

## ミドル2000人に聞く「残業時間」実態調査 5割が「自社の残業時間に変化がない」と回答。

— 『ミドルの転職』ユーザーアンケート集計結果 —

人材採用・入社後活躍のエン・ジャパン株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：鈴木孝二）が運営するミドル世代のための転職サイト『ミドルの転職』（<https://mid-tenshoku.com/>）上で、サイトを利用している35歳以上のユーザーを対象に「残業時間」についてアンケートを行ない、2,113名から回答を得ました。

### 調査結果 概要

- ★ 自社の残業時間の増減傾向、5割が「変わらない」と回答。  
残業時間が減少傾向の業種は「金融」、「IT・インターネット・ゲーム」、「広告・出版・マスコミ」。増加傾向は「メディカル」、「流通・小売・サービス」、「物流・運輸」。
- ★ 残業時間の増加理由は「社員の退職・異動」、減少理由は「残業規制による強制的な退社」が最多。
- ★ 3割が「月間40時間以上残業をしている」と回答。
- ★ 7割が残業規制や撤廃に賛成。  
賛成の理由トップ3は「自分の時間ができる」「業務効率上がる」「周囲を気にせず退社できる」。「サービス残業を助長する」「残業代がなくなり収入減になる」といった反対の声も。

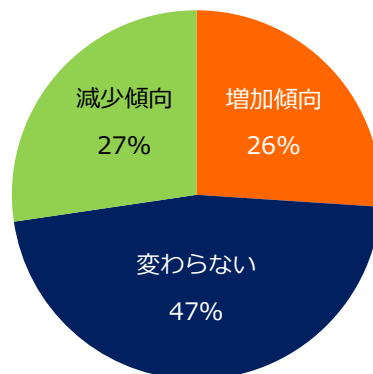
### ■ 調査結果 詳細

- 1：自社の残業時間の増減傾向、5割が「変わらない」と回答。  
残業時間が減少傾向の業種は「金融」、「IT・インターネット・ゲーム」、「広告・出版・マスコミ」。増加傾向は「メディカル」、「流通・小売・サービス」、「物流・運輸」。(図1、図2)

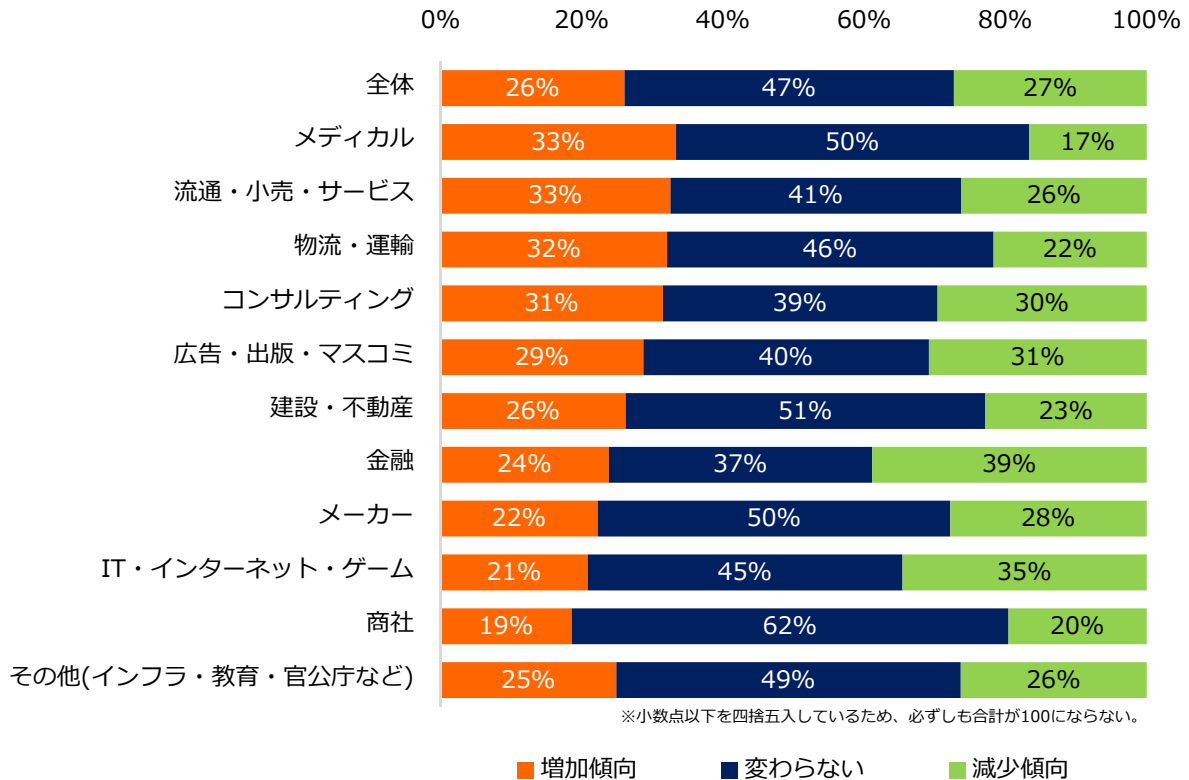
「残業時間は増加傾向ですか？減少傾向ですか？」と伺うと、「変わらない」が47%と半数を占めました。

「減少傾向」（26%）と「増加傾向」（27%）はほぼ同率となっています。残業時間が減少傾向の業種トップ3は「金融」（39%）、「IT・インターネット・ゲーム」（35%）、「広告・出版・マスコミ」（31%）でした。一方、増加傾向は「メディカル」（33%）、「流通・小売・サービス」（33%）、「物流・運輸」（32%）でした。

【図1】 現在（または直近）の残業時間は増加傾向ですか？減少傾向ですか？



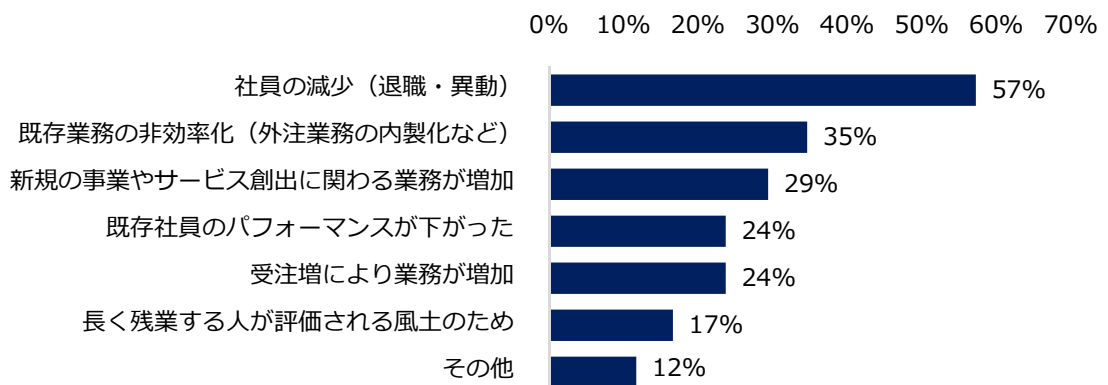
【図2】 現在（または直近）の残業時間は増加傾向ですか？減少傾向ですか？（業種別）



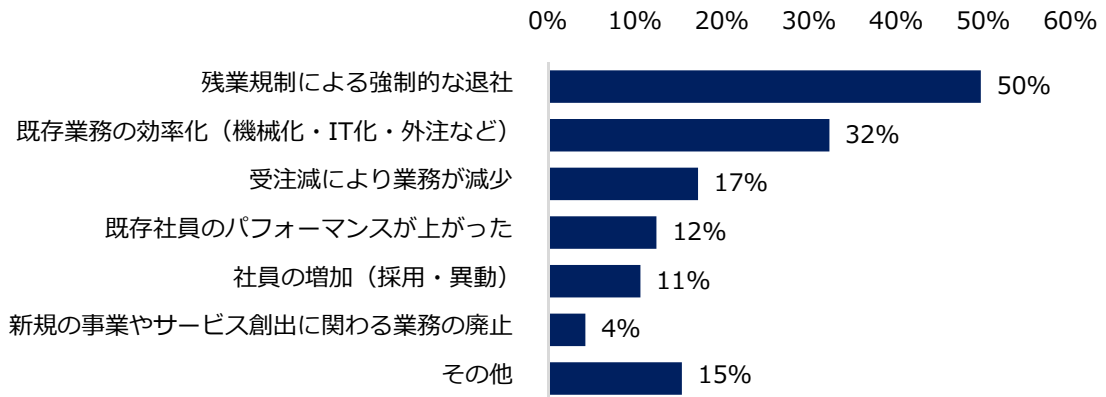
**2：残業時間の増加理由は「社員の退職・異動」、減少理由は「残業規制による強制的な退社」が最多。  
（図3、図4）**

残業時間の傾向について、具体的な理由を伺いました。「（残業時間が）増加傾向」と回答した方は「社員の減少（退職・異動）」（57%）、「（残業時間が）減少傾向」と回答した方は「残業規制による強制的な退社」（50%）が最多でした。

【図3】 「（残業時間が）増加傾向」と回答された方に伺います。理由を教えてください。（複数回答可）



【図4】 「（残業時間が）減少傾向」と回答された方に伺います。理由を教えてください。（複数回答可）

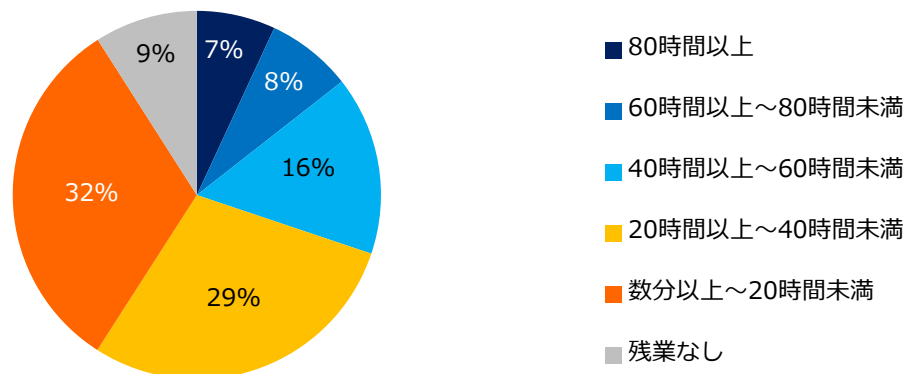


### 3：3割が「月間40時間以上残業をしている」と回答。（図5、図6）

「1ヶ月の残業時間はどれくらいですか？」と伺うと、3割が「40時間以上」（40時間以上～60時間未満：16%、60時間以上～80時間未満：8%、80時間以上：7%）と回答しました。

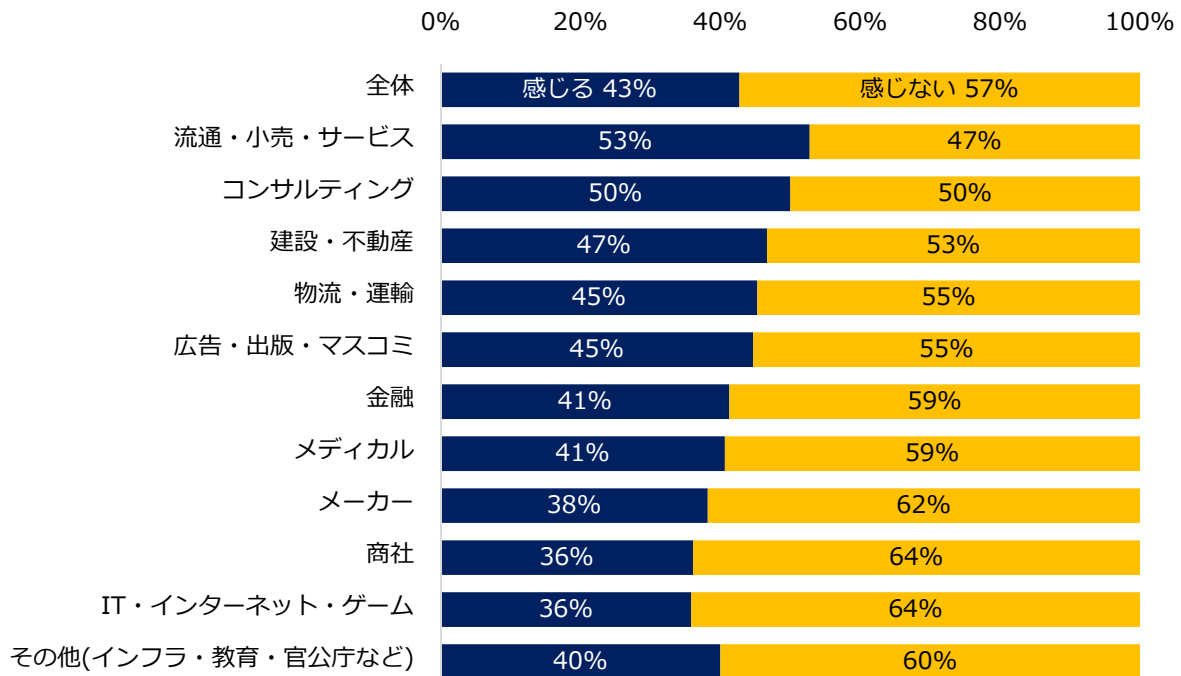
「働く時間が長い（長時間労働をしている）と感じますか？」と伺うと、43%が「感じる」と回答。業種別にみると、「流通・小売・サービス」（53%）、「コンサルティング」（50%）、「建設・不動産」（47%）が多く回答されています。

【図5】 現在（または直近）の1ヶ月の残業時間はどれくらいですか？



※小数点以下を四捨五入しているため、必ずしも合計が100にならない。

【図6】 現在（または直近）の働く時間が長い（長時間労働をしている）と感じますか？



#### 4：7割が残業規制や撤廃に賛成。

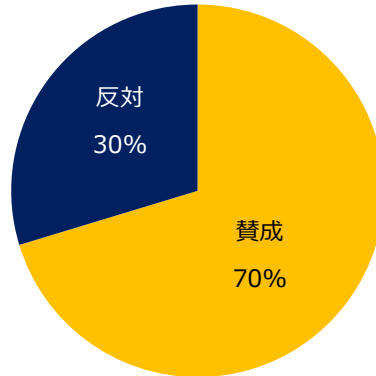
賛成の理由トップ3は「自分の時間ができる」「業務効率が上がる」「周囲を気にせず退社できる」。  
 「サービス残業を助長する」「残業代がなくなり収入減になる」といった反対の声も。（図7、図8、図9）

働き方改革関連法案の成立によって、より厳格化する残業規制。2019年4月から、順次企業へ「残業時間の上限規制」が義務付けられていきます。

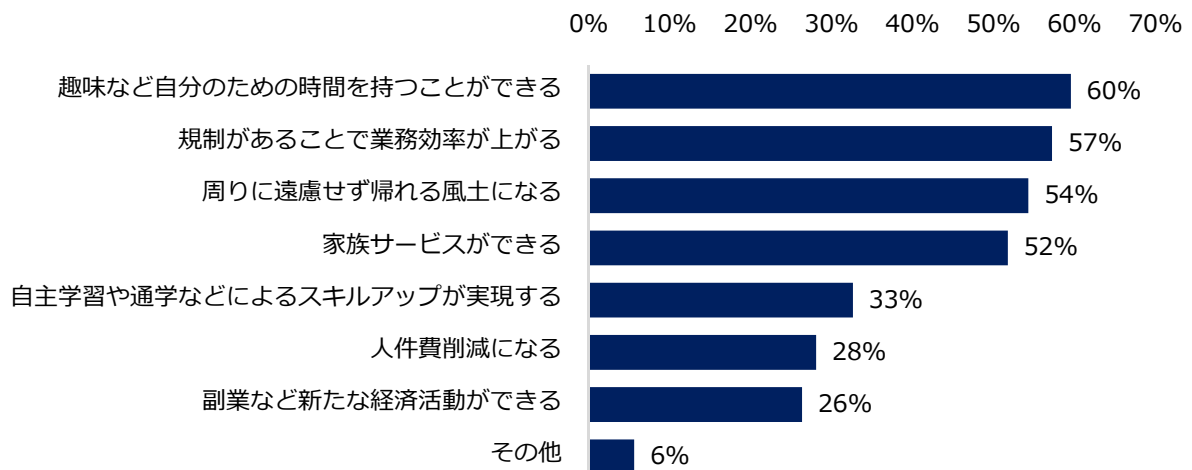
「残業規制や残業撤廃に賛成ですか？」と伺うと、70%が「賛成」と回答しました。理由を伺うと、トップ3は「趣味など自分のための時間を持つことができる」（60%）、「規制があることで業務効率が上がる」（57%）、「周りに遠慮せず帰れる風土になる」（54%）でした。

一方、「反対」（30%）と回答した方にも理由を伺うと、「自宅への業務の持ち帰りやサービス残業を助長する」（55%）、「残業代がなくなり収入が減る」（46%）が上位でした。「その他」（17%）では、「自分がやりたくて残業をしているから」、「成長しなければならないステージの企業には規制はそぐわないと思う」というコメントが寄せられました。

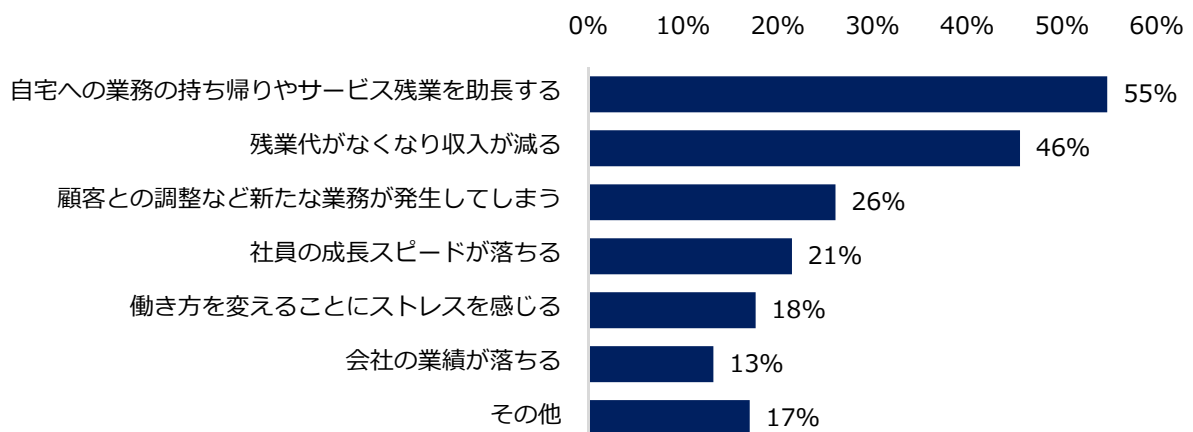
【図7】 残業規制や残業撤廃に賛成ですか？反対ですか？



【図8】 「残業規制や残業撤廃に賛成」と回答した方に伺います。理由を教えてください。（複数回答可）



【図9】 「残業規制や残業撤廃に反対」と回答した方に伺います。理由を教えてください。（複数回答可）





## 【調査概要】

- 調査方法：インターネットによるアンケート
- 調査対象：『ミドルの転職』（<https://mid-tenshoku.com/>）を利用する35歳以上のユーザー
- 有効回答数：2,113名
- 調査期間：2019年3月1日～3月31日

## ミドル世代のための転職サイト『ミドルの転職』



<https://mid-tenshoku.com/>

経験やテクニカルスキルに加え、よりヒューマンスキルを重視したマッチングが求められる30代・40代の転職を、国内最大級8万件以上のミドル向け求人と、オンラインビデオ面談機能などを搭載した機能的な管理画面でサポートします。転職活動自体の生産性を向上させることで、心的・物理的な負荷を軽減。再就職の決定までに時間がかかりがちなミドル層の転職を、より円滑なものとなるよう支援します。

本ニュースリリースに関する問合せ先

広報担当：大原、松田、清水

<https://corp.en-japan.com/>

**エン・ジャパン株式会社**

〒163-1335 新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー  
TEL：03-3342-6590 FAX：03-3342-4507 MAIL：en-press@en-japan.com