[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

2023[illegible]4[illegible]

[illegible]

[illegible]

> [illegible]
> [illegible]
> [illegible]
>
> — [illegible]@[illegible] *(@NzXyZQDOCMpLgz5)* [*April 12, 2023*]

[illegible]

把握することができました。

□

そこで今回は、

「研究職の残業時間・土日出勤は？研究職の皆様に聞きました」

というタイトルで、ツイッターアンケートの結果を紹介します。

ぜひ、自分の会社の状況とアンケートの結果を比べてみてください。

研究職の残業時間・土日出勤は?

研究職の残業時間は?

早速、ツイッターで聞きました。

「企業の研究職の皆様、**1**か月の残業時間は平均何時間くらいですか？」

ストレートな質問に対して、多くの方が答えてくれました。

結果は、こちら⬇

> 企業の研究職の皆様、*1*ヶ月の残業時間は平均何時間くらいですか?
>
> — とうや@食品メーカー研究職 *(@NzXyZQDOCMpLgz5)* *April 14, 2023*

結構、散らばってますね…

とはいえ、多くの人が**1**か月あたり**30**時間以内のは収まっているようです。

10時間未満の人も一定数いらっしゃいますね。

□

時間外労働（いわゆる残業）は上限が決められており、月45時間、年間360時間以内に収めることが法律で定められています。

https://hatarakikatakaikaku.mhlw.go.jp/overtime.html

年間360時間なので、1か月あたりの平均を30時間に納めなくてはいけません。

[illegible]

[illegible]30[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]PC[illegible]

[illegible]IC[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]↓

[illegible]*PC*[illegible]*IC*[illegible]

> ていますか?
>
> — とうや@食品メーカー研究職 (@NzXyZQDOCMpLgz5) April 13, 2023

約7割の会社ではこの仕組みが導入されているようです。結構多いですね。

多くの会社では社員の労働時間をある程度正確に管理し、サービス残業が発生しにくい労働環境が作られつつあるようです。

以上のことから、研究職の残業時間については今回のアンケートの数値をある程度参考にしてもよさそうですね。

土日祝の出勤は?

最後に、平日の勤務状況だけでなく、土日祝の勤務についても聞いてみました。

結果は、こちら⬇

> 企業の研究職の皆様、土日祝の出勤はどのくらいありますか?
>
> — とうや@食品メーカー研究職 (@NzXyZQDOCMpLgz5) April 18, 2023

ほとんどないそうです! アカデミアの方、びっくりするかもしれません!

実際、研究職として私も約10年働いてきましたが、土日祝の出勤は数えるくらいしかありませんでしたし、同僚も同じでした。

この結果を見ると、研究職は土日祝は休みを安定して確保できる可能性が高い職種のようです。

土日祝の休みは最低限確保したい理系学生の皆様、土日祝の出勤が常態化している理系社会人の皆様、

研究職のキャリアはいかがですか?

まとめ

・残業時間は人によってばらばらだが、ほとんどの人は月30時間に収まっている。

・勤務時間管理がPCログイン時間やICカードで記録されており、サービス残業は少なそう。

・土日祝の出勤はほとんどなく、週2日休める人がほとんど。

皆様の中に、以下のような方はいませんか?

・残業時間が常態化している。

・土日祝の出勤がかなり多い。

今回の結果を見ると、上記に当てはまる方は少数派のようで、残業時間は正規の範囲、土日祝は休めるのが、研究職のスタンダードのようです。

自身の労働時間などに不満を感じられている方は、会社を変えてみたら自由度の高い働き方を得られるかもしれません。

今回の結果で、他社の状況が気になった方は、一度転職エージェントから情報を集めてみることをお勧めします。

当ブログの運営者は、2023年に転職エージェントを使用して研究職の転職に成功しました!

> 転職が決まりました。
> 次も同じ業界の研究開発職です。
> 環境もやることも変わりますが、次の場所でも楽しく働きたいです。
>
> ― とうや@食品メーカー研究職 (@NzXyZQDOCMpLgz5) January 31, 2023

私が使用した転職エージェント・転職サイト

私は、主に以下の2つを併用しました。

JACリクルートメント

（高年収のハイクラス転職を目指したい方）

JACリクルートメント

アカリクキャリア

（大学院卒の強みを生かした転職に特化）

【アカリクキャリア】

それぞれ用途が違うので、

両方に登録して、できるだけ早く話を聞いてみることをお勧めします!

登録と求人紹介はすべて無料です!

転職を希望している方もしていない方も、

早い段階で登録して自分の市場価値や転職可能性を知っておきましょう!

研究職も転職できる

著者は昨年、研究職→研究職の転職を実現しました。

今回の記事を読んで、環境を変えることを検討してもよいなと感じた方は、

私の転職体験談と、以下の記事をぜひ読んでみてください。

https://researcherinacompany.com/recruit-15