



# 「会社人間」から「フリーランス」への転身 ～雇われない生き方の魅力とリスク～

沢木技術士事務所 沢木 至  
技術士（化学・総合技術監理）

# 内容

1. 自己紹介
2. 私が会社を辞めた理由
3. フリーランスという選択肢
4. 「働き方」について考える
5. 雇われない生き方の魅力とリスク
6. 無理せず続けるフリーなライフスタイル



# 1. 自己紹介

# 自己紹介

沢木 至 (秋田県生まれ・申年)

1982年 東京工業大学 無機材料工学専攻 修士課程修了  
三菱化成工業(株) (現:三菱化学(株)) 入社  
四日市工場、横浜総合研究所、水島事業所にて勤務  
触媒、セラミックス、石油化学系の技術開発を担当

2003年 早期退職(46歳)

2005年 技術コンサルタント業開始

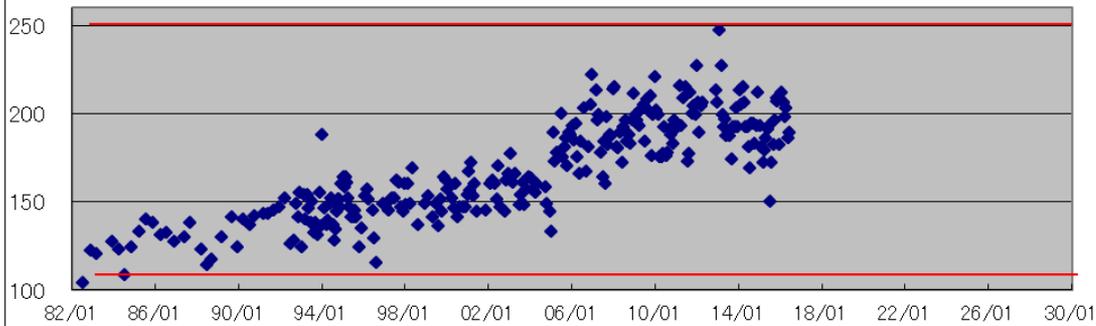
2006年 技術士登録(化学部門、総合技術監理部門)  
沢木技術士事務所開設

◎ 専門 セラミックス、無機化学、粉体、触媒、化学プロセス開発  
技術経営支援、知的財産管理、情報調査他

◎ 現在 公益社団法人 日本技術士会 化学部会 副部会長  
一般社団法人 技術知財経営支援センター

◎ 趣味 献血、天気予報収集

コレステロール



1982年～  
 献血回数 現在366回  
 生涯献血500回目標

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
1日	0	1	1	2	1	2	2	0	0	1	0	2
2日	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1
3日	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0
4日	0	1	1	1	2	1	1	0	0	0	2	0
5日	0	1	0	0	1	0	1	0	2	0	0	0
6日	0	1	1	0	1	0	2	1	0	0	0	0
7日	0	1	2	2	0	2	0	3	0	1	0	2
8日	2	0	0	2	0	1	1	0	0	2	0	0
9日	0	1	2	0	0	0	2	0	1	0	2	1
10日	0	0	1	0	0	1	1	2	1	0	1	2
11日	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0
12日	0	1	1	1	1	1	0	2	2	2	0	1
13日	0	2	1	0	1	0	0	0	1	3	0	1
14日	1	1	0	1	1	0	0	2	0	1	1	0
15日	2	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1
16日	0	0	1	1	0	0	3	1	1	1	1	1
17日	1	0	2	0	0	2	2	1	1	0	0	1
18日	1	1	2	0	0	0	2	0	1	1	2	2
19日	1	1	2	1	1	1	0	0	1	0	1	0
20日	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	2	1
21日	0	3	2	0	1	1	0	1	0	2	1	2
22日	1	1	1	0	2	0	1	0	1	0	1	0
23日	1	2	1	2	0	1	1	0	0	1	2	1
24日	2	0	2	0	1	0	1	1	1	0	1	1
25日	1	0	0	1	0	2	0	0	1	1	0	0
26日	0	1	0	2	0	0	0	0	1	0	2	2
27日	1	0	0	3	0	1	0	2	0	2	0	2
28日	1	0	0	3	0	0	1	0	0	0	2	1
29日	0	0	2	0	2	2	1	2	0	2	1	4
30日	0		3	2	0	0	2	0	1	1	0	1
31日	0		1		0		1	0		1		0

# 東京地方 2016年06月の天気予報

## 予報対象日順リスト

[戻る](#)

### 6月1日の天気を予報した天気予報

	前日発表	2日前発表	3日前発表	4日前発表	5日前発表	6日前発表	7日前発表
天気	晴れ時々くもり	くもり時々晴れ	くもり	くもり	くもり時々晴れ	晴れ時々くもり	くもり時々晴れ
最高気温	26℃	27℃	26℃	26℃	26℃	27℃	28℃
最低気温	17℃	16℃	18℃	17℃	16℃	16℃	17℃
降水確率	-	20%	40%	40%	30%	20%	20%
00-06時	0%	-	-	-	-	-	-
06-12時	0%	-	-	-	-	-	-
12-18時	0%	-	-	-	-	-	-
18-24時	0%	-	-	-	-	-	-

### 6月2日の天気を予報した天気予報

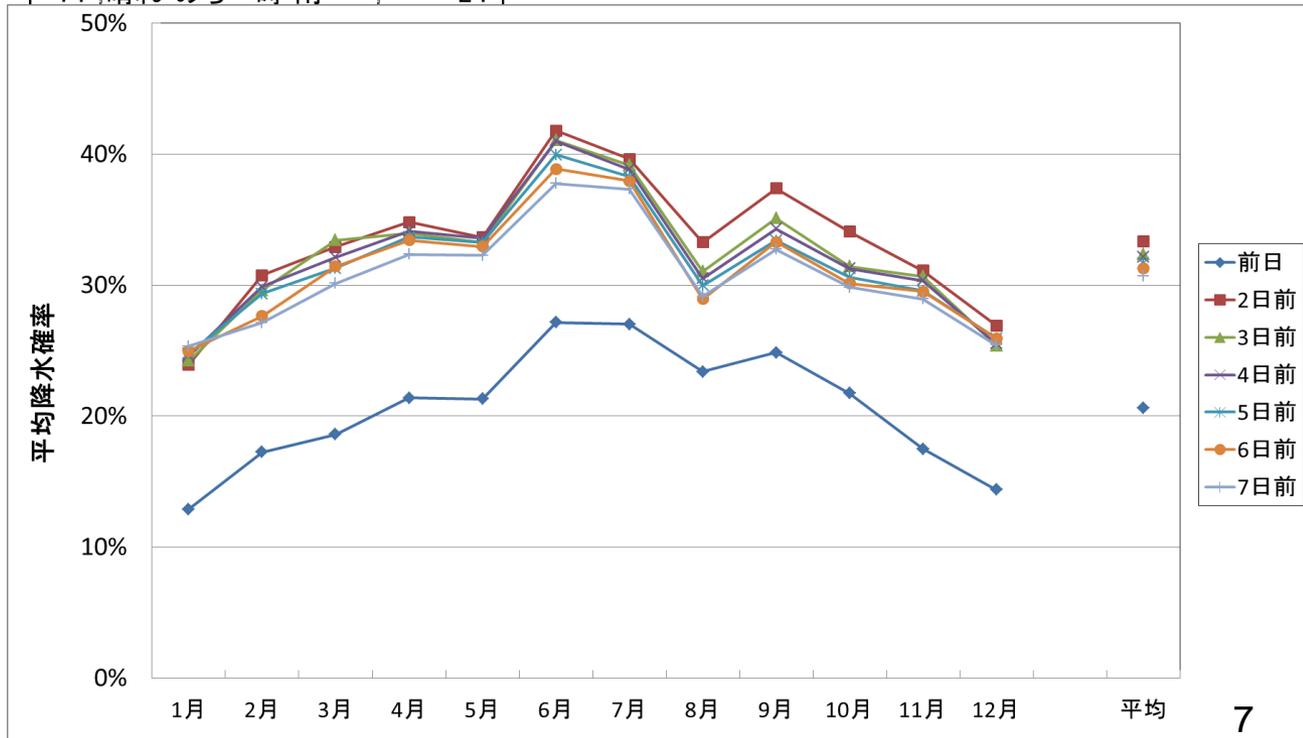
	前日発表	2日前発表	3日前発表	4日前発表	5日前発表	6日前発表	7日前発表
天気	晴れ	晴れ時々くもり	晴れ時々くもり	晴れ時々くもり	晴れ時々くもり	晴れ時々くもり	晴れ時々くもり
最高気温	26℃	26℃	25℃	25℃	24℃	25℃	25℃
最低気温	16℃	15℃	15℃	15℃	15℃	15℃	15℃
降水確率	-	10%	10%	20%	20%	30%	30%
00-06時	10%	-	-	-	-	-	-
06-12時	0%	-	-	-	-	-	-
12-18時	10%	-	-	-	-	-	-
18-24時	0%	-	-	-	-	-	-

# 東京地方 過去10年間の天気予報ランキング

## トータル

前日発表予報		回数
	予報	
1	晴れ	652
2	晴れ時々曇り	563
3	曇り	406
4	曇り時々晴れ	332
5	晴れのち曇り	314
6	曇りのち一時雨	172
7	曇り一時雨	148
8	曇り時々雨	148
9	曇りのち雨	121
10	雨のち曇り	120
11	曇りのち晴れ	117
12	晴れのち時々曇り	91
13	雨	90
14	曇りのち時々晴れ	80
14	雨時々止む	80
16	晴れ一時雨	44
17	曇りのち時々雨	29
18	晴れのち一時雨	25
19	雨のち晴れ	24
20	曇りのち雨か雪	11

2日前発表予報		回数
	予報	
1	晴れ時々曇り	1166
2	曇り時々晴れ	669
3	曇り	462
4	曇り一時雨	356
5	曇り時々雨	195
6	晴れ	174
7	晴れのち曇り	157
8	曇りのち一時雨	145
9	雨のち曇り	58
10	曇りのち雨	52
10	曇りのち晴れ	52
12	雨	30
13	晴れ一時雨	26
14	晴れのち一時雨	24



# 現在の主な仕事

## ◎ 専門技術関連のコンサルティング

- 技術開発全体～個々の開発テーマの進行のアドバイス
- 特定技術について、技術・特許・市場の調査及び提言など
- 中小企業のものづくり全般（技術開発～生産管理）の支援
- ベンチャー企業の技術開発支援（量産技術検討）

## ◎ 非専門技術関連のコンサルティング

- 組織体制や人材育成を含む総合的な指導（技術顧問として）
- 技術開発戦略などの企画・管理面でのコンサルティング
- 知的財産コンサルティング（調査～管理、係争関連）

## ◎ その他

- 外国特許翻訳、特許分類、技術/特許評価、各種技術調査  
助成金/補助金等の審査業務他

## 2. 私が会社を辞めた理由



# 「会社人間」生活

## ◎ 充実した毎日

- 基礎研究～応用研究～技術開発～生産現場サポート
- 多くの優秀な先輩、同僚、後輩と共に
- 責任ある立場で、いろいろなテーマに携わる
- 大型パイロットプラントでは、設計～運転までの責任者
- 海外メーカーとの共同プロジェクトも貴重な経験
- それなりに昇進、はたから見れば極めて順調な毎日

## ◎ ハードワーキング / 24時間戦いました

- 入社当初から残業100時間超が連続
- いつしか、セブンイレブンと呼ばれる
- 年間勤務時間が4,500時間を超えたことも

## ◎ 趣味が仕事か、仕事が趣味か

- 昭和のモーレツサラリーマン？

# 会社を辞める理由（１）

## ① タイミング

- 45歳は人生の折り返し（5歳から20年勉強、20年仕事）
- もう一つの人生を始める絶好のタイミング？
- 丁度、大きな仕事が一段落した時期
- 新しいことを始めるなら、早い方が良い

## ② ロールモデル喪失

- 身近な家族や親戚に、サラリーマン人生を全うした人がいない！
- 会社の上司や先輩の生き方と、自分の将来がうまく重ならない

## ③ 燃え尽きとリフレッシュ

- 合計勤務時間は、定年までの所定労働時間を超えた！
- このままでは、充実していても、ボロボロになるという恐怖
- この先の人生を考えると、一度リフレッシュしてみても？

## 会社を辞める理由（2）

### ④ 充実感を味わいたい

- 自分の仕事が、世の中に役立っているという実感が得られない
- 頑張っても、頑張らなくても、変わりの無い毎日
- 自分がいなくても、会社や仕事は回っていく

### ⑤ サラリーマン人生への疑問 / 閉塞感

- 成果が正当に評価されない一方、成果を出さなくてもOK
- 仕事は選べないし、人事異動や昇進も不条理
- 雑用は多いし、無駄な時間があまりにも多い
- 好きなことができていた時はいいけれど、これから先は？

### ⑥ 自分の資質 / 適性

- この組織、会社をどうしたいのか？ ビジョンがない！
- リーダーの適性がない？
- ダメな上司にはなりたくない！

## 会社を辞める理由（3）

### ⑦ 先が見えた？

- この先、自分が進むであろう仕事や環境が、ある程度見えた
- それは、自分や周囲にとって好ましい未来と言えるか？
- このままで自分は成長できるか？ 自己実現可能か？

### ⑧ 現実逃避？ / 隣の芝生は青い

- 外の世界にはチャンスがあり、新しい自分を確立できそう
- 会社を辞めても何とか生きていけるといいう根拠ない自信

### ⑨ 早期退職募集 / 渡りに船

- 誰かが辞めなくてはならないなら、自分が辞めよう
- どうせ辞めるなら、特典付きの募集に応募するのがお得
- 運命が背中を押してくれている、という不思議な感覚
- 第2の人生を早くスタートできる
- 「辞めます！」という爽快感 … 雇われない生き方の魅力

# 会社を辞めない理由は？

では、会社を辞めないとしたら、その理由は？

- 安定した収入
- 安定した生活
- 慣れ親しんだ仕事
- 慣れ親しんだ環境

※ 本当に安定しているのか？

※ 慣れ親しんだ環境に居続けることがいいことなのか？

※ 定年後はどうするの？

辞める理由は沢山あるのに、辞めない理由はたったこれだけ！  
誰もが、同じような「モヤモヤ感」を多少は持っている？

# 「こころの定年」？

参考書 1 「こころの定年」を乗り越えろ … 楠木 新  
40歳からの「複業」のススメ  
朝日新書 朝日新聞出版

◎ 会社生活の前半戦と後半戦の切り替え時期（40歳前後）に組織で働く意味に悩むビジネスパーソンが多く存在

- 今やっていることが、誰の役に立っているのかわからない
- 成長している実感が得られない
- このまま時間が流れていっていいのだろうか？

◎ これを著者は「こころの定年」と名付けた  
対策として、いきなり転職・独立ではなく「複業」を提案

### 3. フリーランスという選択肢



# 選択肢

## ① 会社に残る

最も常識的な選択だが、自分の人生このままで良いのか？

## ② 別の会社に転職する

この選択をする人は多く、今思えば、あり得た選択肢か？

## ③ 独立

### (1) 起業

やりたい事業があり、思いが強ければ、チャレンジの対象  
ハードルは高いけど、リターンも大きい

### (2) フリーランス

消極的かもしれないが、手っ取り早く、大きな投資は不要  
自由度が大きく、全てが自分一人の判断で進められる

# フリーランスとは

## ◎ 語源

freelance … “free” (自由) + “lance” (槍騎兵) → 傭兵

## ◎ 定義

- 自由業、自営業、個人事業主の1種
- 組織に属さず、独立し、仕事に応じて契約の下で働く
- 仕事の内容ではなく、「雇われない」働き方を意味する
- 専門的な技術・技能を持ち、仕事を受託、請負する働き方
- 必ずしも全部一人でやる必要はない

## ◎ 例（一部）

作家、ライター、カメラマン、ジャーナリスト、デザイナー  
翻訳家、通訳、音楽家、イラストレータ、映画監督、脚本家  
建築家、大工、左官、マッサージ師、落語家、ITエンジニア  
コンサルタント、弁護士、税理士、会計士、技術士、診断士

# フリーランスを選択した経緯

## ◎ 退社後すぐに仕事はせず、まずは充電・お勉強

- 雇用能力開発機構の「アントレプレナー科」でお勉強
- 社会人向けの専門知識講座などを受講
- 「会社人間」生活では出会えなかった「別の世界」と出会う

## ◎ 元上司からコンサルタント業務の紹介あり

- ある会社が、開発チームへのアドバイザーを探していた
- 海外の会社との技術協力や、生産についてのアドバイス等

## ◎ コンサルティングという仕事への興味

- 自分の過去の経験、自分の知識、能力が役に立つ
- 自分を本当に必要としている相手がクライアント
- 「雇われない働き方」の魅力

## ◎ 技術士資格を取得、事務所を開設、フリーランスで出発

- 専門性や能力を担保してくれる資格として「技術士」に挑戦
- 資格を取得、事務所を開設し、当ても無いままフラフラと

## 4. 「働き方」について考える



# そもそも … 働き方

## ◎ 労働者（被雇用者）

### ○ 正規雇用

- ・社員、公務員、サラリーマン、勤め人、（契約社員、派遣）

### ○ 非正規雇用

- ・アルバイト、パート、非常勤、嘱託、（契約社員、派遣）

- ★ 雇用契約（労働契約）に従って働く、法律で保護される

## ◎ 個人事業主（自営業、フリーランス）

- 農家、漁師、自営、商店主、個人タクシー、作家、芸術家、タレント、プロスポーツ選手、フリージャーナリスト、開業医、建築家、デザイナー、士業、プロ棋士、占い師等

- ★ 個人の責任で、商品やサービスを提供する

- ★ 委任契約、請負契約などを締結する場合も多い

## ◎ 法人経営者（使用者）

- 会社社長、法人理事長／代表

# 労働統計

## ◎ 全企業（1次産業を除く）

- 企業数 413万
- 従業員数 5,349万人

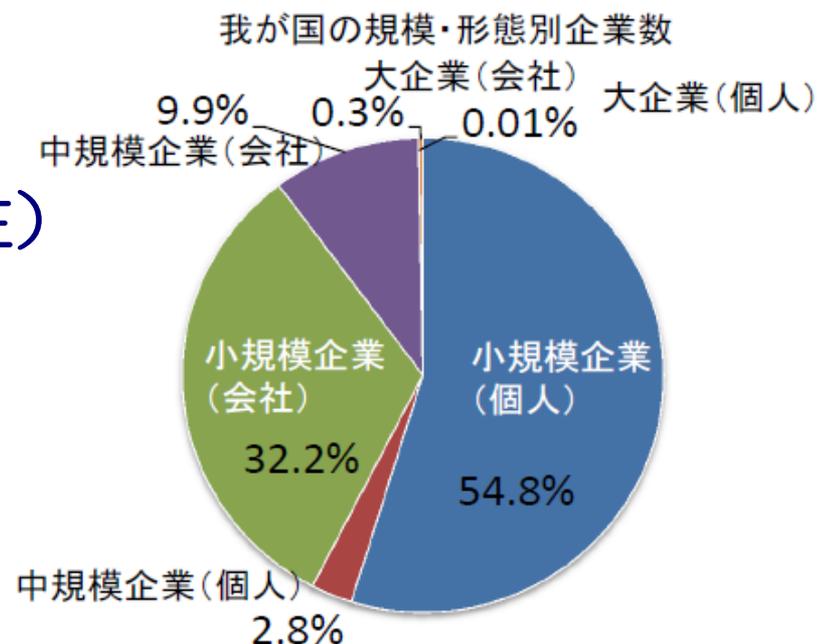
## ◎ 個人企業（非法人 ≠ 個人事業主）

- 企業数 218万（53%）
- 従業員数 634万人（12%）

（総務省統計局 平成26年経済センサス調査）

## ◎ 就業形態別労働力人口

- 全労働力人口 6,589万人
- 就業者 6,367万人
- 雇用者(役員外) 5,284万人（正規 3,304万、非正規 1,980万）
- 雇用者(役員) 248万人
- 自営業主 543万人（農業従事者等を含む）
- 家族従業者 162万人（同上）



（中小企業白書2013）

# 労働者（サラリーマン等）の特典

## ◎ 労働者として法的な保護を受ける

- 労働基準法や労働安全衛生法などの対象、種々の保護を受ける

## ◎ 保険料の一部会社負担等

- 健康保険、厚生年金：会社が半分を負担
- 雇用保険、労災保険：独立すると加入できず

## ◎ 給与制度、福利厚生の充実

- 安定した給料、賞与、退職金、各種手当、ベースアップ
- 有給休暇、その他各種福利厚生サービス

## ◎ 税金関係の優遇（必要経費の算出、納税手続き）

- サラリーマン  
必要経費が自動的に控除され、税務処理は会社が代行
- 個人事業主  
必要経費は実際の経費を積算、確定申告が必要  
さらに事業税や消費税の納税も必要に

## 5. 雇われない生き方の魅力とリスク



# 雇われない生き方の魅力（１）

## ① 誰にも雇われない / ボスは自分

- 誰かの意向に従って行動する必要がない
- 何かを強制されることがない
- 最終的な判断は自分

## ② 自由

- 何をするのも、しないのも、全部自分の決断しだい
- 仕事の量、内容などをコントロール可能
- 勤務時間、自分の時間、まとまった休み、平日昼間の自由時間

## ③ ストレスフリー

- 人間関係や組織で働くことによるストレスからの解放
- 通勤ストレスからの解放

## ④ 定年がない

- 働きたい間、働ける間は、ずっと働き続けられる

## 雇われない生き方の魅力（2）

### ⑤ 評価

- 仕事のアウトプットと報酬が直結
- 契約更新は自分の仕事の価値が認められた証
- 仕事の指名を受けるのは自分への信用や期待の表れ

### ⑥ 達成感・充実感

- 自分が世の中や顧客企業の役に立ったという実感
- 会社員時代より遥かに多彩な人脈から得られる諸々
- 会社員時代より広い範囲、多様な知見から受ける刺激
  - 様々な会社、異なる企業文化、新たな課題
  - 新たな技術領域、対外的な付き合い、幅広い経験、...

### ⑦ 新たなライフスタイル

- 仕事だけでなく、日常生活、考え方、価値観、そして人生観が大きく変化 → 「会社のため」以外に生きる新たな自分

## 雇われない生き方の魅力（3）

### ⑧ 自分らしい充実した人生への道

- 社会貢献
- 才能、知見、スキル、人脈の活用
- 名声
- 収入
- 生きがい
- 生涯現役
- 家庭
- 夢の実現
- 趣味
- ……………

⇒自己実現

# 雇われない生き方のリスク（１）

## ① 責任

- 法的に保護される「労働者」から自己責任の「個人事業主」に誰にも雇われない ⇔ 自分を律する必要  
自分で考え、自分で決断、自分で実行 ⇔ 自己責任
  - 企画/経営/経理/営業/実行部隊/雑用 の全てが自分の責任
  - 自分の決断が自分・家族、顧客に影響・損害を与える可能性
- 誰かのための一方向責任ではなく、全方位の自己責任

## ② 強い意志と実行力

- 誰からも強制されない → 何もしなければ何も起こらない
  - 一人の場合、特に強い意志を持たないと、怠惰な方向に
- 仕事も家庭も健康管理も、全て自主的・能動的に
- 様々な分野に対して、ある程度の実務処理能力が必要

# 雇われない生き方のリスク（2）

## ③ 収入

- 安定した収入を得るのは容易ではない
- 仕事を得るための努力（営業活動）が必要
- 人脈、ホームページ、専門家登録などが重要なチャネル
- それなりの収入を得るためには、それなりに働く必要あり

## ④ 健康

- 個人事業は健康であることが大前提
- 個人事業に有給休暇はない
- 病気や怪我で仕事ができないと、収入減と共に顧客にも損害

## ⑤ 家庭

- 会社員とは異なる「生活／仕事パターン」の確立と理解
- 家族の協力と家族への協力
- オンとオフの切り替え

## 雇われない生き方のリスク（3）

### ⑥ 限界

- 一人では実現できないことも多い（人・物・金）  
（一人でなくては実現できないこともある）
- 個人事業であることの限界も多い
- 「協働」機会が減ることによるデメリット

### ⑦ その他のリスク

- 法的リスク（契約、労務、税務、知財）
- 情報リスク（個人情報、機密情報）
- ITリスク（ハード／ソフトトラブル、ネットセキュリティ）
- 個人名を表に出すリスク
- 詐欺的なビジネス？の被害を受けるリスク

## 6. 無理せず続ける

### フリーなライフスタイル



# 自分のやりたいことをやる

## ◎ 目的

- 自問自答してみる
  - 自分がやりたいことは何？
  - 自分がやりたくないことは何？
  - 自分が得意なことは何？
  - 自分が不得手なことは何？
- 何を目指す？（収入、名声、生きがい、社会貢献、…）
- 優先順位は？（仕事、家庭、趣味他）

## ◎ 目標と計画

- 具体的目標を立てる：売上、業務件数、業務時間など
- 独立業務100%なのか、パートタイム・兼業なのか
- 全部一人、with 家族、or 他のフリーランスとのチーム
- 実現可能な計画：無理な目標や計画は立てない
- 長いスパンで考え、短期的なアップダウンに一喜一憂しない
- 努力には限界もある、適宜、見直す

# 誰もが成功するわけじゃない

## ◎ 書籍やセミナーの多くは、いかに成功するかがテーマ

- 誰もが成功するわけじゃない
- 成功した人のアドバイスは、成功しない人には通用しない

## ◎ 成功しなければいけないのか？

- そもそも、何が成功なのか？
- 成功することが最終目的ではないはず
- 成功しなくてもいいし、時々失敗したっていい
- 駄目なら、やり方を変えてもいいし、やり直したっていい
- うまくいかないことも多い → 高すぎるハードルは下げよう！

## ◎ とはいえ、低きに流れるのも情けない

- 何でもできるわけではないけど、何かはできるはず
- 自分で自由に生きるというのは、何かと難しい…
- 時間が解決してくれることもある
- 時には哲学的に悩んでみるのも悪くない…

# 幅を広げる／少しずつ変わる

## ◎ せっかくの自由、ずっと同じではつまらない

- ・ マンネリ化は意欲の低下を招く恐れ

## ◎ 上下左右に少しずつ手を広げる

- ・ 顧客とのやり取りを通し、守備範囲を広げる
- ・ 自分の専門の上流側や下流側にストライクゾーンを広げる
- ・ チャンネル（人脈・HP・営業など）を増やしてみる

## ◎ 面白そうなことに手を付ける

- ・ 常に好奇心を持ち、アンテナ広げ、いろいろやってみる

## ◎ 仲間を見つける

- ・ 一人では続けられなくても、仲間がいれば何とかなる？

## ◎ 自分への投資をケチらない

- ・ フリーランスの一番の資本（武器）は自分そのもの

# 無理なく続ける

## ◎ 順風満帆ならいいのだけれど

- ・ 続けていれば、壁に当たることもある

## ◎ 自分の「こだわり」を持つ／持たない

- ・ 妥協できないこともあるが、固執しない

## ◎ フリーランスは「生き方」なので、続けてナンボ

- ・ 続かないのはライフスタイルになっていないからかも

## ◎ とはいえ、長く続けても誰も何もくれない

- ・ 自己評価し、自分を褒める

## ◎ メリットを捨ててまで、無理して続けるのは本末転倒

- ・ 自由、ストレスフリーであることが大前提
- ・ 無理してストレス貯めたり、誰かに迷惑かけてないか？

## ◎ 自分の目的・目標を見直そう

- ・ 勤めを辞めて、新たな人生を歩むときに目指したものは？
- ・ 状況の変化に応じて、目的や目標が変わってもOK

# 最後に

## ◎ フリーランスは「ライフスタイル」である

- 単なる転職先の一つではなく、**究極の自己実現**である
- 仕事の内容や方法だけでなく、生活や考え方が大きく変わる
- それぞれの人の生き様（ライフスタイル）そのもの
- 定年は無いし、（仕事があれば）健康である限り続けられる

## ◎ 一人だからこそ、誰かに協力を求める必要も

- 全部自分でやると言っても、一人ではできないこともある
- 誰かとの知見の共有や、仕事の相互紹介なども重要
- **「情けは人の為ならず」**

## ◎ 「運」と「縁」と「恩」を大切に

- 仕事を得るためには、「運」と「縁」と「恩」も必要
- **「人事を尽くして天命を待つ」**
- 安定したバラ色の将来は保証されていないけれど …
- 充実した明るい毎日が「死ぬまで」続くかも …

## 参考書

- ◎ 「**こころの定年**」を乗り越えろ  
楠木 新 著、朝日新書
  
- ◎ **フリーランスで生きるということ**  
川井 龍介 著、ちくまプリマー新書
  
- ◎ **フリーランスの教科書**  
見田村 元宣、内海 正人 著、星海社新書