研究職は土日休み？残業少ない？研究職の皆様に聞きました

みなさま、残業時間は多いですか？土日祝の出勤は多いですか？

多い方も少ない方もいらっしゃると思います。

皆様の同僚も同じような状況かもしれません。

□

しかし、他の会社の社員も同じような状況か、聞いてみたことはありますか？

同じ研究職でも会社によって残業や休日出勤の状況が違う可能性もありますよね。

□

「同じ研究職でも、会社が違うと残業時間が違うのでは？」□

「うちの会社は労働時間や出勤日数の負担が大きすぎる気がする」

これらの質問は実際に誰かに聞いてみないと、自分の状況が普通なのか把握できません。

□

そこで私は

2023年4月に開始した研究職の働き方に関するアンケートの中で、この質問をしてみることにしました。

以下のリンクから、私のアカウントを見ることができます。

（ぜひフォローをお願いします！）

> 最近、転職先と前職で勤務ルールがあまりにも違い、毎日驚いています。
> どっちの会社のルールが世間の一般と近いのか興味が出てきたので、このアカウントを使って、皆様の企業の勤務ルールを聞き取るアンケートを始めました。
> しばらく続けますので、興味がある方はぜひ投票もお願いします！
>
> — とうや@食品メーカー研究職 (@NzXyZQDOCMpLgz5) April 12, 2023

実際に残業時間や土日祝の出勤についてもアンケートを取ってみたところ、結構多くの方から投票していただき、研究職のスタンダードを

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。

今回の回答を見ると、多くの方が平均30時間以内と答えており、研究職は残業が著しく多い職種ではない、と想像されます。

残業時間を含む勤務時間は、どのように記録されている?

先ほどの残業時間の回答を見て、こう思った方はいませんか?

「残業時間を正確に記録しないように、会社から指示されている人もいそう」

「サービス残業たくさんしている人もいるのでは? 」

たしかに、その可能性は否めません。

しかし近年、労働時間を正確に記録するツールが、各企業に導入されてきています。

・PCのログイン時間で、その人の勤務時間を測定する。

・会社の建物に入出する際にICカードが必要で、その記録時間を労働時間とみなす。

こんな感じの取り組みが広がっているようです。

上記のような仕組みを導入している会社では、

少なくともサービス残業が常態化しにくい仕組みになっているのでは? と想像されます。

そこで、

「自身の業務時間が自動で管理される仕組みは導入されていますか? 」

というアンケートをとってみました。

その結果が、こちら↓

企業の研究職の皆様、自身の業務時間が自動で管理される仕組み（*PC*ログイン時間記録、*IC*カードの入退室記録、など）は導入され

> 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