

事務連絡
令和8年3月30日

建設業団体の長 殿

国土交通省不動産・建設経済局建設振興課

リーフレット「一人親方に関する基礎知識」の送付について

平素より、国土交通行政にご理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

建設業における社会保険加入対策については、行政機関や元請・下請建設業者団体、発注者団体等を構成員とする建設キャリアアップシステム処遇改善推進協議会（平成24年5月設置・令和3年12月改組、以下「協議会」という。）等において、関係者一体となって取組を進めており、社会保険の加入率についてはほぼ100%になるほか、法定福利費の受取状況についても改善傾向が認められるなど、一定の効果を上げているところです。

一方で、社会保険加入対策や労働関係法令規制の強化に伴い、法定福利費等の労働関係諸経費の削減を意図して、技能者の個人事業主化（いわゆる一人親方化）が見受けられるとの実態をうけ、令和6年度開催の協議会にて、国土交通省・建設業団体で「一人親方の取組に関する申合せ」を行い、「働き方自己診断チェックリスト」の周知等について取り組んでまいりました。

「一人親方の取組に関する申合せ」においては、「国土交通省は、技能者が一人親方になるか否かを慎重に判断できるよう、たとえば一人親方となった場合と引き続き社員である場合の区分に応じ、年金を含む収入にどの程度の差異が出るかを試算できるソフトを提供するなど、一人親方になった場合のメリット・デメリットを技能者に分かりやすく示す」とされており、また、国土交通省の調査では、一人親方となるメリット・デメリットを調べずに一人親方になっている者が相当数いることが確認されたところです。そのため、技能者が一人親方となるかを慎重に判断することができるよう、この度、一人親方になった場合のメリット・デメリットを示すリーフレットを作成いたしました。

貴団体におかれましては、貴団体参加の建設業者や協力業者に対して、一人親方になろうとする技能者が、一人親方と社員の働き方の違いや一人親方となるメリット・デメリットを理解できるよう「一人親方に関する基礎知識」の周知をお願い申し上げます。また、一人親方の働き方を確認する「働き方自己診断チェックリスト」についても、合わせて周知いただきますようお願い申し上げます。

「働き方自己診断チェックリスト」：<https://www.mlit.go.jp/totikensangyo/const/content/001618573.pdf>

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

「一人親方の基礎知識」

働き方理解支援ツール

国土交通省

本ツールは、一人親方としての働き方を検討する方に向け、適性診断および出産・育児期をサポートする制度の確認を通じて、自身に適した働き方のイメージを把握できるようにしたものです。

本ファイルの構成

本シートと2種類のシートで構成されています。

▶ 適性チェックシート

一人親方として働くことに向いているか、簡単な質問で自己診断できます。

▶ 出産・育児期のサポート

一人親方と会社員が利用できる産前・産後・育児に係る制度を確認できます。



リーフレット「一人親方に関する基礎知識」「働き方自己診断チェックリスト」も合わせてご覧下さい



※「働き方自己診断チェックリスト」は、下記URLからダウンロードをお願いいたします。
<https://www.mlit.go.jp/totikensangyo/const/content/001448684.pdf>

1. 適正チェックシート

～あなたは一人親方タイプ？会社員タイプ？～

一人親方は自由度の高い働き方ですが、収入や保障には課題もあります。自分に合っているのか、以下の診断で確認してみましょう。

※このチェックは、一人親方と会社員、それぞれの働き方の特徴を知るための目安です。



下の質問に答えて下さい。下のフレームにあなたにむいている働き方が出ます。

▶「選択」の枠をクリックして、表示された「▼」マークをクリックし「A」か「B」を選択してください。

		Aタイプ	Bタイプ	
1	理想の働き方	経営者として裁量をもって働きたい	組織の中で安定して働きたい	▼選択
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	▼選択
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	▼選択
4	事務手続き	確定申告などは自分でできる	経理や事務は正直負担に感じる	▼選択
5	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	▼選択
6	休日	自分の好きなタイミングで休みを取ることができる	決められた休みで、一定のリズムで働きたい	▼選択
7	年次有給休暇	なし(個人事業主のため適用なし)	あり	▼選択
8	人間関係	社内の人間関係を気にせず働きたい	仲間や上司と関わりながら働きたい	▼選択
9	金融面	ローンやカードの審査が厳しくても仕方ないと思う	住宅ローンやカード利用はスムーズにしたい	▼選択
10	働く時間	働く時間を自分で選びたい	働く時間が決まっているほうが安心	▼選択

▶ 判定結果

・どちらか一方を選んでチェックしてください。

全て選択するとこちらに判定結果が表示されます。

2. 出産・育児期のサポートー<一人親方・会社員>

妊娠・出産・育児のとき、どんな補償や支援が受けられるか確認してみましょう。働き方によって内容は異なります。

※各制度に関する詳細を判定結果の下部に記載しています。
詳しくはリンク先をご参照ください。



下の3質問に答えて下さい。下の判定結果に利用できる制度が表示されます。

▶「▼」マークをクリックし選択肢を選択してください。

Q. あなたが調べたい働き方を選んでください	▼選択
Q. 出産の際、あなたの立場を選んでください	▼選択
Q. 調べたい場面を選んでください	▼選択

▶判定結果(例)

●制度名	●制度の概要	●主な申請先	●支給条件 ※他に要件があります。
全ての質問に答えてください。	-	-	-

●制度名	●制度の詳細サイト
妊婦健康診査費の助成	東京都福祉局HP : https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/shussan/kenkou/syussan
妊婦のための支援給付	こども家庭庁PDF : https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/be80930d-51d1-4084-aa3e-b80930646538/42e36027/20250325_policies_shussan-kosodate_52.pdf
出産育児一時金	厚生労働省HP : https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/iryuhoken/shussan/index.html
出産手当金（女性のみ）	全国健康保険協会HP : https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g6/cat620/r311
育児休業給付金	厚生労働省HP : https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000135090_00001.html
出生時育児休業給付金	厚生労働省HP : https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000135090_00001.html
出生後休業支援給付金	厚生労働省PDF : (PDF編) https://www.mhlw.go.jp/content/11600000/001600636.pdf

	(ママ編) https://www.mhlw.go.jp/content/11600000/001600638.pdf
育児時短就業給付金	厚生労働省PDF : https://www.mhlw.go.jp/content/11600000/001600668.pdf
産休・育休中の社会保険料免除	日本年金機構HP : https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/kosodateshien.html
国民年金保険料の免除 (出産前後4か月)	厚生労働省HP : https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000193798_00001.html