、収入がほぼゼロになりました。金銭的にも精神的にも辛かったです
- 今まさに、妊娠していて産休に入れる時期(現在妊娠39週)なのですが、産休・育休手当がないため、入院日ぎりぎりまで働くことにしていて、体がきついから
- 1人出産しましたが、育児休業給付金がないので何とかして収入を得るしかなく、産後2週間程度で仕事を再開しました。本当はもう1人産みたかったのですが、給付金なしで働きながら2人を見るというのは大変厳しく思えて断念しました
- 妊娠出産期間中、無給なのに子どもの出費は増え、かなり苦しい思いをしました。この状況では産後すぐから働かざるを得ず、まともに体調回復もできないまま仕事に復帰しました。この状況では少子化が進むのは当たり前だと思います。フリーランスにも産休育休手当を始め、働けない場合の保障を会社員と同じように整備して欲しいです。

➤ 教育訓練

- 政府が生活の保障やリスクリングなどについて打ち出すさまざまな施策はほとんどが「会社に雇用されている」（会社への優遇策や補助金など）ことが前提になっていて、恩恵に格差が大きい
- 資格を取るために教育訓練給付金を利用して学びたいがフリーランスのため対象とならない。過去30年近くは会社員だったので教育訓練給付金の対象にしてほしい
- 教育訓練給付金も直近通い始めたスクールが「雇用があったら受け取れた」という背景があったので、労働していることには変わらないのにここで差を感じることに不満を持った
- 自分自身の能力やスキルがダイレクトに売り上げに繋がるため、リスクリングやスキルのブラッシュアップが必要になるのに、そのような支援は一切受けられない

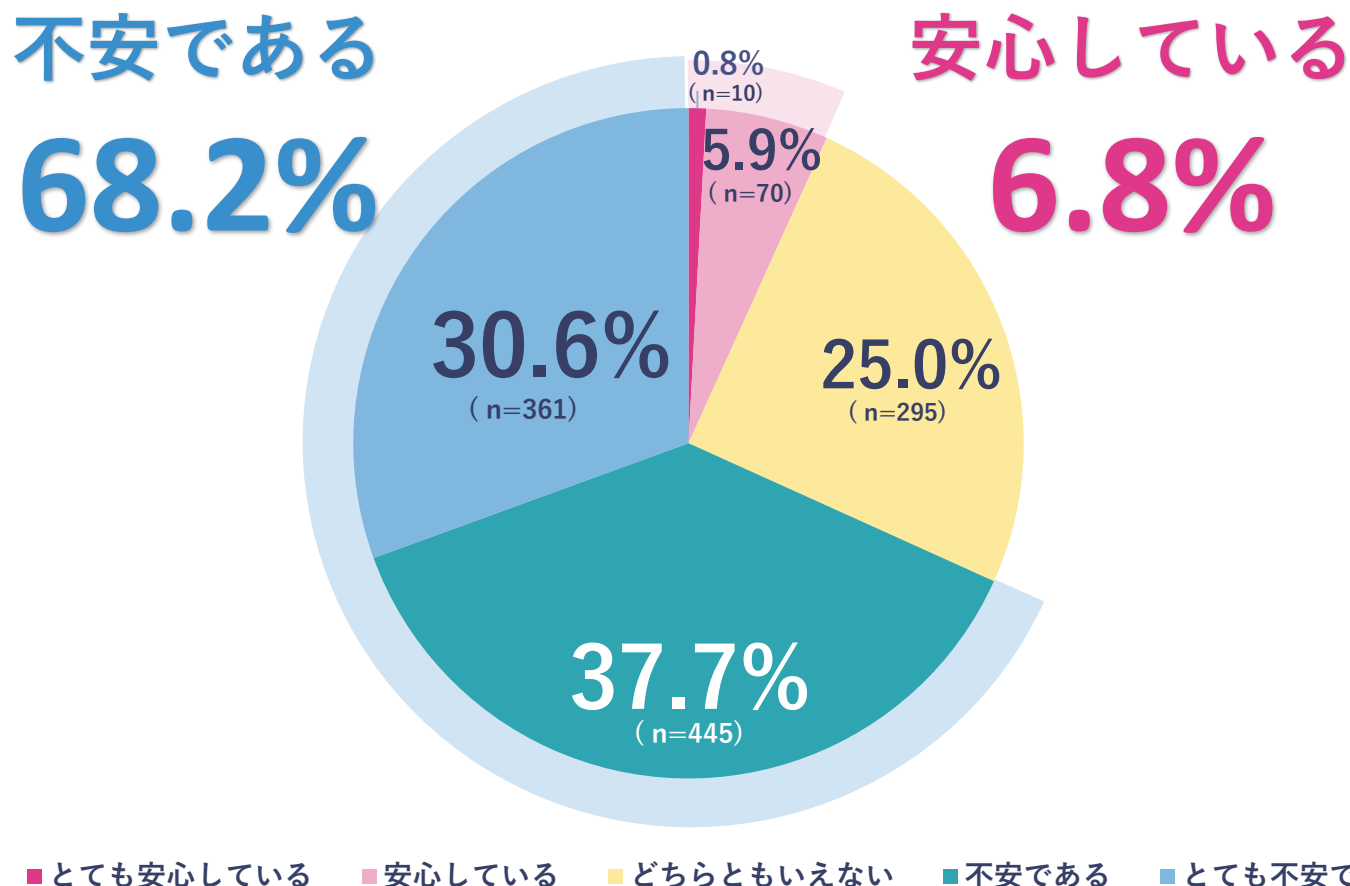
➤ 失業

- 私は精神障害を抱えながらフリーランスとして働いており、収入が安定したことはありません。病気や体調不良で働けないときに傷病手当金がなく収入が途絶えること、将来的に父の扶養から外れた場合に国民健康保険料が増えること、また収入に関わらず定額の国民年金保険料負担や厚生年金が無いため将来の年金額が少ないこと、さらに失業保険がないことは、生活の不安や将来設計の困難さに直結しています

今の社会保険制度（医療保険・年金保険）に対して不安を感じているフリーランスが7割

Q5. 今の社会保険制度（医療保険・年金保険）について、あなたのお気持ちをお聞かせください。

（単一回答 / n=1181）



Q5. 今の社会保険制度（医療保険・年金保険）について、あなたのお気持ちをお聞かせください。

↳Q5F1. あなたがそのように考える理由や、その他に良いアイデアがあれば教えてください。

安心している

（自由回答 / n=47）

- ・ 医療や年金の制度が破綻するとは思っていないが、保障がだんだん薄くなる（負担が大きくなる）のは課題に感じる。しかし実際に子どもが少ないので仕方ないと思う気持ちもある。
- ・ 医療は受けられているので、不満は特にない。フリーランスの状態での出産・育児についてはかなりハードモードなので、もう少し手厚くしてもらえたらもう一人産める。
- ・ 自営業者向けに中小企業共済やiDeCoの上限額を引き上げてほしい。

どちらともいえない

（自由回答 / n=173）

- ・ 65歳以上でも年金などに影響を与えない安心できる仕組みが欲しい。
- ・ フリーランスは健康第一のため、会社員時代より健康に気を付けて人間ドックを毎年受けているが、補助金が減ってしまったため苦しい。
- ・ フリーランスは休めないことが多く、健康管理も非常に課題と感じる。その一方、保障が少なく、無理することもある。日本経済が衰退している現在、増加するフリーランス、副業などをとりこみ経済発展、維持につなげるためには、制度改革や創意工夫が必要と考える。
- ・ 今の年金制度は負担額や壁など金額で設定されている事柄が多く、収入の少ないフリーランスにとって負担が大きいと思う。インフレへの対応も含め、比率で設定すべきでは。
- ・ マイナンバーとか使って、自分の収入にあった制度が選べるようにしたらいいと思う。あくまでも選ぶので、義務化はしてほしくない。

不安である

（自由回答 / n=534）

- ・ フリーランスは会社員が得られる各種給付がなく、出産、育児、介護、病気とあらゆる事態で簡単に暮らせなくなってしまう。税金も社会保険料もきちんと納めているのに、なぜ普通に暮らせないのだろうと暗澹たる思いです。フリーランス歴は20年超になりますが、日本では、会社員になるしか生きていく道はなかったのだとさえ思います。
- ・ 自分の働き方(フリーランス)が将来的に不安定すぎると、認められないままきており、なんとか社会保険制度がしっかりとフリーランスの働き方へも対象となって、保障をしてくれる制度に変わってほしいと、心からずっと願っています。将来も安心して、自分の能力を生かした働き方を、これからも続けて行きたいです。

Q5. 今の社会保険制度（医療保険・年金保険）について、あなたのお気持ちをお聞かせください。

↳Q5F1. あなたがそのように考える理由や、その他に良いアイデアがあれば教えてください。

不安である

（自由回答 / n=534）

- サラリーマン時代より補償が薄い、その割に負担が大きいと思う。サラリーマン時代にははらっていない税金もあるので、負担が辛いです。
- 難病持ちなので、民間保険は高いor入れないので、なるべく広くカバーしてほしい。
- 組織に所属するサラリーマンと同等の保障は受けれるべきだと思う。フリーランスは自身が経営者でかつ従業員という2つの側面を持った、特殊な労働形態であり、個人が尊重されるこれからの社会ではもっと増えると思う。インボイス制度で税金は一律ある意味で平等になったので、他の部分も平等にしていけばいい。
- フリーランスで最高売上を上げた年の翌年に手術をすることになり、高額医療費制度で限度額25万支払いをした。高額医療費制度はさらに値上がりされる状態で、フリーランスは打撃が大きい。手術前後は無職であり売上も下がるのに昨年の売上のおかげで高い医療費を払うことになった。
- 独立1～2年はご祝儀的に案件がもらえ、翌年の税金が増えるが3年以降は落ち着くのでしんどい。
- とにかく、収入に応じた金額での保険が必要です。また波があるため、前年度や2年前の収入をベースに決まって失業しているケースは多いです。この辺の対応策をもっと国にはやっていただきたいし、フリーランス全員にアンケートをとって、国へ説得するような指導者が欲しいと思う。
- とにかく高い！私は夫が会社員で私だけ国保です。世帯で見ると一番高いパターンかと思っています。
- とにかく国保の負担感が大きい。年間200万円の収入（控除や経費除く）に対し、30万ほどの国保を支払っている。それに国民年金、消費税などもろもろ支払うと手元に残るものが本当に少なく、フリーランスとして働くのは先がないと思わざるを得ない。
- 国民健康保険の所得が上がれば上がるほどどんどん高くなる仕組みが辛くて保険料が定額の国保組合に加入しました。国保組合に入る懸念点は所得が下がったとしても定額になってしまうことでしたが、まさに加入した1年目に妊娠が発覚し、所得が減ったため不安な気持ちになっています。せめて子育てに関する手当を正社員にだけ充実させてフリーランスにはかなり手薄な制度のみという状況がとてもひどいと感じておりもうすこし配慮が欲しいと思います。
- 受給年金が少なることで、自分の職業人生を100年で設定して働き続けられないといけない。フリーランスの女性の場合、どうしても出産と産休期間は仕事ができないので、せめてここだけでもカバーできる制度ができてほしい。基本的な国民保険で医療費がカバーできる点は逆に信頼しているので、女性特有に必要な部分は補償費がほしい。
- フリーランスでの社会保険制度が不安なので法人成りしました。ひとり社長なので、実質、労使折半がなく社保の費用を全額自分で負担していますが、負担率が高すぎて本当に大変です。

Q5. 今の社会保険制度（医療保険・年金保険）について、あなたのお気持ちをお聞かせください。

↳Q5F1. あなたがそのように考える理由や、その他に良いアイデアがあれば教えてください。

不安である

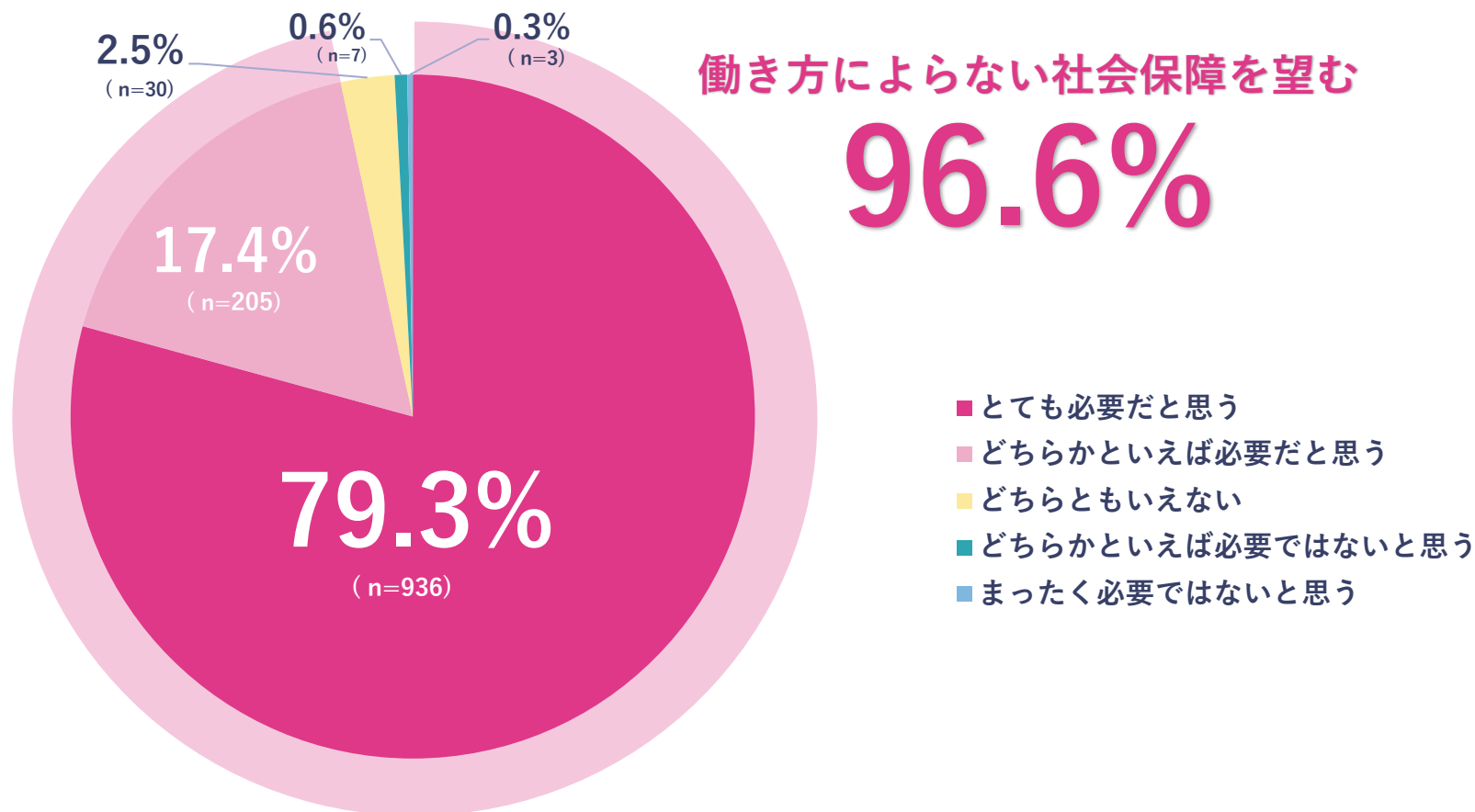
（自由回答 / n=534）

- 国保・国民年金ですが、1号は払う金額のわりに3号と比較してメリットがないのが気になっています。現行の制度は、少しでも将来年金が増える厚生年金に比べて、「これなら扶養内に抑えておこうか」という結論に達しやすい仕組みになっていると思います。少しでもいいのでメリットがあると、3号から1号の選択を促進（または1号から3号の選択を阻止）できるのではないのでしょうか。
- 扶養から外れると急に多額の支払いが発生して「何のために働いているのか」とモチベーションを失いやすい。これだけ物価が上がっていて（特に食費）、それが反映されない仕組みがそもそもおかしいのでは？と思う。
- idecoやNISAの仕組みができたのが遅すぎたため、年齢的に老後資産が間に合わない。社保のような保障もないため不安しかない。フリーランスがここまで増加しているので、社保加入は早急に実施してほしいが、若年層は社保加入を嫌がる傾向にあると思うので、選択制なども検討してほしい。
- フリーランスというより、立場によって異なるような制度自体が問題と感じる。新たな仕組みとして、成人後は障害や病気等一定の要件に該当する人以外は、一律で良いと思う。高齢者や若年者は要件に応じて免除できる仕様にすれば良い。今後の少子化問題を解消するためにも、老人を支える仕組みではなく自分を自分で支えるための仕組みである必要があると考えている。現行制度では破綻が見えているため、早急に抜本的な制度への転換とそれに伴う移行措置の設計にこそ着手すべきと思う。
- 私はフリーランスで国保、夫は会社員で社保に加入しており、子どもたちは夫の扶養になっています。私は自分の所得に応じて国保の保険料を支払っている（私の銀行口座から引き落としていく）のですが、国保のお知らせがすべて世帯主である夫名義で届くのに大きな違和感を覚えています。夫が会社員、妻がフリーランスという世帯もたくさんあると思うのに、なぜ世帯主であるというだけで夫の名前で請求（引き落としの案内）がくるのでしょうか。
- フリーランスとして、雇用されている人よりも重い責任を負って仕事をしているにも関わらず、守られないのはどうしてなのか。フリーランスはフリーランスで助け合う制度があってもいいのではないかなと思う。また、業務委託契約を、「雇用保険を払わず安く使えるバイト」という認識で使っている企業が実際にあるため、罰則を厳しくしたり監視をしっかりと欲しい。具体例を言うと、アルバイトでの募集に応募し、面接の後に業務委託契約を持ち掛けられ、その時給がアルバイトでの募集時と同額だった。雇用保険には入れないし、社保などもつかないため、実質報酬が減っていることになる。その旨伝えて仕事は断ったが、安易に業務委託を使っている事業者がいることは事実。業務委託であれば直接雇用よりも2倍の金額を出す、など法制化して欲しいと思っている。

就業形態に関わらず安心して働ける、働き方に中立な社会保障制度を求める声が圧倒的で、
「とても必要」と答えた人が8割

Q6. あなたは会社員・フリーランスなどの働き方の違いに関わらず、医療や雇用、老後の生活に対する社会保障が提供されることが必要だと思いますか

(単一回答 / n=1181)



保険料を自己負担してでも、会社員同等の保障を得られる雇用保険への加入を望む回答者が6割

Q7. 雇用保険に加入すると、失業等給付金（失業保険）、育児休業給付金、介護休業給付金、教育訓練給付金がもらえるというメリットがあります。

しかし、今の日本の制度では、フリーランスは雇用保険に加入できません。

もしフリーランスも雇用保険に加入できると仮定した場合、支払うことになる雇用保険料はおおよそ下記のとおりです。（あくまで参考情報としての試算であり、実際の支払額・受給額とは異なります。）

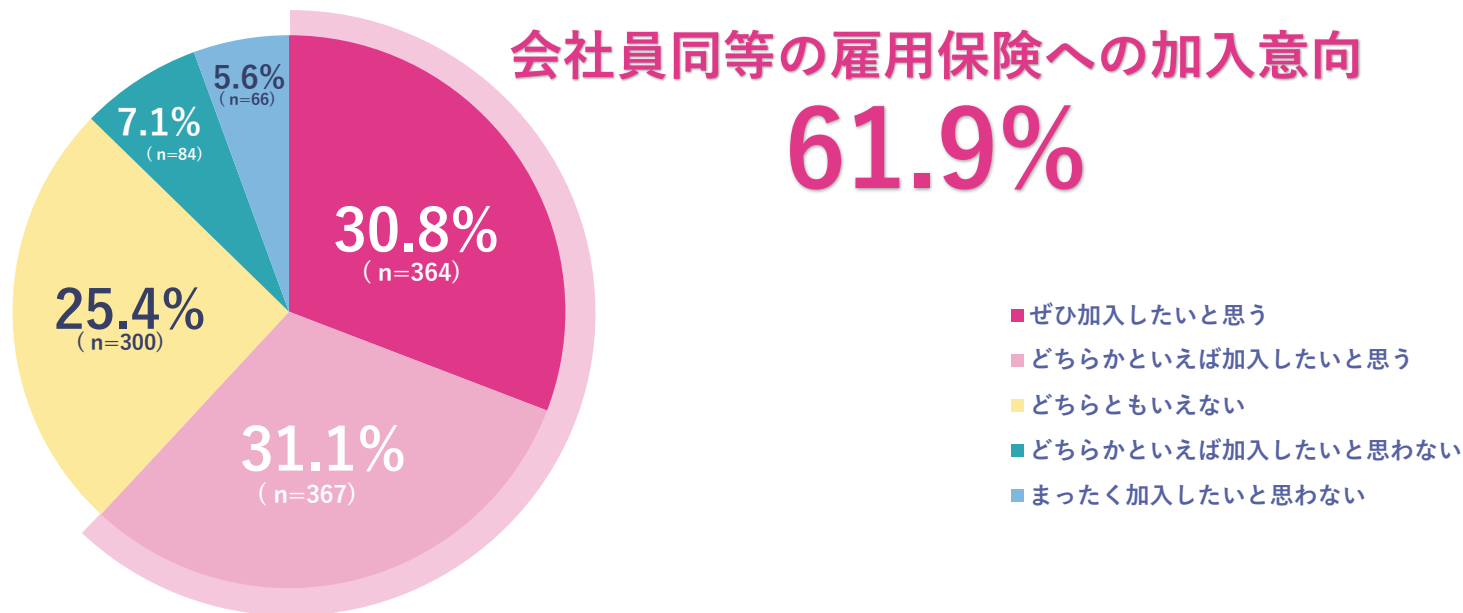
※試算条件

- ・ 毎月の所得が340,000円、事業内容は一般の事業と仮定
- ・ 労使折半が無いいため労使双方分を合算（合計料率 14.5/1000）

フリーランスも自己負担でこのような雇用保険金に加入できるとしたら、あなたは加入したいと思いますか。

支払う額		月額	年額
	雇用保険	4,930	¥ 59,160

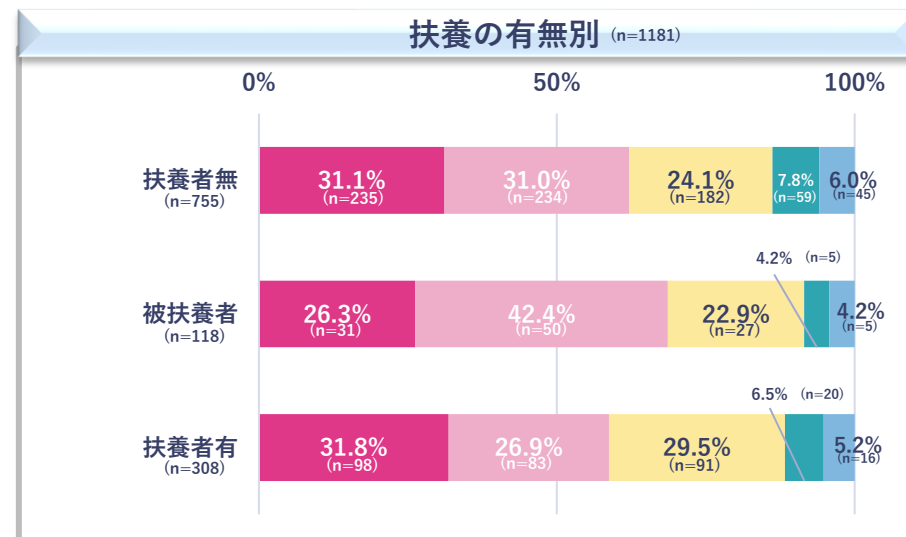
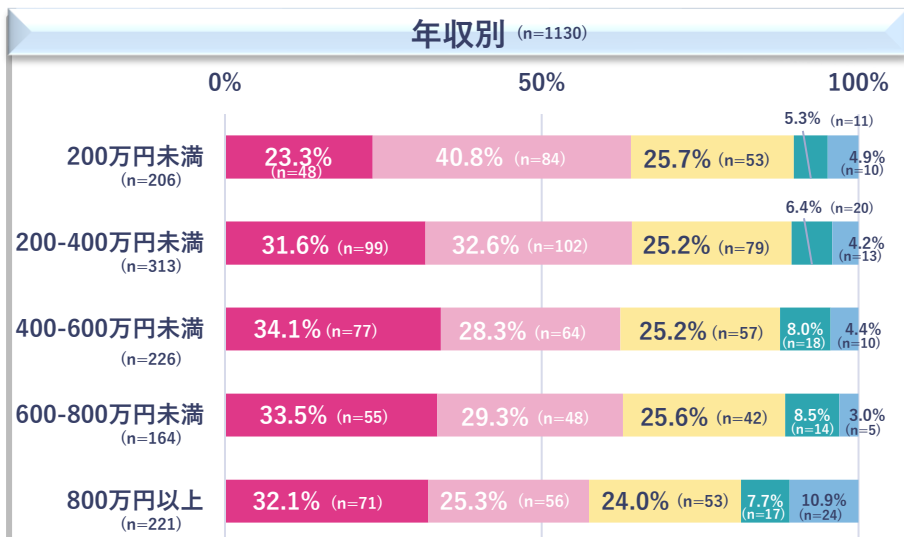
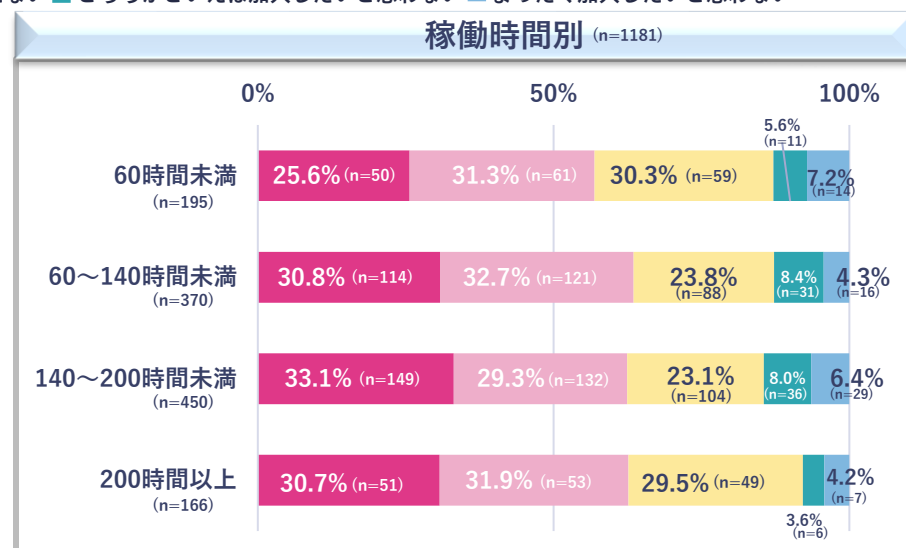
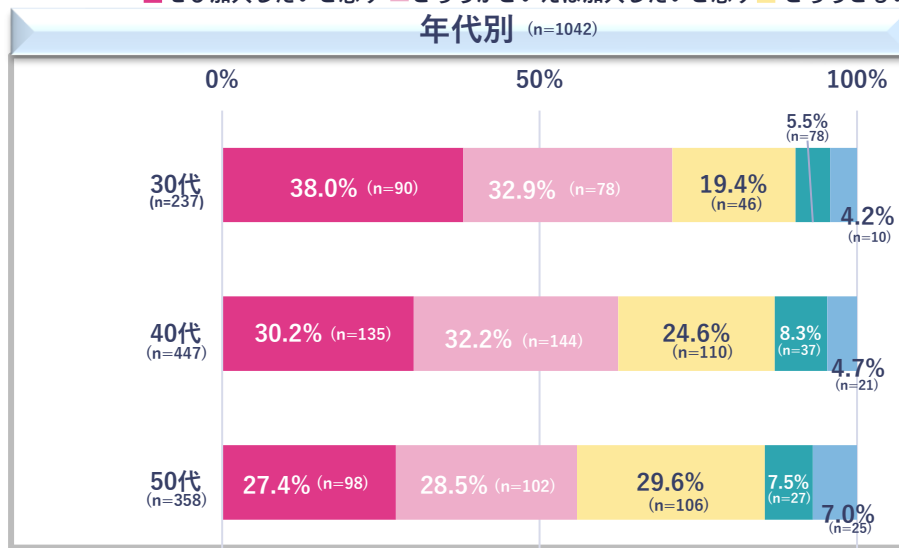
（単一回答 / n=1181）



保険料自己負担での雇用保険加入意向（属性別クロス集計）

今後の就業期間が長くライフステージの変化も予測される若い年代で特に、雇用保険への加入意向が強い

■ ぜひ加入したいと思う ■ どちらかといえば加入したいと思う ■ どちらともいえない ■ どちらかといえば加入したくない ■ まったく加入したくない



Q7. フリーランスも自己負担でこのような雇用保険金に加入できるとしたら、あなたは加入したいと思いますか。

└Q6F1. あなたがそのように考える理由を教えてください

加入意向あり

(自由回答/n=513)

➤ 育児・介護休業給付金

- ・ 育児休業の際に給付金がもらえるなら、金銭の不安を感じずに、のびのびと育児に取り組めたと思うから。
- ・ 介護休業は今後あり得ると考えているから。育児や介護など、現実問題として仕事ができない状態になったときの保障はフリーランスにも必要だと思う。ただ、失業給付に関しては、フリーランスの場合、何をもって失業とするかが難しいと思う。
- ・ 現在の働きかたを維持するために子供を持つという選択をしなかったが、出産や育児による一時的な仕事を減少を補填する仕組みがあれば検討したかもしれない。今は、病気なので一時的に業務ができなくなった時の備えとしてなら検討できる。会社員からフリーランスになった身としては、自営業転身の際に仕事が安定するまで失業保険等がもらえないのは不公平だと感じた(会社員時代に掛け金を収めても、雇用を探す人にしか給付されない。)

➤ 教育訓練給付金

- ・ フリーランスも流行がある物があるので、様子を見て乗り換えやすいように、教育訓練とかできると助かるかと思っています。
- ・ リスキングの為に通信大学に通っています。もし雇用保険があったら、教育訓練給付金の対象になっていると思いますし、それを受けられる会社員の方が羨ましいです。また個人事業主は、病気することがあっても、失業保険もなければ傷病手当もないので、病気をしたら失業に直結します。生活が不安定になってしまうので、セーフティネットが必要だと思います。

➤ 失業保険

- ・ フリーランスは失業給付や育児休業給付、教育訓練給付などの制度が一切なく、病気や出産・子育て、仕事の減少などで働けなくなったときに生活が立ち行かなくなる不安があります。自己負担であっても、これらの保障が受けられるのであれば、安心して働き続けることができ、長期的なキャリア形成にもつながると考えるため、ぜひ加入したいです。
- ・ 失業保険や休業に対する給付など、なんらか収入が途絶えてしまったときの保険は大切。育児休業給付金も、少子高齢化の進む現代では、会社員とフリーランスの区別なく必要だと思う。
- ・ 給付金を受け取れることで、安心して治療に専念したり、次の仕事を探したりするための条件が整うと思うから。健康を維持したり、契約を得たりするための努力はもちろんするつもりだが、意思に反してうまくいかないこともあると思う。そうした時の支えは、会社員かフリーランスかに関係なくあるべきなのではないか。

Q7. フリーランスも自己負担でこのような雇用保険金に加入できるとしたら、あなたは加入したいと思いますか。

↳Q7F1. あなたがそのように考える理由を教えてください

どちらともいえない

（自由回答/n=237）

➤ **一律徴収への不安**

- 必要だと思う気持ちもありつつ、月額は少ないとはいえ持ち出しにもなるので、収支面で不安があるから。
- 毎月の収入によって金額が決まるのであればアリかと思う。これも国民年金のように定額なら考えてしまう。金額によってだともらえる給付金も変わるだろうが、何もないよりはマシかもしれない。
- 選択肢によって内容を限定的にし、保険料を下げられるのであれば加入を考えたい。
- 収入が低い時に困るかもしれないから。

➤ **他の選択肢の検討**

- もっと条件のいい、所得保障の保険があるので、そちらを選びたい。
- 小規模企業共済である程度代用できそう。
- 保険制度そのものに信頼がおけないこともあり、信用できる組織があればお金を預けられるが、そうでない限り自分で運用したほうが良いと考えている。

➤ **支給条件に合うのか不安**

- 個人事業主の失業という概念がわからないため。
- 失業手当は魅力的だけど、完全に仕事がない場合にしか適当されないとするとあまり意味がないかなと思います。

➤ **年齢的に必要性を感じない**

- 年齢的に（48歳）今から加入して意味があるのかわからない。
- 年齢的に今の仕事をいつまでできるか不明なため。

Q7. フリーランスも自己負担でこのような雇用保険金に加入できるとしたら、あなたは加入したいと思いますか。

↳ Q7F1. あなたがそのように考える理由を教えてください

加入意向なし

(自由回答/n=132)

➤ 失業という概念とのアンマッチ

- そもそも、失業手当等の考え方が個人事業主を想定してない。会社を辞めて個人事業主の届を出すと失業給付をもらえないとか、制度の根本的考え方を変えないといけないと思います。
- フリーランスの場合、失業状態とはっきり線引きできないことも多く、その割に支払いが多い印象があるため。保障が限定的でももっと安く数百円であれば、検討したい。
- そもそも雇用ではないし、雇用されるより働き方に融通がきくこともあり、同じ枠組みでの保障は双方に不公平感が生まれそうなので。
- フリーランスは自由がメリットなので強制はしてほしくない。必要な人が入ればいい。自由なので、自分でそこらへんは管理したほうがいいし、一人フリーランスだとほぼ失業することはないと思う。

➤ 民間の保険や自分での貯蓄で備える

- 社会保険料の負担額が増えるだけで全く意味がない。自分で貯金した方がよい。
- フリーランスは雇用されないことを選んだ人のはずなので公的保険は不要。同様の民間の保険があれば、それに個人の判断で加入すべき。
- 民間の保険や貯蓄で対応した方がフレキシブルだから。
- それに対応するフリーランス用の保険商品があり、そちらの方が安価だから。

➤ 保険料の負担を増やしたくない

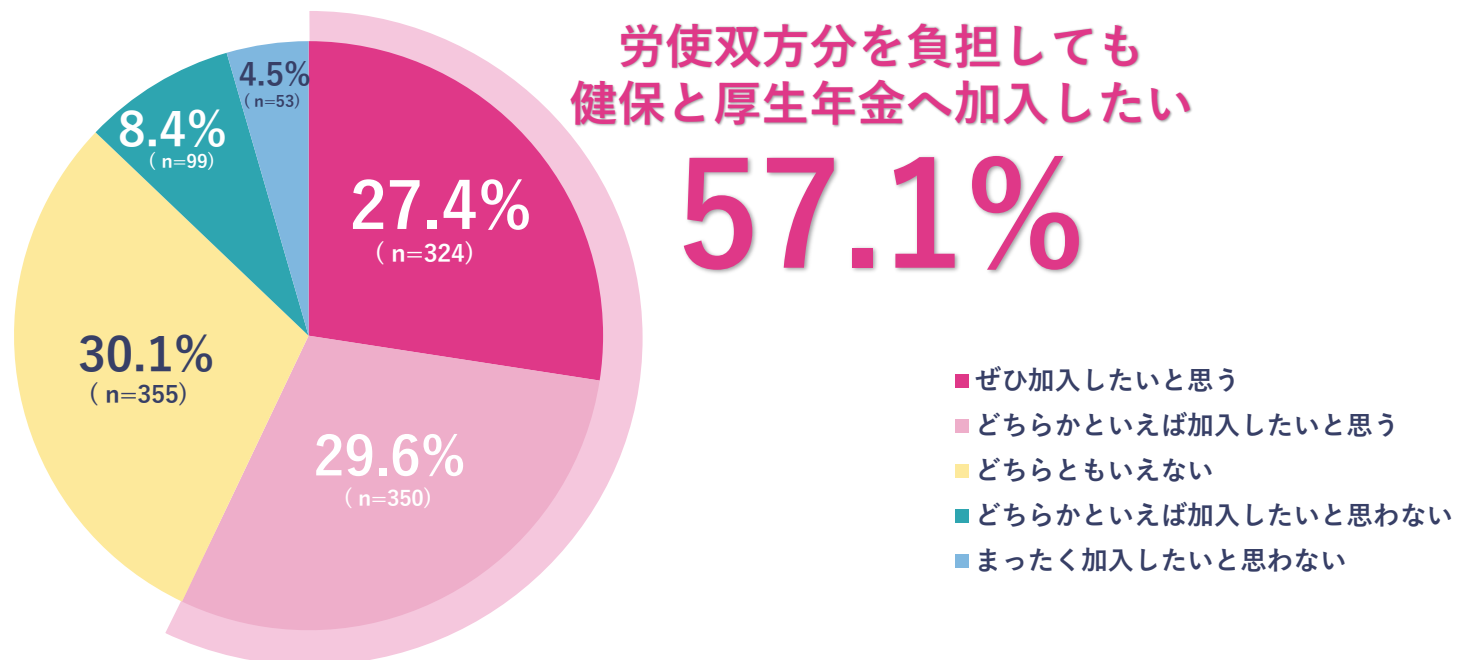
- 保障の範囲に対して保険料が割高だと感じる。会社負担分の中には会社が受け取ることができる助成金として還元されるものもあるため、それを全額個人負担とするには割に合わないと感じる。
- 失業保険は受給ハードルが高いし、他を取ってもリスクに対して支払い額が高すぎる。今以上に負担を増やしたくない。

労使双方分の保険料を負担してでも、会社員同等の保障を得られる健保組合と厚生年金への加入を望む回答者が6割

Q8. 会社員が加入する健康保険組合には扶養制度、傷病手当金、出産手当金があります。また、会社員は厚生年金加入により老齢年金の上乗せ等のメリットがあります。個人事業主のフリーランスも、法人化すると健康保険組合（協会けんぽ）と厚生年金に加入することとなり、会社員と同様のメリットを享受できます。但し、自身で雇用主と従業員の性質を兼ね備えているため、労使双方分の社会保険料を負担することになり、支払う社会保険料はおおよそ次ページの表（※）のように変化します。
（あくまで参考情報としての試算であり、実際の支払額・受給額とは異なります。）

個人事業主も自己負担でこのような健康保険（協会けんぽ）と厚生年金に加入できるとしたら、あなたは加入したいと思いますか。（現在個人事業主でない方は、想像でお答えください。）

（単一回答 / n=1181）



保険料自己負担での健保組合と厚生年金の加入意向（前提条件）

※労使双方分の社会保険料を負担することになった場合に
支払う社会保険料の試算表
(あくまで参考情報としての試算であり、
実際の支払額・受給額とは異なります。)

< 試算条件 >

- ・年齢や扶養の有無別に3パターンで試算
- ・『仮定』＝健康保険（協会けんぽ）・厚生年金の保険料の
労使双方分を合算
- ・『現状』＝国民健康保険と国民年金の金額

パターン2

- 東京都・30歳・扶養対象配偶者なし
- ・30歳から社保、厚生年金・20歳～29歳までは国民年金のみ・未納期間なし・平均所得400万円（30年間）

①支払う額		月額	年額	内訳
仮定	健康保険（協会けんぽ）・厚生年金	95,914	¥ 1,150,968	健康保険料（¥33,694/月） 厚生年金保険料（¥62,220/月）
現状	国民健康保険・国民年金	57,191	¥ 686,292	国民健康保険料（¥40,041/月） 国民年金保険料（¥17,150/月）
差額			¥ 464,676	

協会けんぽ・厚生年金になった場合、
1年あたり増える支払額

②もらう額		月額	年額	
仮定	厚生年金	122,500	¥ 1,470,000	
現状	国民年金	69,308	¥ 831,696	
差額			¥ 638,304	
差引合計（②-①）			¥ 173,628	

協会けんぽ・厚生年金になった場合、
1年あたり増える受給額

パターン1

- 東京都・40歳・扶養対象配偶者なし
- ・40歳から社保、厚生年金・20歳～39歳までは国民年金のみ・未納期間なし・平均所得400万円（20年間）

①支払う額		月額	年額	内訳
仮定	健康保険（協会けんぽ）・厚生年金	101,320	¥ 1,215,840	健康保険料（¥39,100/月） 厚生年金保険料（¥62,220/月）
現状	国民健康保険・国民年金	65,929	¥ 791,148	国民健康保険料（¥48,779/月） 国民年金保険料（¥17,150/月）
差額			¥ 424,692	

協会けんぽ・厚生年金になった場合、
1年あたり増える支払額

②もらう額		月額	年額	
仮定	厚生年金	105,833	¥ 1,269,996	
現状	国民年金	69,308	¥ 831,696	
差額			¥ 438,300	
差引合計（②-①）			¥ 13,608	

協会けんぽ・厚生年金になった場合、
1年あたり増える受給額

パターン3

- 東京都・40歳・扶養対象配偶者あり（40歳・収入なし）
- ・40歳から社保、厚生年金・20歳～39歳までは国民年金のみ・未納期間なし・平均所得400万円（20年間）

①支払う額		月額	年額	内訳
仮定	健康保険（協会けんぽ）・厚生年金	101,320	¥ 1,215,840	健康保険料（¥39,100/月） 厚生年金保険料（¥62,220/月）
現状	国民健康保険・国民年金	90,179	¥ 1,082,148	国民健康保険料（¥55,879/月） 国民年金保険料（¥34,300/月）
差額			¥ 133,692	

協会けんぽ・厚生年金になった場合、
1年あたり増える支払額

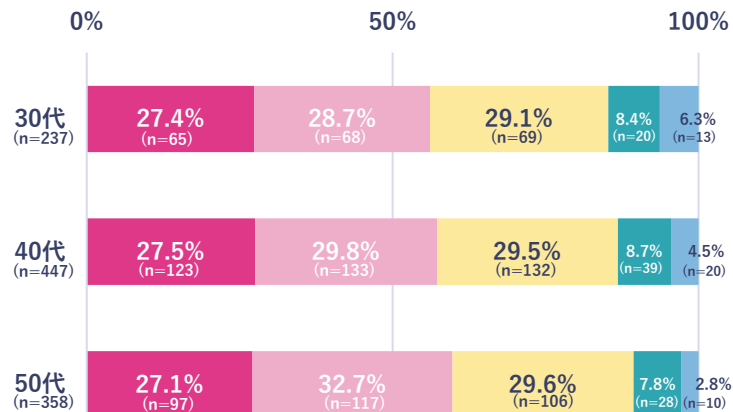
②もらう額		月額	年額	
仮定	厚生年金	175,141	¥ 2,101,692	
現状	国民年金	138,616	¥ 1,663,392	
差額			¥ 438,300	
差引合計（②-①）			¥ 304,608	

協会けんぽ・厚生年金になった場合、
1年あたり増える受給額

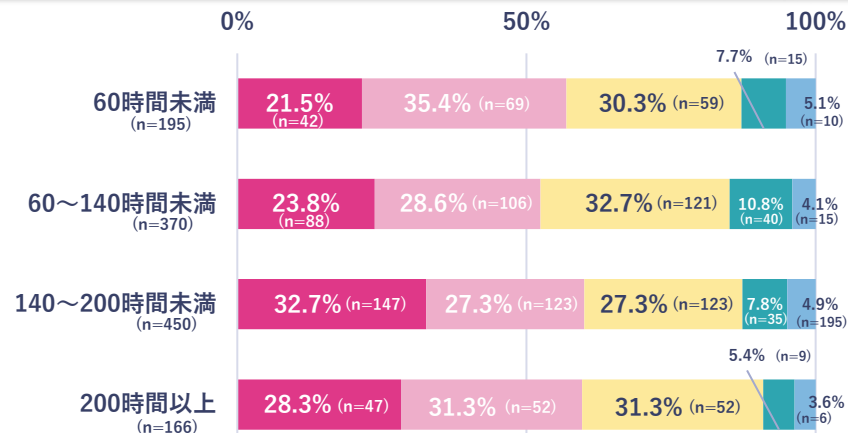
年収600万以上の群と扶養者有の群において、「ぜひ加入したいと思う」と回答した人の割合が顕著に高い

■ ぜひ加入したいと思う ■ どちらかといえば加入したいと思う ■ どちらともいえない ■ どちらかといえば加入したくない ■ まったく加入したくない

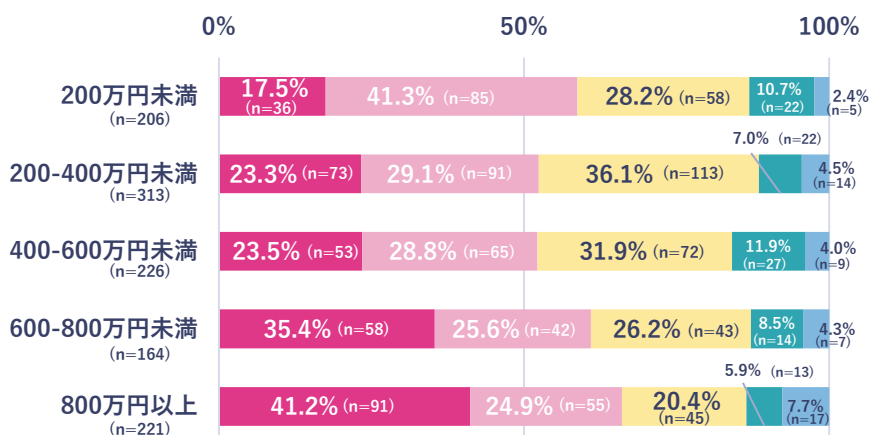
年代別 (n=1042)



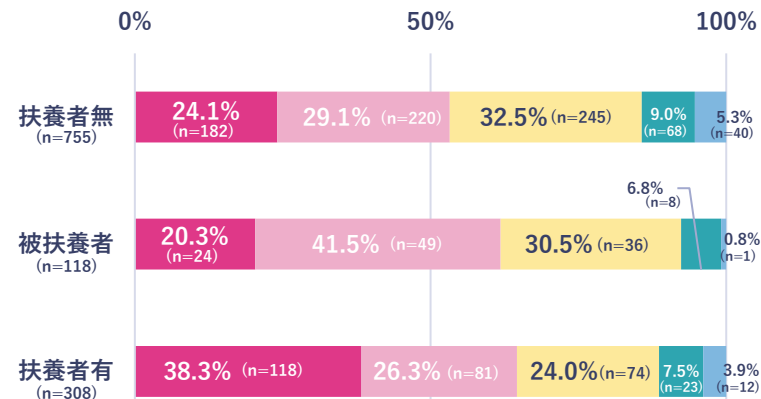
稼働時間別 (n=1181)



年収別 (n=1130)



扶養の有無別 (n=1181)



Q8. 個人事業主も自己負担でこのような健康保険（協会けんぽ）と厚生年金に加入できるとしたら、あなたは加入したいと思いますか。

↳Q8F1. あなたがそのように考える理由を教えてください

加入意向あり

（自由回答/n=441）

➤ 保障の手薄さ

- ・ フリーランスは国民健康保険・国民年金のみで、会社員に比べて保障が少なく将来への不安が大きいと感じています。協会けんぽや厚生年金に加入できれば、医療費や扶養、出産・育児休業の給付、年金額の増加といった点で大きな安心につながります。自己負担であっても、長期的に見れば安定した生活と老後の備えができるため、ぜひ加入したいと考えます。
- ・ もしフリーランスも自己負担で協会けんぽや厚生年金に加入できるなら、加入したい気持ちはあります。なぜなら、出産手当金・育児休業給付金・傷病手当金といった「休むときの保障」が、現行の国民健康保険や国民年金には無いからです。人生の転機に備えられる安心感は大きいと感じます。
- ・ こうしたサポートが充実すれば、フリーになることを躊躇している人も踏み出しやすく、人材の流動性や、自分に合った働き方の模索、新しい道への挑戦などへのハードルが下がると思う。
- ・ 『厚生年金は会社員の特権』だということは働き方の選択肢を限定させる最大の原因だと思うから。
- ・ やっぱり保障があるのは大きいです。ただ金額が満額ってというのが怖いので、収入に応じて、減免などができるような制度があればありがたいです。
- ・ 健康保険には入りたいですが、厚生年金までとなるとまた話は別かと思います。別個に試算すべきではないでしょうか。

➤ 高額な社会保険料負担

- ・ 国保は払えるの？と思うほど高い。高すぎる。もう少し同じ働く人として平等が欲しい。
- ・ 現在の国民年金は保険料が固定額なので、将来の年金給付額を増やしたくても増やす選択肢がない。
- ・ これは本当にほしい。デザイナーなど、職種によって健康保険組合がある方は本当に羨ましく思う。法人化した理由の大部分は国民健康保険が高すぎるからだ。社会保険料がサラリーマン時代と大差ないのであれば私は今も個人事業主で働いていて、負担感は今より少なかったと思います。
- ・ 現状国民健康保険を満額で支払っており大変辛い思いをしているため。法人設立もハードルが高く、そこからの手続きや維持、いざという時に畳むことなどを考えた時、そんなにおいそれと設立をしたいと思えないうえ、会社員だけに限定してこんな特典があるのは改善すべきだと思う。
- ・ 国保は非常に負担になっていて、協会けんぽで軽減できるなら加入したい。また、国民年金と国民年金基金と2階建にしているが厚生年金に1本化して、条件向上するなら加入したいから。
- ・ 現状では、国民健康保険の保険料が高いので。年金は、これまで厚生年金加入期間が長いので、国民年金で良い。

Q8. 個人事業主も自己負担でこのような健康保険（協会けんぽ）と厚生年金に加入できるとしたら、あなたは加入したいと思いますか。

↳Q8F1. あなたがそのように考える理由を教えてください

どちらともいえない

（自由回答/n=258）

➤ 保険料負担増への抵抗感

- これ以上健康保険料を払う余裕がないし、恩恵を受ける見込みがない。
- 支払額の負担が大きい。月額変更の下方修正が柔軟になればよいが、協会けんぽでも上方はすぐに変更を求められるに対し、下方はできない。
- 国民年金だけだと将来の年金は80万程度しかもらえず、それでは生活していけないと思います。また、自分の身にいつなにか起こるか分からないことを考えても、傷病手当は必要だなと感じます。ただ、支払う金額もかなり大きくなる（例えばパターン1だと毎年40万ぐらい負担が増えてしまう）ことを考えると、民間の所得補償保険とか医療保険とかそういうものを活用したり、idecoや国民年金基金で老後の費用を準備する方法と、どちらが良いのか検討する必要があると感じました。
- 今は良くて税制改正等が頻繁に行われるので、判断できないし、将来の試算も信用ならない。

➤ 年齢的にメリットを感じない

- 10年前なら「ぜひ」と回答したが、現在の年齢（49歳）からでは、受け取る年金のプラスよりも支払うマイナスの方が大きいと思われるので。
- もう60歳をすぎているので、自分にはあまりメリットがなさそう。

➤ 扶養する人がいないのでメリットを感じない

- 金銭的な問題。扶養対象配偶者がいないとメリットが少ないかも。
- 高い。扶養者がいないのでメリットがなさそうです。
- 扶養家族がいないので、主に健康保険組合のところを、現状の民間の保険（保険料控除対象）も含めて比較検討すると思う。

➤ 他のセーフティネットと比較検討

- そもそも公的な年金制度に不安があるため、加入を検討するかどうかはわからない。中小企業共済や保険会社の個人年金も併せて比較したい。
- 小規模企業共済やその他の制度を調べ、同じような安心を得られ、かつ事業資金の借入れなどでもできるような方法を選ぶ可能性が高い。社会保険料だけで判断せず、トータルで判断すると思う。

Q8. 個人事業主も自己負担でこのような健康保険（協会けんぽ）と厚生年金に加入できるとしたら、あなたは加入したいと思いますか。

↳Q8F1. あなたがそのように考える理由を教えてください

どちらともいえない

(自由回答/n=258)

➤ 厚生年金は加入せず、協会けんぽだけ入りたい

- 健康保険は加入したいが、厚生年金は負担が大きく長生きしないと取り返せないと思うので入りたくない。
- 協会けんぽに加入できれば扶養制度、傷病手当金があることが非常に魅力である反面、厚生年金は保険料が高額であるにも関わらず、将来どの程度受給できるかわからないためiDecoの方が良いと思う。

加入意向なし

(自由回答/n=129)

➤ 保険料負担増への抵抗感

- 現状でさえ高い年金・保険の支払い額がこれ以上増えるのは厳しい。

➤ 年齢的にメリットを感じない

- もう還暦も過ぎていたのでメリットはないと思う。

➤ 自分で備えた方が良い

- サラリーマンは厚生年金があるとはいえ、半分は会社が負担しているが、その負担が少なからず給料にも反映されるので、どっちもどっち。国民年金基金があるしidecoなどで自分で管理することがフリーランスの義務の一つでもあると思う。厚生年金として払うより投資した方が将来増えそう。
- 健康保険は国保で十分。厚生年金にかけるといなら小規模企業共済とideCoにまず満額かけるのが最適解。

➤ その他

- フリーランスが求めるものは、潤沢な給付ではなく、あくまで格差の是正である。たとえ受給額が増えたとしても、負担がさらに大きくなりすぎては本末転倒。傷病や出産の最低限度の保障は国民健康保険でカバーすべきである。老齢年金の上乗せについては、各個人や企業の裁量選択肢に委ねれば良く、労使折半や扶養制度に至っては廃止を含めた根本的な見直しが必要である。
- そもそものルールを改正すべき。このままで自己負担による議論を持ち出すこと自体、狂っている。
- 私は国保ではありますが、私の職種で加入できる国保組合に入っているため、少なくとも健康保険の支払額は低めに抑えられています。が、この組合を探すのが非常に大変でした。これらの組合は加入資格が厳しいからです。つまり、加入できる組合がない職種も非常に多い。これ自体が問題だと思います。

保障と保険料はトレードオフ。保障の充実を望む声と、保険料の現状維持・引き下げを望む声が半々となり、社会保険改革は難しい舵取りを迫られることが予想される

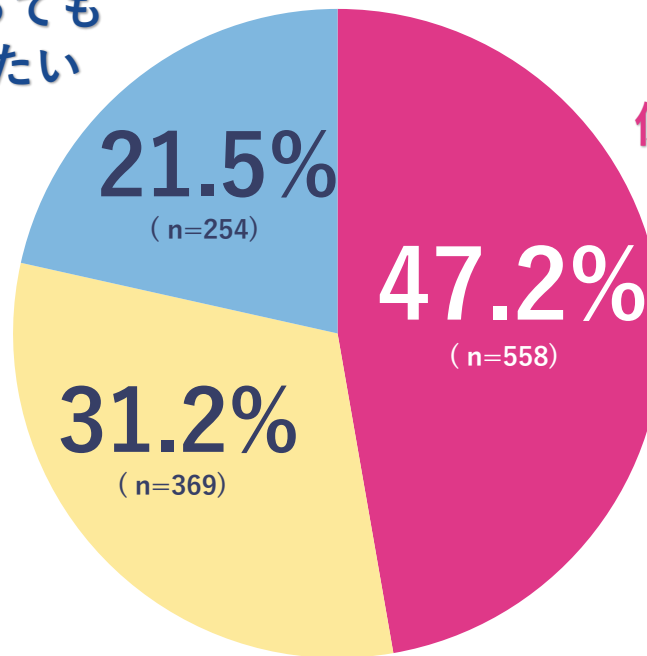
Q9. フリーランスの健康保険／年金制度について、あなたの考えに近いものを選んでください。

(単一回答 / n=1181)

保障や給付が手薄になっても
支払う保険料を減らしたい

21.5%

現状維持が良い
31.2%



保障や給付が充実するなら
支払う保険料が
増えても良い

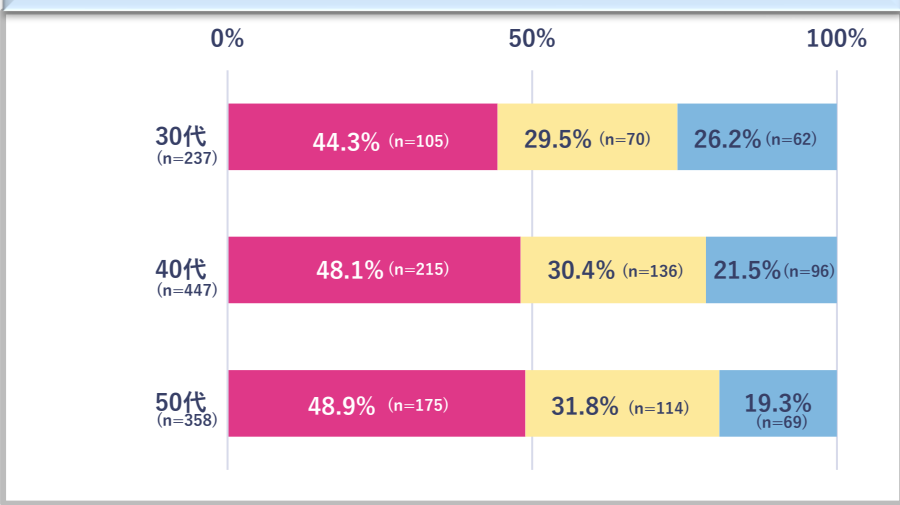
47.2%

- 保障や給付を会社員と同等程度に充実させるために、支払う保険料が増えても良い
- 保障や給付も、支払う保険料も、現状維持が良い
- 保障や給付が今より手薄になっても構わないので、支払う保険料を減らしたい

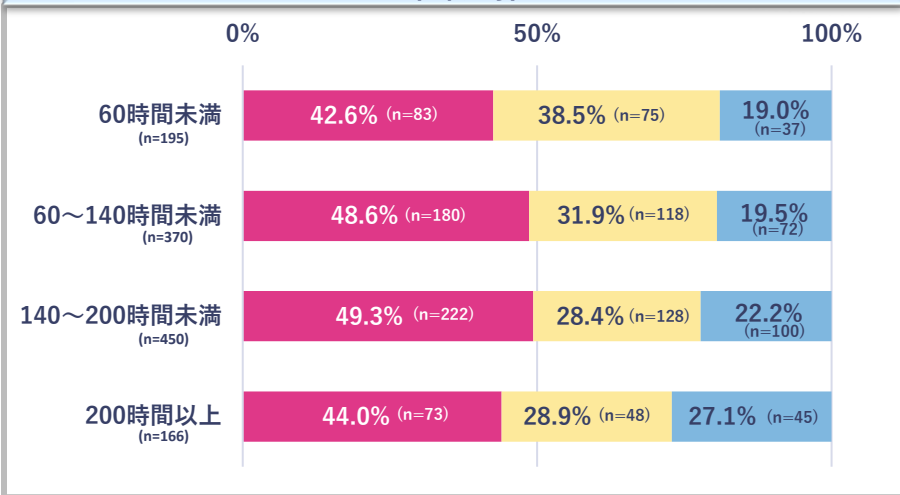
家族を扶養している群は、支払う保険料が増えても会社員同様の保障や給付を望んでいる

■ 保障や給付を会社員と同等程度に充実させるために、支払う保険料が増えても良い ■ 保障や給付も、支払う保険料も、現状維持が良い ■ 保障や給付が今より手薄になって構わないので、支払う保険料を減らしたい

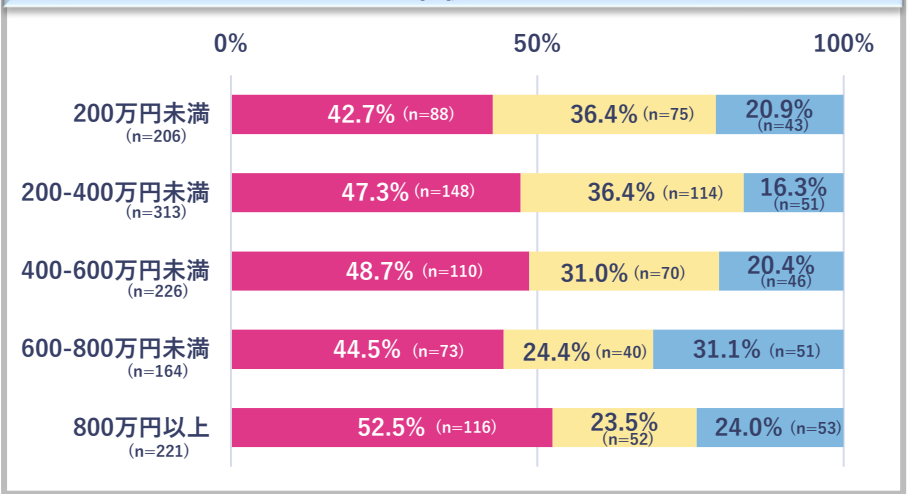
年代別 (n=1042)



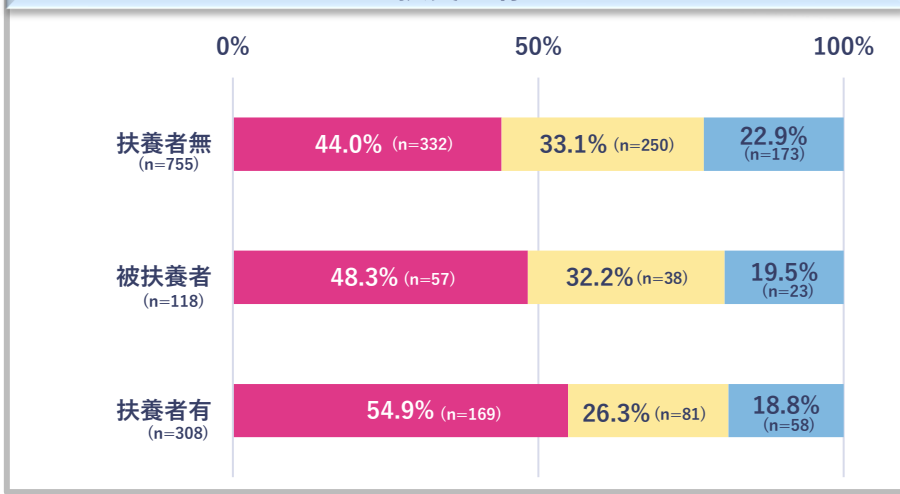
稼働時間別 (n=1181)



年収別 (n=1130)



扶養の有無別 (n=1181)



Q9. フリーランスの健康保険／年金制度について、あなたの考えに近いものを選んでください。

↳Q9F1. あなたがそのように考える理由や、その他に良いアイデアがあれば教えてください。

「保障や給付を会社員と同等程度に充実させるために、支払う保険料が増えても良い」の選択者

(自由回答/n=357)

➤ いざという時に備えて安心を得たい

- いざという時のために備えるのが保険であるため、今の負担は大きいサポートされる内容が薄いよりは、多少負担してもサポートされる内容が濃い方がいい。
- 老後や健康に不安があるため、民間だけでなく、国の保険制度での上乗せ保障が欲しい。
- フリーランスでも安心して家族の介護、出産、結婚ができる社会になって欲しい。
- 育休をしっかりと取りたい。
- 育児中であり、今後も傷病手当や産休など受け取る可能性があるため、フリーランスのままでも制度が受けられると嬉しい。また介護の問題は自分だけではどうにもならないので、これも共助できるならその輪に入りたい。

➤ 会社員との格差に不満がある

- 現状は会社員時代と同等または少し減るくらいの稼ぎとなっているため、逆に健康保険と年金の支払額が会社員時代より増えており、結果的に社保を自腹で払ってもおそらく保険料は安くて手厚くなるというどちらの面も良い方向にしか行きません（かなり収入が多い人は逆転すると思うが）。
- 会社員と同じ額を稼いでいても保障が少ないのは悔しいから。
- 開業届をだしておらずアルバイトのような稼ぎの方が保険料を減らしたいのは分かるが 開業10年以上経過しているプロのフリーランスが保険料を払えるのに補償が少ないのは納得いかない。

➤ 条件付き賛成

- サポートが増えるなら多少負担が増えてもいいが、所得に応じた費用負担になることを希望します。
- 支払額が大きく跳ね上がるのは厳しいですが、多少の増加であれば保険料が上がっても構いません。稼ぎが少ないうちは保険料は現状維持の方が安心ですが、収入が増えれば所得に比例して保険料も上がるだけなので、その分受けられる保障が充実するなら嬉しいと思います。私は通院しているため、給料補償保険には加入できません。なので、何かしら手厚い補償が受けられる保険に入りたいと考えており、厚生年金保険並みの補償が得られるのであれば、支払う価値があると思っています。
- 会社員と同等の保障を受けるには、保険料も同等の負担は致し方ないと思う。ただし、支払い猶予期間など会社員よりも柔軟な支払いプランがあると嬉しい。
- 個人的には、雇用保険に加入したいと考えています。厚生年金や雇用保険については、個人の選択で加入できる制度であれば、特に問題はないと思います。

Q9. フリーランスの健康保険／年金制度について、あなたの考えに近いものを選んでください。

└Q9F1. あなたがそのように考える理由や、その他に良いアイデアがあれば教えてください。

「保障や給付も、支払う保険料も、現状維持が良い」の選択者

(自由回答/n=239)

➤ **現在の生活が苦しい**

- 3択しかなかったもので、選ばざるをえなかったが、コロナ以降、直近の収入が減り続けているのに物価上昇で蓄えを切り崩している現状のため、支払う保険料が増えても給付が減っても困ります。
- インボイス導入後に消費税の非課税事業ではなくなり、自己負担で補償の充実に資金を回す余裕を失った。
- 現状でも負担が重い。直近の生活を楽しむゆとりがまるでないのにこれ以上「万が一」を想定し続けるのは苦しい。現状維持でどうにかならないかと思っている。

➤ **自助努力で対応**

- 健康保険、年金について国にあまり期待しておらず、どちらでもいいかと思っている。自分で小規模企業共催や国民年金基金に入っているし新NISAで増やしているので、そちらを当てにしている。
- 正直、保険料低め保障は手厚めがいい。保険料を上げて保障を手厚くしたいなら民間のサービスを使えばいいだけなので。

➤ **会社員との格差是正が優先**

- 既に会社員以上の金額の保険料を支払っているのに、これ以上支払う保険料が増えて良いと考えるわけもないし、保障や給付が今より手薄になったら困る。この選択肢の中では、現状維持がマシ。とにかく会社員と同負担で同内容の保障・給付にしてほしい。働き方に関わらず同じ社会保険であることが一番公正だと思う。

➤ **メリット、デメリットを総合的に判断**

- どちらもメリット、デメリットがあり、総合的に判断すると現状維持が無難。
- 遺族年金や障害年金の給付条件が厳しいのは是正してほしい。それ以外は、不公平は感じないので。

Q9. フリーランスの健康保険／年金制度について、あなたの考えに近いものを選んでください。

↳Q9F1. あなたがそのように考える理由や、その他に良いアイデアがあれば教えてください。

「保障や給付が今より手薄になって構わないので、支払う保険料を減らしたい」の選択者

(自由回答/n=195)

➤ **現在の生活が苦しい**

- 現状がきつすぎる.. 毎月2万程度の固定収入は確保出来たものの 国保と年金で5万円のため新しい仕事が貰えない場合破産してしまう。
- 考えに近いものはありません。保障はこのままで、支払額の上限金額を下げてください（100万上限は高すぎます）

➤ **自助努力で対応**

- 出産・怪我・病気・失業とあくまで万が一に備えての保障、年金も厚生年金で払っていてもいくらもらえるのかわからないといった状態と感じているので、保険料を減らして資産運用や貯金で自分で備えた方が良いのではと感じてしまう。
- AIの台頭で現在の生活が苦しく、尚且つアラ還という年齢により会社員復帰も厳しい。むしろ1円でも多く手元に残し、生涯現役で働くためのスキルアップ投資に回したい。
- もらうかわからない手当てのために全額自己負担するくらいなら、最低限（病院窓口負担3割、高額医療制度）だけ享受して、あとは自分で積み立てたい。強制なのが気に食わない。

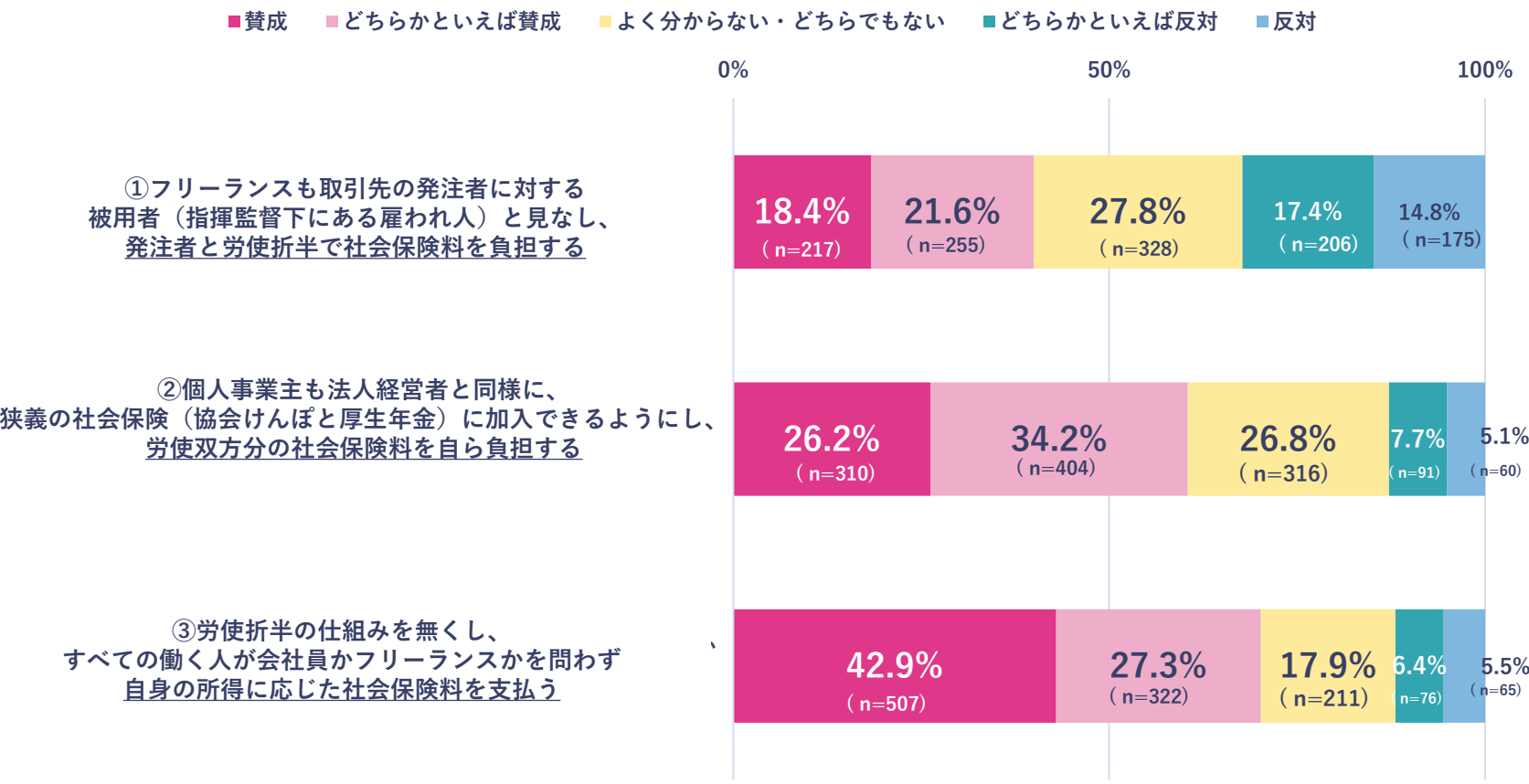
➤ **会社員との格差是正が優先**

- どちらとも一概には答えられない。基礎となる国民健康保険・国民年金が最低限度の保障の就労格差を是正するために、保険料が増える分には受け入れられる。しかし単に会社員の保障・給付水準に合わせるために保険料が増えることは受け入れられない。労使折半や扶養制度の見直し、上乘せの仕組みのあり方、過剰医療費の削減などの議論なしに判断はできない。
- 経費にならないので、支払う保険料やどの程度の給付を受けられるか、納得感が大事。必ずしも同等程度ではなくてもいいと思うが、同様の保障をもてる選択肢が欲しい。

労使折半の仕組みをなくし、すべての働く人が所得に応じた社会保険料を支払うアイデアが最も多くの賛成を集めたものの、各アイデアで賛成/反対意見があり、自由回答からも実に多様な考え方があることがうかがえる

Q10. 会社員とフリーランスとのセーフティネットの格差をなくし、働き方に中立な社会保険制度を実現するために、たとえば下記のようなアイデアがあります。あなたのお考えをお聞かせください。

(単一回答 / n=1181)

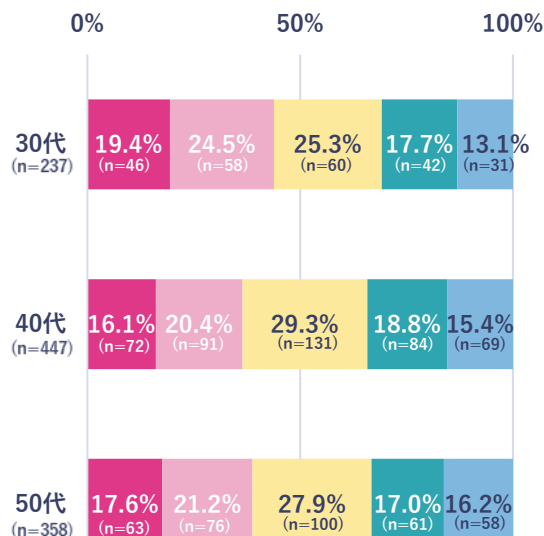


Q10. 会社員とフリーランスとのセーフティネットの格差をなくし、働き方に中立な社会保険制度を実現するために、たとえば下記のようなアイデアがあります。あなたのお考えをお聞かせください。

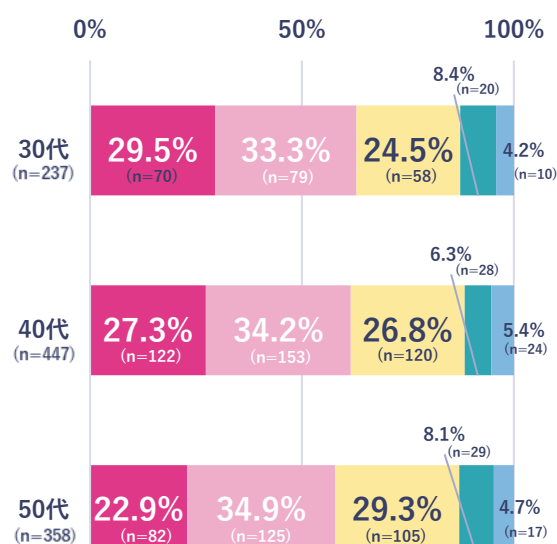
■ 賛成 ■ どちらかといえば賛成 ■ よくわからない・どちらでもない ■ どちらかといえば反対 ■ 反対

（単一回答 / n=1042）

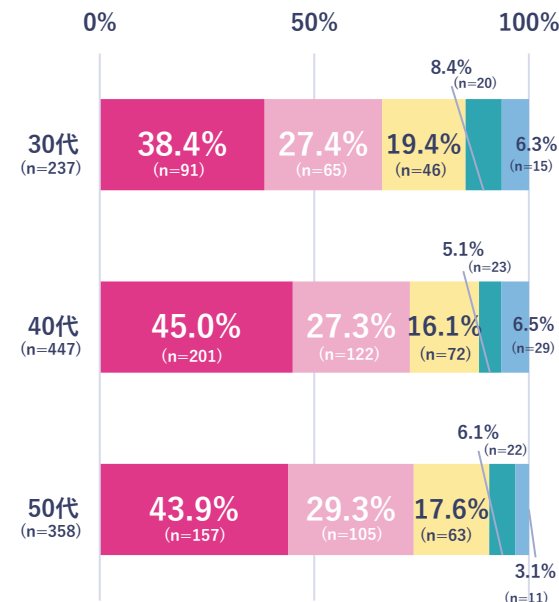
①被用者と同様に発注者と労使折半



②協会けんぽ・厚生年金に労使折半の社会保険料を自ら負担



③働き方によらず働く人すべてが所得に応じた保険料を払う

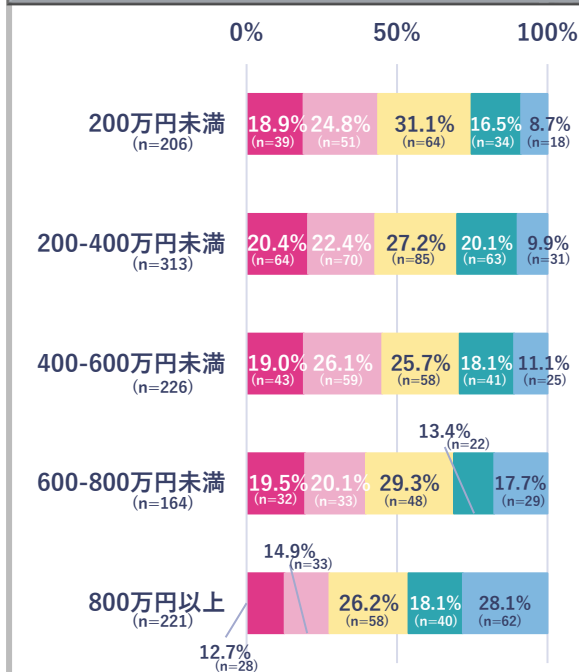


Q10. 会社員とフリーランスとのセーフティネットの格差をなくし、働き方に中立な社会保険制度を実現するために、たとえば下記のようなアイディアがあります。あなたのお考えをお聞かせください。

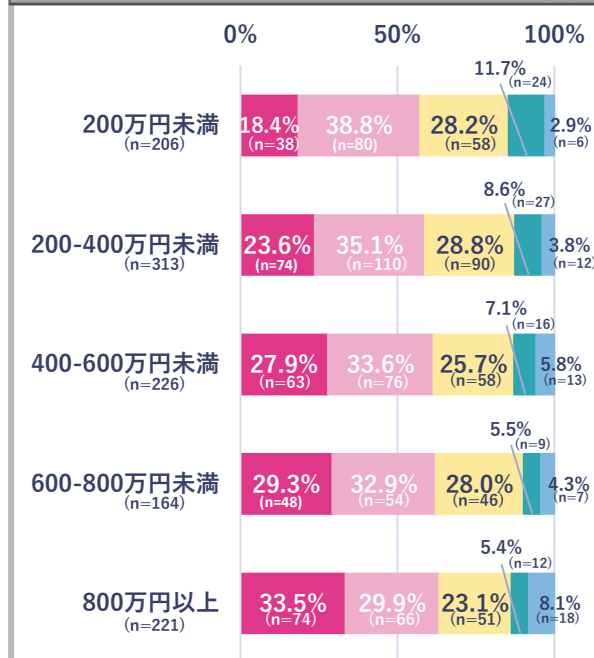
■ 賛成 ■ どちらかといえば賛成 ■ よくわからない・どちらでもない ■ どちらかといえば反対 ■ 反対

（単一回答 / n=1130）

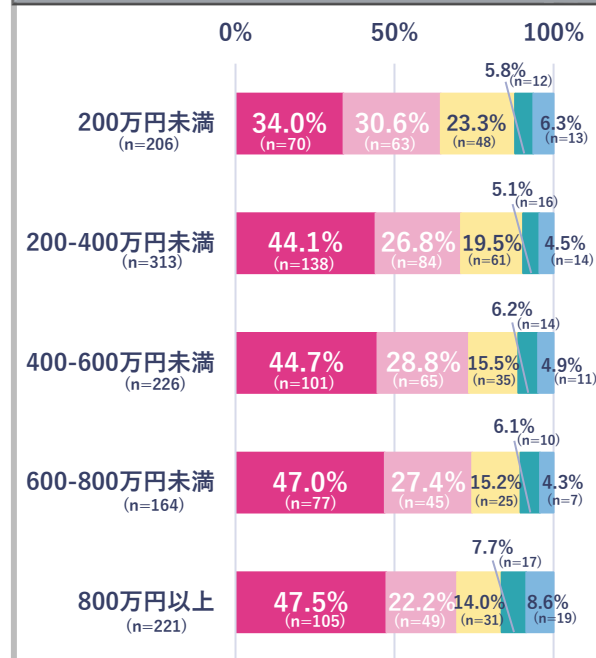
①被用者と同様に発注者と労使折半



②協会けんぽ・厚生年金に労使折半の社会保険料を自ら負担



③働き方によらず働く人すべてが所得に応じた保険料を払う

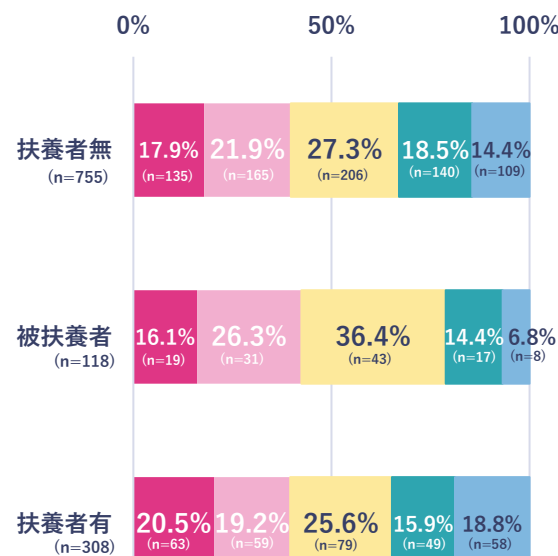


Q10. 会社員とフリーランスとのセーフティネットの格差をなくし、働き方に中立な社会保険制度を実現するために、たとえば下記のようなアイディアがあります。あなたのお考えをお聞かせください。

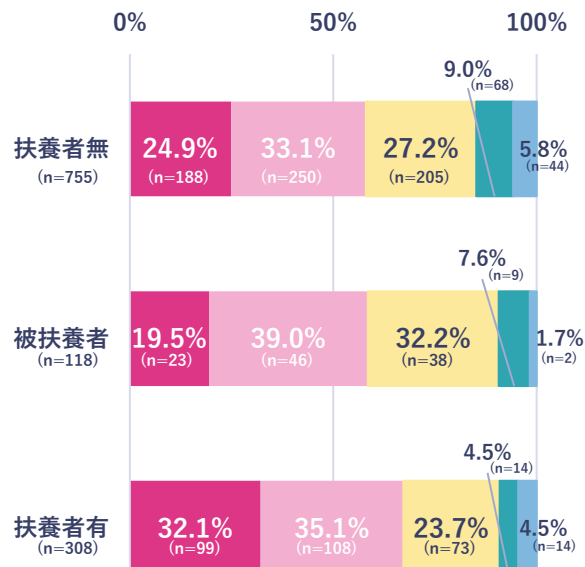
■ 賛成 ■ どちらかといえば賛成 ■ よくわからない・どちらでもない ■ どちらかといえば反対 ■ 反対

(単一回答 / n=1181)

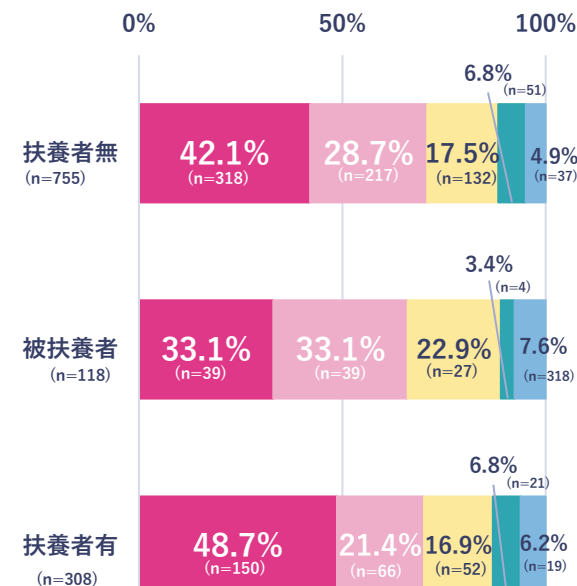
①被用者と同様に発注者と労使折半



②協会けんぽ・厚生年金に労使折半の社会保険料を自ら負担



③働き方によらず働く人すべてが所得に応じた保険料を払う

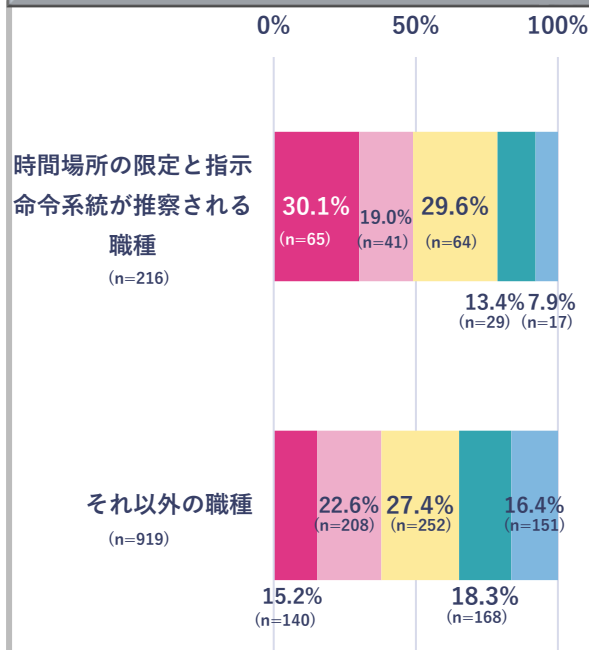


Q10. 会社員とフリーランスとのセーフティネットの格差をなくし、働き方に中立な社会保険制度を実現するために、たとえば下記のようなアイディアがあります。あなたのお考えをお聞かせください。

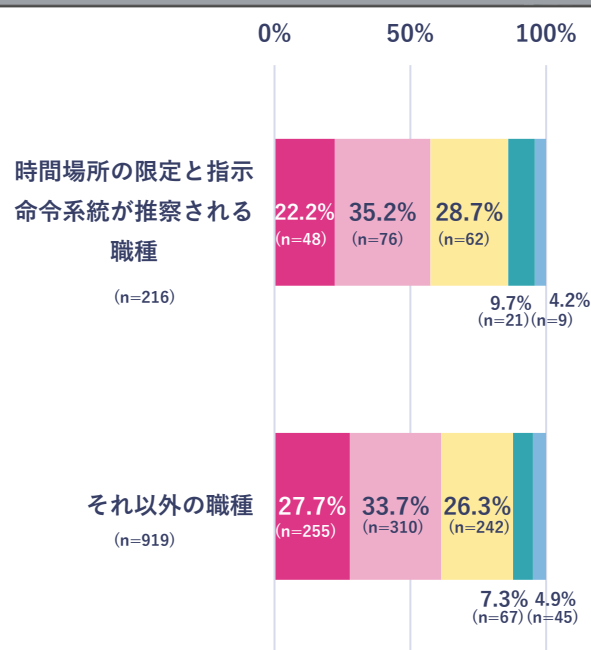
※時間・場所の限定と指示命令系統の存在が推察される職種＝映像制作系、通訳翻訳系、スポーツ・健康系、医療福祉系、教育系、芸術系、配達・運送系、観光系（計8職種）

■ 賛成 ■ どちらかといえば賛成 ■ よくわからない・どちらでもない ■ どちらかといえば反対 ■ 反対 （単一回答 / n=1181）

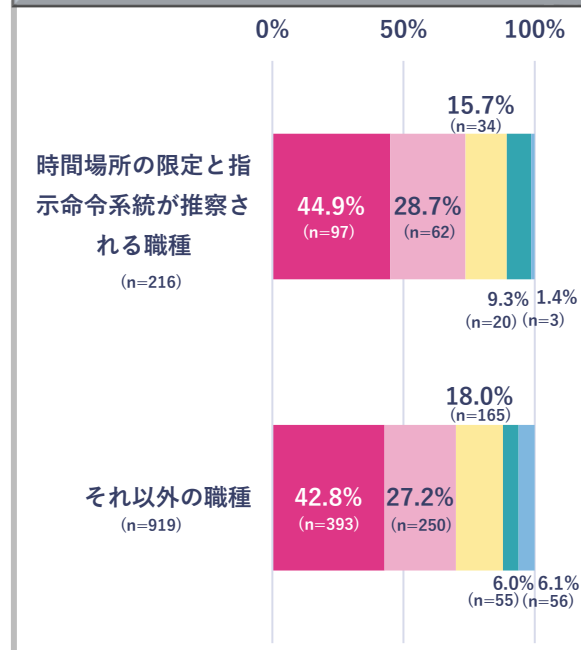
①被用者と同様に発注者と労使折半



②協会けんぽ・厚生年金に労使折半の社会保険料を自ら負担



③働き方によらず働く人すべてが所得に応じた保険料を払う



Q10. 会社員とフリーランスとのセーフティネットの格差をなくし、働き方に中立な社会保険制度を実現するために、たとえば下記のようなアイデアがあります。あなたのお考えをお聞かせください。

↳Q10F1. あなたがそのように考える理由や、その他に良いアイデアがあれば教えてください。

（自由回答 / n=674）

➤ 「発注者との労使折半」に賛成

- ・ ウーバーイーツなど雇用に近い形態で働く人たちには、発注者と労使折半で社会保険料を負担してもらう方が望ましいのではないかと思います
- ・ 自分の立場が被用者とかかわらないため労使折半を希望する
- ・ 使用側も労働者の健康に一定の責任があるため、労使折半が望ましい
- ・ 下請法を拡大イメージで、発注主にある一定の負担を背負ってもらい、社会保険料を半額持つて頂くアイデアは良さそう
- ・ 契約時にあらかじめ社会保険料を上乗せできる仕組みを作る
- ・ 一斉にそういう仕組みにしないと発注ができない／もらえないと想像する そのため「どちらかといえば」賛成です

➤ 「発注者との労使折半」に反対

- ・ 終身雇用でもないのに会社に年金制度の面倒を見てもらう仕組みはおかしいと思うため
- ・ まず、フリーランスは費用者が1つではないことがほとんどだと思うので、2カ所以上から報酬を受け取っている場合の手続きなども考慮する必要があるし、毎月一定の報酬額ではないので無理があるとも思います。 個人事業主でも希望すれば社会保険に加入できるようにするのがスムーズでは？
- ・ フリーランスから自由を奪ったらフリーランスじゃない。雇われたくない！監視されたくない！
- ・ 労使折半になったら、その分、フリーランスに払われる報酬が減るから
- ・ 労使折半の仕組みはとてもよくできていて、良い仕組みだと思うが、それをフリーランスでも行おうとすると発注者側からのトラブルになりうる要素が不安に感じる
- ・ 発注者と労使折半で社会保険料を負担する仕組みは、コストの増加と捉えられること、雇用者との線引きがあいまいになる可能性があると考えます。そういった意味では、仕事の依頼が減る可能性もあるのではと考え、どちらかというところではあるのですが、負担が少なくなるという意味では賛成なので難しいです

➤ 「個人事業主も狭義の社保加入/労使双方分の保険料を自ら負担」に賛成

- ・ 自分としては2番目が最も望ましく、できれば労使双方分の／少なくとも使用者側分の保険料負担は経費にすることができるといった、法人と同様の対応が望ましい
- ・ 労使折半と言うが、実際は本人が支払っているのと同じだと考えている。使用者が支払う分を給与としてもらって全額本人負担にするのもあり
- ・ フリーランスに指揮監督下があるメリットがない。 社会保険に入るかどうかは任意とし、入るなら自己負担で良いと思うが、所得次第

Q10. 会社員とフリーランスとのセーフティネットの格差をなくし、働き方に中立な社会保険制度を実現するために、たとえば下記のようなアイデアがあります。あなたのお考えをお聞かせください。

↳Q10F1. あなたがそのように考える理由や、その他に良いアイデアがあれば教えてください。

（自由回答 / n=674）

➤ 「働き方によらず働く人すべてが所得に応じた保険料を払う」に賛成

- 所得に応じた社会保険料をそれぞれ払う形の方が公平感を感じるし、納得がいく。会社に所属しているか、していないかで同じ働きなのに保険制度が違うのは不利だと感じる
- 働き方を問わず、所得で判断してほしい
- 出来高制ではないが、儲けのレベル（段階）をつくって、それに見合った保険料で良いと思う
- 労使折半の仕組みを無くすのは一つのアイデアかもしれませんね。プラス、企業側に社員数に応じた拠出金を払わせるのが良いと思います
- 「労使折半の仕組みをなくす」というのにどちらかというと賛成です。会社員の方も、自分がどれだけ高額な保険料を払っているか分かりやすくなり、保険料への意識が高まると思います。
- 会社と折半だと自分がいくもらっているのか把握しづらいと思うので、サラリーマンも全部自分で払う。その分給料に乘せてもらうがよいと思う
- 労使折半が正社員の給与が低くなる一因。非正規雇用との負担の差が小さくなることで転職者も増え人材も移動しやすくなる
- 労使折半という仕組み自体、現代社会に即していないのではないかな
- 労使折半の仕組みの廃止は政治的にハードルが高そうだが、働き方が多様化する中では、そうした変更を行った方が制度的にシンプルになり、格差の根本対策になるように思われる

➤ 選択制を希望

- 個人事業主も、法人と同様の見方はできると思い、協会けんぽや厚生年金に加入できるオプションがあってもいいように思う
- 難しいです。ただ、個人事業主も法人経営者と同じ形も選択できるようになればいいと思います。選択肢は多い方がいい。
- 法人と個人は違うので、「個人事業主も法人経営者と同様に、狭義の社会保険（協会けんぽと厚生年金）に加入できるようにし、労使双方分の社会保険料を自ら負担する」を全員に適用しなければなくなると、個人事業主の廃業を加速させるような気がするので、「加入を選択できる」ようにするのは良いと思います。
- 自分が働く時間やライフイベントに合わせて選択できる制度がほしい
- 一律に決めるのではなく、立場や年収によって「選べる」ようにしてほしい。
- 国民年金の付加金のように、自分で必要プランを選択できるオプションが仕組みとして成立してほしい

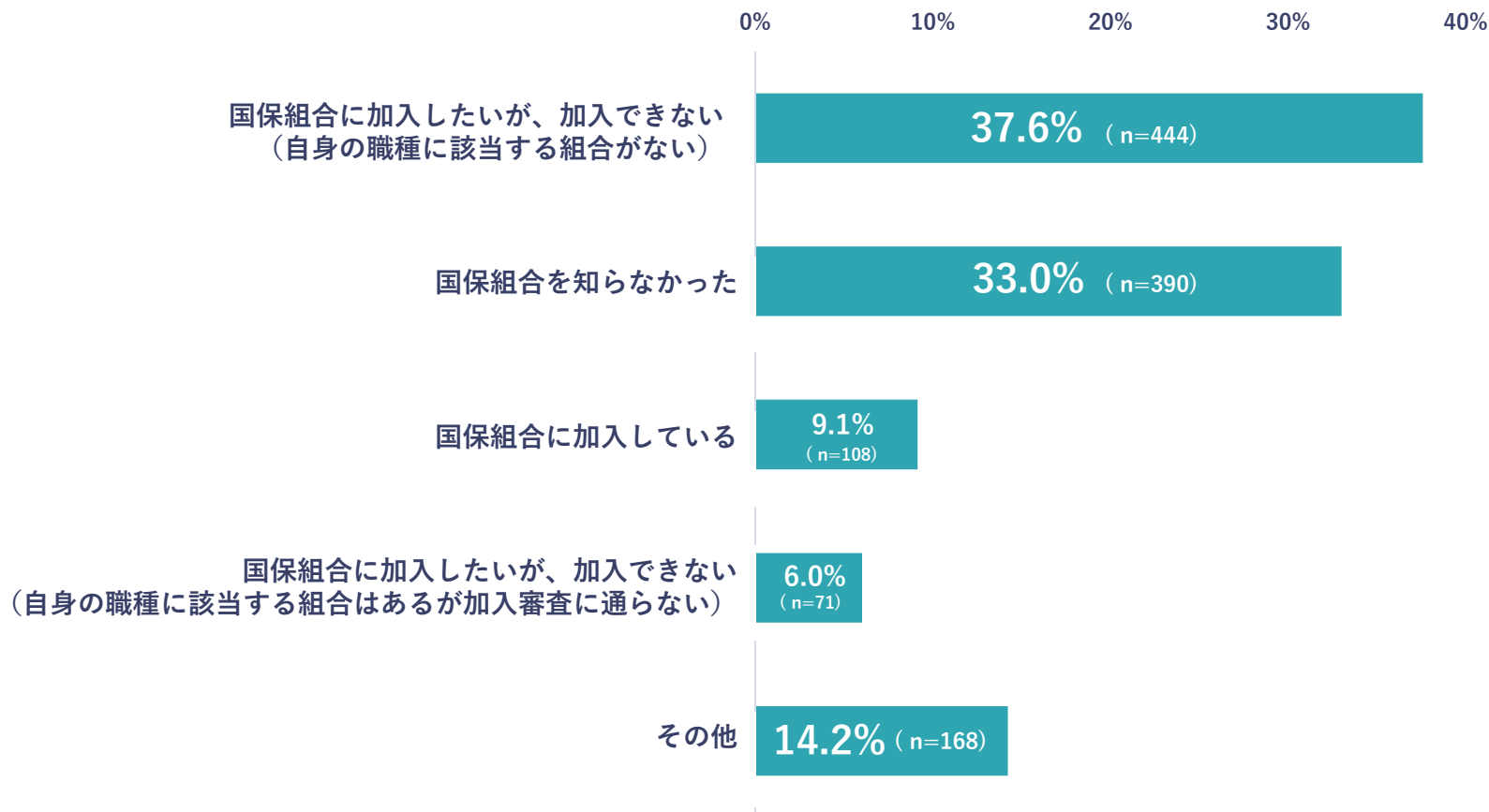
個人事業主が社会保険料の支払い負担を抑えられる国保組合の特権を利用できているフリーランスはわずか1割にも満たず、国保組合に加入したくても加入できない人が4割、国保組合を知らなかった人が3割

Q11. 「国保組合」について、あなたの状況に当てはまるものをお選びください。

※国保組合とは、医師、建設など、同種同業の個人事業主で組織される国民健康保険です。

フリーランスが加入できる国保組合としては文芸美術国民健康保険組合が有名です。

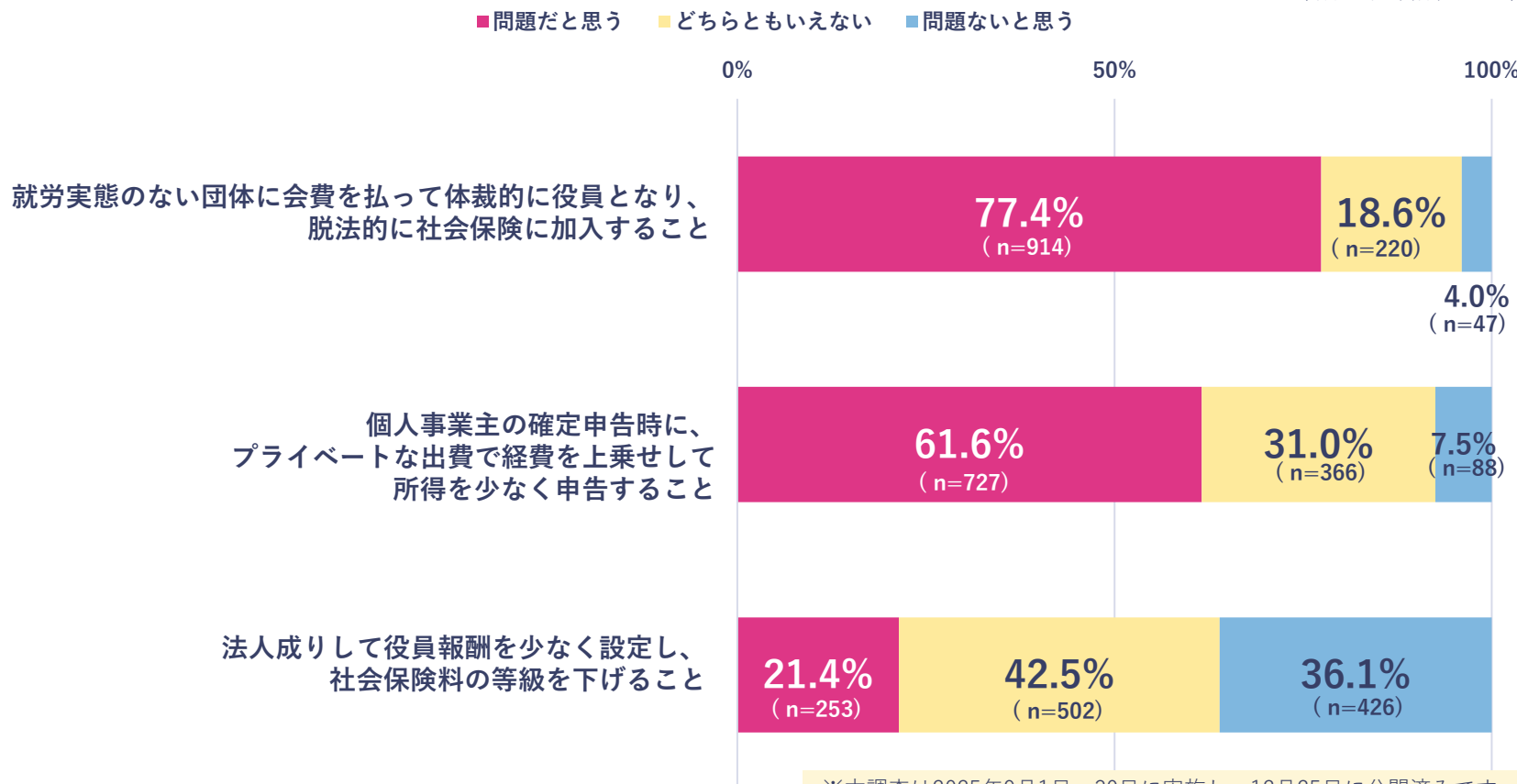
(市町村国保を原則とする観点から、昭和34年以降、新たな国保組合の設立は認められていません。)(単一回答 / n=1181)



昨今積極的に広告宣伝されている、就労実態のない団体に会費を払って社会保険に加入する脱法スキームを問題視する回答者が8割

Q12. 昨今のインフレ等の影響で、社会保険料の引き下げを謳った(うたった)ノウハウやビジネスが注目を集め、賛否両論となっています。たとえば下記の行為について、あなたの考えをお聞かせください。

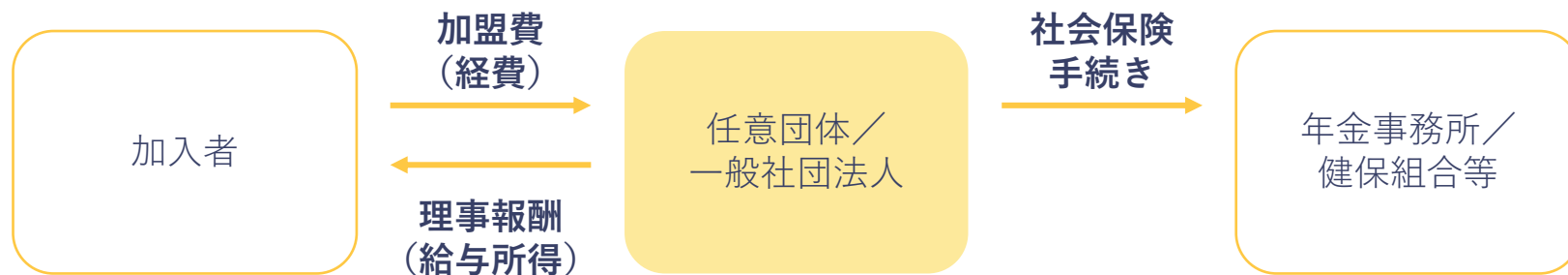
(各項目単一回答 / n=1181)



※本調査は2025年9月1日～30日に実施し、12月25日に公開済みです。その後、2026年3月18日に、厚生労働省より、社会保険料削減サービスを利用して法人役員になった個人事業主等は社会保険の被保険者にあたらないとする是正通知が出されました。
詳細はこちら <https://blog.freelance-jp.org/20260327-25050/>

2020年頃より、就労実態のない団体に会費を払わせて体裁的に役員とすることで、脱法的に社会保険に加入させる「社会保険料削減サービス」が出現。昨今では類似ビジネスが複数競合して勢いを増し、SNSやブログ記事等を中心に大量に広告投下、宣伝されている状況。
弁護士法人、社労士法人、税理士事務所などが顔出しでエンドースしている。

こうした社会保険料引き下げノウハウ・ビジネスが横行する背景としても、健康保険や年金保険に対するフリーランスの切実な不安が拡がっていることがうかがえる。



- ・ 実態は個人事業主
- ・ 名目上「役員」や「従業員」に就任
- ・ 実質的な業務なし
(年数回の簡易アンケート回答のみ)

- ・ 名義貸し
- ・ 加盟費から理事報酬と社会保険料を差し引いた差額が収入源

※本調査は2025年9月1日～30日に実施し、12月25日に公開済みです。その後、2026年3月18日に、厚生労働省より、社会保険料削減サービスを利用して法人役員になった個人事業主等は社会保険の被保険者にあたらないとする是正通知が出されました。
詳細はこちら <https://blog.freelance-jp.org/20260327-25050/>

フリーランス白書2026

2026年6月発行

(発行)

一般社団法人フリーランス協会
調査・白書プロジェクト

(調査企画)

平田麻莉、後藤潤子、山口あす香

(データ分析)

後藤潤子、平田麻莉

(デザイン)

野村理美、蓮池春世

(事務局)

中山綾子、鈴木正美、たくまのりこ

(お問合せ先)

一般社団法人フリーランス協会
pr@freelance-jp.org

※2025年11月1日に一般社団法人プロフェッショナル&パラレルキャリア・フリーランス協会より、
一般社団法人フリーランス協会へ社名変更いたしました

※引用・転載にあたってのお願い

本調査結果は、下記条件に基づき、ご自由に引用・転載いただくことができます。

1) 必ず下記のクレジット表記をお願いします。

出典：一般社団法人フリーランス協会「フリーランス白書2026」

2) お手数ですが当協会事務局へ掲載報告をお願いします。

- ・ウェブサイトの場合：メールにて掲載URLをお知らせください
- ・印刷物の場合：掲載された書籍や記事を郵送またはメールでお送りください
- ・テレビ放映の場合：予め放映日をお知らせください