

フリーランス※として働く皆さまへ

あなたの働き方をチェックしてみましょう

～その働き方、「労働者」ではないですか？～

※ 「フリーランス」とは、業務委託（請負契約または委任契約・準委任契約）により、仕事の依頼を受けた個人（法人化した者も含む）のことをいいます。

働き方が多様化する一方で、フリーランスとして働く方の中には、実態として労働基準法上の「労働者」に該当する働き方をしているにもかかわらず、名目上は自営業者として扱われ、労働基準法等に基づく保護が受けられていないといった問題が指摘されています。

「労働者」に該当するかどうかの基準は以下のとおりです。

「働き方の自己診断チェックリスト」（裏面参照）を活用しながら、ご自身の働き方をチェックしてみましょう。

労働者とは

いう」

（第9条）と規定しています。

実務上、「労働者」に当たるかどうかは、以下の2つの基準（使用従属性）で判断されます

- ① 労働が他人の指揮監督下において行われているかどうか、すなわち、他人に従属して労務を提供しているかどうか
- ② 報酬が、「指揮監督下における労働」の対価として支払われているかどうか

具体的には、「労働者性の判断基準」に基づき、実態をもとに総合的に判断されます。

労働者性の判断基準

1. 「使用従属性」に関する判断基準

- （1）「指揮監督下の労働」であること
 - ア 仕事の依頼、業務従事の指示等に対する諾否の自由の有無
 - イ 業務遂行上の指揮監督の有無
 - ウ 拘束性の有無
 - エ 代替性の有無（指揮監督関係を補強する要素）
- （2）「報酬の労務対償性」があること

2. 「労働者性」の判断を補強する要素

- （1）事業者性の有無
- （2）専属性の程度
- （3）その他



働き方の自己診断チェックリスト（フリーランス向け）

現在のあなたの働き方について、該当する項目にチェック☑を入れてください。
不明の場合は、空欄のままで結構です。

チェックポイント1 依頼に対する諾否		
委託事業者から仕事を頼まれたら、断る自由はありますか		A 自分に断る自由がある
		B 自分に断る自由はない
チェックポイント2 指揮監督		
日々の仕事の内容や方法はどのように決めていますか		A 毎日の仕事量や配分、進め方は、基本的に自分の裁量で決定する
		B 毎日、委託事業者から仕事量や配分、進め方の具体的な指示を受けて働く
チェックポイント3 拘束性		
委託事業者から仕事の就業場所や就業時間（始業・終業）を決められていますか		A 基本的には自分で決められる
		B 委託事業者から具体的に決められている
チェックポイント4 代替性		
あなたの都合が悪くなった場合、頼まれた仕事を代わりの人に行わせることはできますか		A 代役を立てることも認められている
		B 代役を立てることは認められていない
チェックポイント5 報酬の労務対償性		
あなたの報酬はどのように決められていますか		A 受注した仕事の出来高見合い
		B 日や時間あたりいくらで決まっている
チェックポイント6 資機材等の負担		
仕事で使う材料又は機械・器具等は誰が用意していますか		A 自分で用意している
		B 委託事業者が用意している
チェックポイント7 報酬の額		
同種の仕事に従事する正規従業員と比較した場合、報酬の額はどうか		A 正規従業員よりも高額である
		B 正規従業員と同程度か、経費負担を引くと同程度よりも低くなる
チェックポイント8 専属性		
他の仕事に従事することは可能ですか		A 自由に他の委託事業者の仕事に従事できる
		B 実質的に他の委託事業者の仕事を制限され、特定の委託事業者の仕事だけに長期にわたって従事している

チェックリストのAに該当する場合、労働者性を**否定**する方向に働く事情となる

チェックリストのBに該当する場合、労働者性を**肯定**する方向に働く事情となる