

建設業

一人親方に関する基礎知識

～メリットとデメリットを正しく知ろう～

 Excel ファイル連携

ひとりおやかた

一人親方という働き方

現場で経験を積んだあと、自分の名前と責任のもと仕事を受ける自律的なスタイル。それが「一人親方」です。興味がある方は、自分に合っているかチェックしてみましょう。



あなたは一人親方タイプ？会社員タイプ？

▶ 5つの質問で、あなたに合った働き方のヒントが見えてきます。自分に近いほうを選んでみましょう！

No.	設問	A タイプ	B タイプ
1	収入	働いた分だけ報酬をもらえる	一定の金額を毎月もらえる
2	仕事の選び方	やりたい仕事を自分で選びたい	決められた仕事をきちんとこなしたい
3	働き続ける期間	体が動く間はずっと働きたい	一定の年齢で区切りをつけたい
4	事務手続き	確定申告などは自分でやれる	経理や事務は正直負担である
5	休みと収入	休むと収入が減るのは仕方がない	安定的な収入が欲しい

▶ Aの数を数えてください

- ・A が 4 つ以上:あなたは一人親方タイプかもしれません。
→ 自由に働ける反面、自己管理や責任を伴います。保険や補償の制度も確認を。
- ・A が 2～3 つ:どちらの働き方にも合いそうです。
→ 自分の今後の生活スタイルに合った働き方をじっくり考えてみましょう。
- ・A が 0～1 つ:会社員タイプかもしれません。
→ 雇用される働き方のほうが力を発揮できそうです。

もっと詳しく

 一人親方 Excel ツール.xlsx
1.適正チェックシート

診断の結果が A(一人親方)寄りだったあなたは、次のページで一人親方のメリット・デメリットを確認してみましょう！

一人親方のメリットとデメリット

▶一人親方、憧れだけで決めて大丈夫？

一人親方には「自由」「高収入」といったイメージがありますが、実際には、事業主として自分で仕事を管理し、保障も自分で備える必要があります。メリットとデメリットを両方知ること、後悔しない働き方を選びましょう。



メリット一覧(例)

メリット	例えば...
自由に働ける	裁量と責任のもと、働く時間・現場を自分で選べる。
実力次第で収入 UP	自分の技量や仕事量を増やせば、収入が伸びる可能性も。
経費計上ができる	事業に必要な支出は、事業主として経費計上できるものもある。
自分のペースで成長できる	会社の決められた教育ではなく、自分の挑戦したい技術を磨ける。

デメリット一覧(例)

デメリット	例えば...
収入が不安定	現場の数や単価次第。病気・ケガ・天候によって収入が減少することも。
各種保険は自分持ち	労災保険の特別加入、健康保険や年金は自分で加入し自己負担。
確定申告や事務作業が必要	領収書、帳簿、税金申告などをすべて自分で管理。
契約やトラブル対応も自己責任	書面のない契約、報酬未払いなども自分で対応。
慎重な将来設計が必要	国民年金だけだと、会社員に比べて受給額は少ない傾向にある。

メリットがあるからこそ、デメリットにも“備える力”が必要です。どちらもきちんと知って、自分に合った働き方を選びましょう。

一人親方の収入

▶一人親方の年収ってどのくらい？

働き方や仕事の内容によって変わります。

一人親方の収入は、仕事内容や地域、働き方によって大きく異なります。全建総連東京都連合会の調査では、東京都在住の一人親方における 2023 年の一日あたりの賃金は約 21,800 円、年収換算で約 597 万円とされ、建設技能者の平均年収※(約 443 万円)を上回ります。ただしこれは「総収入」であり、ここから諸経費を支払う必要があるため、会社員と単純に比べることはできません。



※国税庁「R5 民間給与実態統計調査」より 1 年間を通じて勤務した給与所得者の一人当たりの平均給与

一人親方の働き方

▶一人親方と会社員の働き方はどう違う？

契約のしかたや保険の加入、働き方の自由度など、一人親方と会社員では制度面での違いが多くあります。正しい理解が、トラブルを防ぐ第一歩です。まずは主な項目について比較してみましょう。



制度・特徴の比較

項目	一人親方(請負)	会社員(雇用)
契約形態	請負契約(自営業)	雇用契約(労働者)
指揮命令	原則なし(独立性)	会社の管理下で勤務
報酬	作業単位・工事単位で支払	月給・日給・時給など
社会保険	自分で加入(国民年金等)	会社を通じて加入(厚生年金等)
労災保険	任意の特別加入制度あり	労災適用
労災以外の所得補償	なし(加入制度により傷病手当金)	雇用保険(加入制度により傷病手当金)
有給休暇	なし	あり
収入の安定性	業務量や景気、季節で上下	安定して受け取れる
所得税	自分で確定申告	会社が年末調整

気をつけたい「偽装一人親方」

一人親方として契約していても、働き方の実態が労働者である場合には「偽装一人親方」とみなされることがあります。契約内容や働き方の実態をよく確認することが大切ですので、「働き方の自己診断チェックリスト」(参考 URL より閲覧できます)をご活用ください。

「働き方の自己診断チェックリスト」はこちら

参考 URL : <https://www.mlit.go.jp/totikensangyo/const/content/001448684.pdf>



▶手取りは働き方次第。

一人親方は、仕事の単価を自分で交渉できる反面、収入が季節や人脈に左右されることもあります。また、経費や保険料、税金なども自分で負担することになります。

次のページで保険や年金のしくみや自身で負担する必要がある保険料等を確認し、見かけの収入と実際の手取りに差が出ることを理解しましょう。

「労務費に関する基準」についてはこちら
参考 URL : <https://roumuhi.mlit.go.jp/>



一人親方の保険・年金・休業補償

▶一人親方と会社員でそれぞれ入れる保険は？

一人親方と会社員、この2つの働き方では、加入する保険や年金が大きく異なります。下の表で、どんな制度に加入できるのか見ていきましょう。



■加入できる保険の比較

項目	一人親方(請負)	会社員(雇用)
労災保険	特別加入※ ¹	元請等の労災保険に加入
雇用保険	加入できない	加入が必要
医療保険※ ²	国民健康保険(建設国保等)	健康保険(協会健保、組合健保)等
年金保険※ ³	国民年金	厚生年金

参 考

※¹【労災保険】特別加入制度とは？

労災保険は、本来、会社員のケガや病気を守るための制度です。しかし、一人親方も工作中的の事故などでケガをすることがあります。そこで、会社員と同じように労災保険に加入できるようにつくられたのが「特別加入制度」です。

※²【医療保険】国民健康保険と健康保険の違い

一人親方と会社員では、医療保険の種類や仕組みも異なります。

項目	国民健康保険(一人親方)		健康保険(会社員)	
	国民健康保険	建設国保組合	協会健保	組合健保
保険料	前年の所得で決定	年齢等で区分 組合によって違いあり	給与額に応じて決定	給与額に応じて決定
事業主負担	負担なし		原則 1/2 負担	
扶養(家族)	世帯内の国保加入者数に応じて保険料が変動		保険料変動なし	
所得補償	なし	組合によって補償あり	傷病手当金 出産手当金	傷病手当金 出産手当金
その他	—	償還金	—	—

※³【年金保険】年金のしくみ

年金は「国民年金」と「厚生年金」の2つがありますが、一人親方は「国民年金」のみに入ることができます。そのため、払う金額は少ない反面、将来もらえる年金も少なめです。

■産前・産後・育児休業中の所得補償

会社員は出産手当金や育児休業給付で収入が補われますが、一人親方は原則として所得補償はありません。出産育児一時金はどちらも受け取れます。

もっと詳しく



一人親方 Excel ツール.xlsx
2. 出産・育児期のサポート

項目	一人親方(請負)	会社員(雇用)
産前・産後休業	制度なし、休業による補償なし※	法定で取得可能、出産手当金あり(賃金の2/3)
育児休業	制度なし、休業による補償なし※	法定で取得可能、育児休業給付あり ※休業開始時賃金の67%(6ヶ月経過後は50%)
一時金	出産育児一時金 50 万円	出産育児一時金 50 万円

※建設国保においては、組合によって出産手当金・育児一時金が受け取れる場合もあります。



国土交通省 不動産・建設経済局 建設振興課

電話 :03-5253-8111(内線 24828) FAX :03-5253-1555