



Diary Mill

日記調査「年収1,000万円級ビジネスパーソンの1週間」

2005.01

ネットノワーチなら、マクロミル
in macromill

マクロミル日記調査「年収1,000万円級ビジネスパーソン」の1週間」をレポートするにあたって

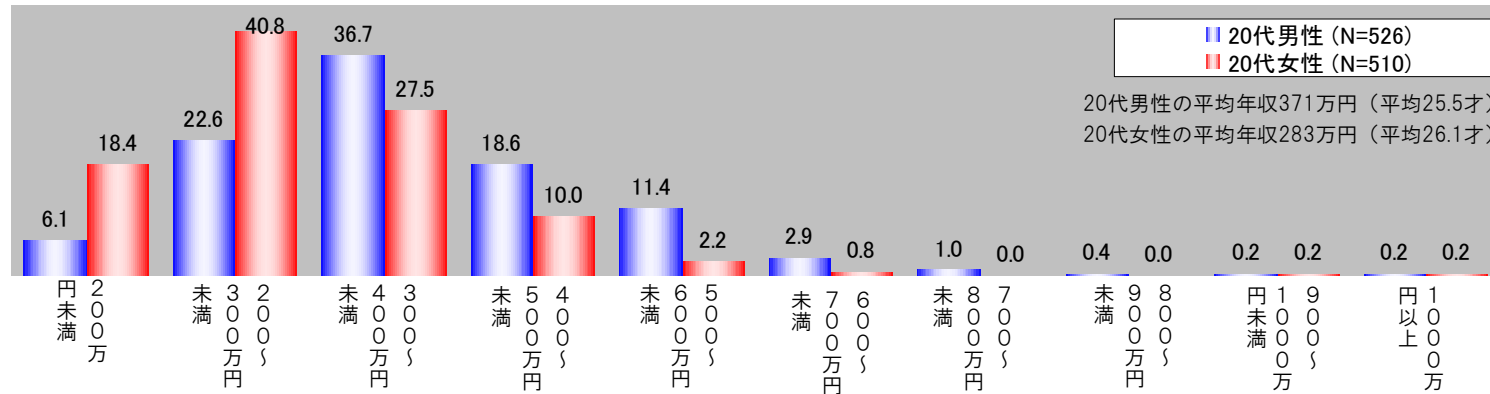
はじめに

収入は人生のものさしのひとつに過ぎないというものの、誰だって年収の高い人に憧れます。20・30代ビジネスパーソンの年収をリサーチしたところ、1000万円以上を手にした人はごく僅かでした。（下図をご参照ください）今回は、若くして早くも高年収を得た人に対して、1）どのようにしてお金持ちになれたのか 2）どんな生活を送っているのか1週間日記形式の調査を行いレポートしました。

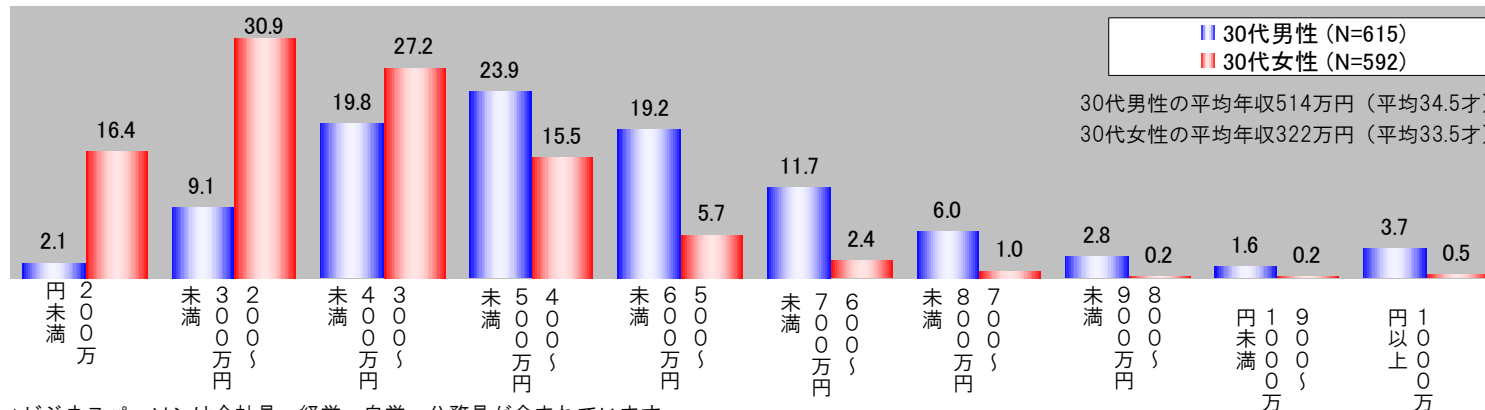
リサーチ結果の傾向（今回は定性調査を行いましたので、結果は傾向としてお考えください）

高年収を得た方法は転職・独立など様々でした。生活ぶりは決して派手な訳ではなく、ごく一般的な会社員と同様、もしくはそれ以下で、中にはコンビニ食・インスタント食が多い人もいました。しかし彼らに共通していたことは単にキャリアアップ中心の人生を送っている訳ではなく、仕事以外の家庭・健康・趣味・教養なども究めようとする志が強く、全て同時にアクションを起こす傾向が見られました。今回の調査結果が今後、高年収を目指す人のヒントになれば幸いです。

<20代ビジネスパーソンの年収>



<30代ビジネスパーソンの年収>



*ビジネスパーソンは会社員・経営・自営・公務員が含まれています。
パート、アルバイトは含まれておりません。

調査概要と目次


【調査概要】

調査対象：全国に居住する20代・30代のビジネスパーソン男女

調査方法：インターネットを用いた日記式調査

調査時期：2004年11月15日（月）～11月21日（日）の1週間

有効回答数：7

			ページ
ケース1		男性29才、マンションオーナーA氏、年収1000万円以上	3
ケース2		女性29才、外資系金融ウーマンB氏、年収1000万円以上	4
ケース3		男性29才、大手IT業界勤務C氏、年収950万円	5
ケース4		女性38才、サービス業勤務D氏、年収750万円	6
ケース5		女性32才、医薬業界MRのE氏、年収850万円	7
ケース6		男性29才、大手IT業界SEのF氏、年収1000万円以上	8
ケース7		男性35才、大手通信業界研究員G氏、年収1000万円以上	9

ケース1:男性29才、マンションオーナーA氏、年収1000万円以上

会社での生活が本当に合っていないと思うなら、 恐れずに飛び出す勇気が必要です



*写真はイメージです

職業

- ・職種：マンションオーナー、ライター、投資家
- ・個人年収：1000万円以上、週労働：3日

家族構成・居住形態

- ・未婚：未婚、恋人：いない
- ・家族構成：一人暮らし、居住地：東京都
- ・住居タイプ：持家（購入価格7000万円）
- ・クルマ：なし

趣味・メディア接触

- ・趣味：インターネット、映画
- ・よく読む雑誌：ZAI、日経ヘルス
- ・よく見るTV：海外ドラマ

高年収を得るまでの道のり

今の職業に携わったきっかけ

会社勤めが向いていないので個人でやろうと思いました。サラリーマンは儲からないので。個人でライターの仕事をやるようになり、儲かる様になりました。（転職回数3回）

ターニングポイント

全てが重なった為だと思います。生前贈与、土地が空いた事、資金も貯まった事等でマンションを1棟建てました。サラリーマン時代に副業として投資に関するライターの仕事にも関わり、マンションオーナーだけでなく、ライターでも稼げる自信が少しつきました。

今後の夢

儲ける事だけでなく、募金や寄付も惜しまずやりたいと思います。

一週間の過ごし方

週に3日労働で充分とのこと。食事はコンビニ買出しが多く、栄養面は充分なのか少し心配です。

曜日	起床	仕事	食事	帰宅	就寝	充実度
【月曜日】	8:30	10:00-17:00	17:00	20:00-21:30	23:30	8
仕事あり	起床・朝食（コンビニ） トマトジュース 納豆、冷凍ピラフ、紅茶	ライターの仕事 （自宅にて）	夕食（コンビニ） 豆乳、うどん、 おでん、ヤクルト ヨーグルト、お茶	ライターの仕事 （自宅にて）	就寝	今日の充実度 8 普段通りでしたが 充実していました。
【水曜日】	9:30	11:30	14:00-15:00	15:00-16:00	18:00	10
仕事なし	起床・朝食（コンビニ） 冷凍ピラフ、ミルミル トマトジュース、納豆 筑前煮、紅茶	株式投資（自宅にて） 無事に売却できた	TVゲーム	買い物	夕食 フィレオフィッシュ ポテト、即席ラーメン	今日の充実度 10 普段通り楽しかった
【日曜日】	8:30	13:30	18:00		01:51	9
仕事なし	起床・朝食（コンビニ） トマトジュース、ミルミル 納豆、冷凍ピラフ、紅茶	実家に行く 親とユニクロで買い物	友人と新宿で しゃぶしゃぶ食べ放題		就寝	今日の充実度 9 実家で親と会ったり 友人と会うなど慌し かったが満足できた

マンションオーナーのA氏から高収入を得るためのアドバイス

「会社での生活が本当に合っていないと思うなら、恐れずに飛び出す勇気が必要です。資金の面もありますが、得意な分野で仕事出来る様に心がければうまくいくと思います」とアドバイスをする金持ち父さんのA氏。1週間のライフスタイルを見ると、労働時間は少なく、自由奔放にも見えるが、サラリーマンを脱皮したからこそ実現できたこと。大切にしている家族や友人との関係も維持しつつ、短労働時間で高収入を得ている姿は、悩むサラリーマンに大きな勇気を与えます。

ケース2:女性29才、外資系金融ウーマンB氏、年収1000万円以上

人生全体の計画を立て、目標に向かって しっかり前進すること



*写真はイメージです

職業

- ・業界：大手外資系金融 企画職、課長クラス
- ・個人年収：1000万円以上、週労働：5日

家族構成・居住形態

- ・家族構成：夫、子供（2人）・居住地：東京都
- ・住居タイプ：賃貸マンション（家賃28万円）
- ・クルマ：日産マーチ（新車）

趣味・メディア接触

- ・趣味：読書、洋服を買うこと、映画鑑賞（DVD）
- ・閲読新聞：日経新聞、朝日新聞
- ・購読雑誌：VOGUE JAPAN、ELLE JAPON、Grazia、日経ビジネス、東洋経済、週刊ダイヤモンド
- ・よく見るTV：NHKニュース

高年収を得るまでの道のり

今の職業に携わったきっかけ

ヘッドハンティングで引き抜かれた。（転職回数1回）

ターニングポイント

キャリアアップできる企業に予定通り転職できたこと。このために前職時代から、転職を意識して、業務に取り組んだ。外資系企業とのパイプ・人脈づくりにも励んだ。

今後の夢

子供が元気に成長してくれること、家を購入すること

一週間の過ごし方

仕事、子育て、家事、ショッピングなど、すべてフルアクセル状態で進んでいます。

【月曜日】	仕事あり 5:40 起床・朝食 配偶者子供と	8:00~ 仕事	12:00 ホテルにてランチ クライアントと	18:00 終業。デパートでブラウス スカート購入。ついでに新作の口紅も。いい色で気に入った。	19:30 子供と夕食・団樂 早く帰れた日は子供たちと話すのが最高の息抜き。	22:00 仕事の整理 早く帰るには仕事を持ち帰らざるを得ない。	24:00 就寝	今日の充実度 6 ショッピングが出来、自分の時間がもてた。		
【金曜日】	仕事あり 5:40 起床・朝食 配偶者子供と	7:00~ 仕事	12:00 コンビニ弁当	20:00 終業、買い物 食材を買うつもりがワインも買う	21:00 夫・子供と夕食・TV	子供につられて何回も見た「もののけ姫」を見た。	24:30 就寝	今日の充実度 5 残業だったけど、土日休みだからいいか。		
【土曜日】	仕事なし 7:30 起床・朝食 子供と	9:00 掃除 洗濯	11:00 買い物（一人で） 冬物スーツ、靴など5万円購入	16:00 デパ地下で食材 とワインを購入 1万円	18:30~ 家族で夕食	19:30 子供たちと団樂	21:00 ダラダラTV	23:00 読書 平日は読む暇がない	24:30 就寝	今日の充実度 8 いつもは土曜出勤だが今日は休みで家族との時間もとれた。

外資系金融ウーマンのB氏から高収入を得るためのアドバイス

「人生全体の計画を立て、目標に向かってしっかり前進すること」とアドバイスする外資系金融ウーマンのB氏。前職時代からキャリアアップをイメージして業務に関わり、見事転職を成功させ現在の収入を得ました。仕事と家庭を両立させるために朝7:00から仕事を開始し、帰宅後は子供が寝た後に仕事を再開する工夫と行動力は見習う点が多数あります。

ケース3: 男性29才、大手IT業界勤務C氏、年収950万円

自分を探すには先人に見習うべし。尊敬できるメンターや先輩を見つけ、相談すべし



*写真はイメージです

職業
<ul style="list-style-type: none"> ・業界：大手IT業界、企画職、係長クラス ・個人年収：950万円、週労働：4日
家族構成・居住形態
<ul style="list-style-type: none"> ・既未婚：未婚、家族構成：両親と同居 ・恋人：いる、居住地：東京都、持家一戸建て ・クルマ：メルセデスベンツSLK230（中古）
趣味・メディア接触
<ul style="list-style-type: none"> ・趣味：ゴルフ ・ 閲読新聞：日経新聞 ・よく読む雑誌：日経ビジネス、週刊ダイヤモンド、トレンド、DIME、日経エンターテイメント ・よく見るTV：ワールドビジネスサテライト、ガイアの夜明け、ゴルフ番組全般

高年収を得るまでの道のり

今の職業に携わったきっかけ

グローバル企業で自分を試したかったのが、今の会社に就職した。（転職経験なし）

ターニングポイント

（当たり前ですが）いつも人付き合いを大切にしているので面白い仕事を与えられ、社内での信頼を得た。これが高年収につながった要因だと思います。確かに転職を通じて年収アップする人もいますが、今働いている会社内でうまくやって給料を上げるやり方もよいと思います。

今後の夢

海外に出て、「〇〇〇（C氏の名前）ここにあり」「〇〇〇は非常に尊敬でき、みんなを幸せにするオトコだ」と言われるようになること。

一週間の過ごし方

会社の人・親・恋人など、人とのコミュニケーションが豊富です。

【水曜日】	仕事あり 7:40 起床・朝食	8:30 喪中がきを作成	11:00~ 18:00 会社（フレックスタイム制） 終業 会社の親しい先輩と飲む	22:56 帰宅 明日のゴルフの準備	24:15 就寝	充実度7 先輩と語り、ゆっくりとした日を送れた。
【木曜日】	仕事なし 6:00 起床 朝食	9:00 父親とゴルフ	19:00 21:00 ゴルフから帰宅 親と夕食 猛烈な勢いでメールを返す	23:00 就寝	充実度3 スコアはまずまずだったが、一緒に回った人に不快なことを云われた。	
【日曜日】	仕事なし 9:00 起床 朝食	11:00 国立西洋美術館 彼女とデート マティスの絵を購入	14:30 17:30 アメ横をブラブラ スシを食べる	18:30 22:00 ラブホテルへ 帰宅 喪中がきを作成	23:15 就寝	充実度7 彼女とのんびりデートできた

IT業界勤務のC氏から高収入を得るためのアドバイス

「自分を探すには先人に見習うべし。尊敬できるメンター・先輩を見つけ、その人と色々議論をしたり相談したりすべきである」と自己啓発に余念がない！IT業界勤務のC氏。実際に尊敬する会社の先輩と飲みに行き、夢や目標について語り、生活の活力としています。平日にゴルフへ出かける時間を確保したり、親や恋人ともうまく付き合っているのは、人生のプランニングとコントロールがうまく出来ている証拠です。

ケース4:女性38才、サービス業勤務D氏、年収750万円

福利厚生やネームバリューを重視しないなら、大企業より中小の方が、いいこともある



*写真はイメージです

職業

- ・業界：中小サービス業、技術職、一般社員
- ・個人年収：750万円、週労働：5日

家族構成・居住形態

- ・未婚：未婚、家族構成：一人暮らし
- ・恋人：いる
- ・居住地：東京都、持家マンション（購入価格4000万円）、クルマ：なし

趣味・メディア接触

- ・趣味：舞台（演劇、ミュージカル、バレエ等）の鑑賞、読書、外為
- ・よく読む雑誌：シアターガイド、レプリーク
- ・よく見るTV：ニュース10、NHK夜の連続ドラマ

高年収を得るまでの道のり

今の職業に携わったきっかけ

前に勤めていた会社が、非常に忙しく身体をこわしたため（転職回数1回）

ターニングポイント

転職がターニングポイントだった。転職先の条件は労働時間が短いこと。年収は変わらなかったが、帰宅時間が早くなり、仕事で不得意の英語力を補う時間を確保している。

今後の夢

英語を自由に話せるようになること

一週間の過ごし方

帰宅後は毎日英語の勉強。一人暮らしですが毎食のメニューが豊富。一人でもミュージカル鑑賞を楽しんでいます。

【月曜日】	仕事あり	7:00 起床・朝食	8:50 通勤途中で コーヒー 仕事の段取り を考えること が出来た	9:10 出社	19:00 終業	20:00 NHK英会話	20:30 夕食 ロール キャベツ	TV見る ニュース10 NHK	24:00 就寝	充実度5 仕事で少し気分悪いことがあった。	
【金曜日】	仕事あり	7:00 起床・朝食	8:50 通勤途中で コーヒー	9:10 出社	17:00 終業		20:30 夕食 ひじきと 野菜炒め	21:00 英会話の 練習	TV見る ニュース10 NHK	01:00 就寝	充実度7 明日は休みなので金曜日は嬉しい。
【土曜日】	仕事なし			12:00 起床	13:00 掃除	17:00 ミュージカル見る (一人で)	21:30 夕食 栗おこわ から揚げ	22:00 英会話の練習		02:00 就寝	充実度10 今日観た舞台がとてもよかった

サービス業界勤務のD氏から高収入を得るためのアドバイス

「運もあると思いますが、諦めずに努力してほしいと思います。福利厚生やネームバリューをそう重視しないなら、年収は、大企業よりも、小さめの会社の方が、案外いいこともあります」とアドバイスするD氏。前職もほぼ同額の収入を得ていましたが、より労働時間が短い現在の会社へ移り、自由時間が増えました。30代で年収750万円は今回レポートした他の人と比べると低いですが、それでも30代女性の中ではトップ2%の高年収部類に入ります。

ケース5:女性32才、医薬業界MRのE氏、年収850万円

楽をしないでしんどいことを選べ。 健康なだけでもありがたいと思え



*写真はイメージです

職業

- ・業界：中堅医薬品業界、営業職、部長クラス
- ・個人年収：850万円、週労働：5日

家族構成・居住形態

- ・未既婚：未婚、家族構成：両親と同居
- ・恋人：いない
- ・居住地：大阪府、持家マンション クルマ：なし

趣味・メディア接触

- ・趣味：旅行、投資
- ・よく読む雑誌：デザインニュース、コスモポリタン、pen
- ・よく見るTV：ワールドビジネスサテライト、あるある大辞典、美しき日々、たかじん、せやねん

高年収を得るまでの道のり

今の職業に携わったきっかけ

社会に役立つ仕事をやりたいと学生時代から思っていた。専攻は薬学。

ターニングポイント

学生のころから描いていた「社会に役立つビジネスに携わりたいビジョン」を具体化し、継続できたことが成功の要因だと思います。転職は3回経験しましたが、新しい職場で人一倍頑張り、最近部長職を任せられたので年収がアップしました。

今後の夢

社会に役立つ仕事をし続ける

一週間の過ごし方

平日はバリバリ仕事、休日は自宅でのんびり過ごしています。

【月曜日】	仕事あり	7:30 起床・朝食	9:00 出社	得意先営業	13:00 昼食 一人で	得意先営業	21:00 取引先の パーティに 出席	24:00 帰宅	01:20 就寝	充実度9 仕事がうまく 進んだ	
【土曜日】	仕事なし	8:00 起床 朝食	8:30 せやねん 旅サラダ	10:30 入浴	12:00 TV たかじん胸 いっぱい	14:00 昼寝 少し時間を無駄 に過ごした	17:30 テレビ	19:00 夕食 親と	20:15 TV 弟など	03:30 就寝	充実度10 TV三昧。癒 された。
【日曜日】	仕事なし	10:30 起床・朝食		ダラダラTV・昼寝			20:15 TV「弟」		02:30 就寝	充実度5 だらだら過 ごしてし まった	

MRのE氏から高収入を得るためのアドバイス

「学校の勉強で基礎を築き、お金になる能力を磨く。楽をしないであえてしんどいことを選ぶ勇氣。健康なだけでもありがたいと思え。病気でできない人の分もがんばる気持ちが大切」とアドバイスするMRのE氏。学生のころから社会に役立つビジネスに携わる夢を実現させ、病院の現場で健康の大切さを改めて実感されました。平日の業務がしんどいせいか、土日はテレビ・昼寝三昧で改善の余地を感じているE氏ですが、仕事・収入には大変満足している様子です。

ケース6:男性29才、大手IT業界SEのF氏、年収1000万円以上

世の中は不平等である。情報は偏っているので、読書などで知識を得ることが重要



*写真はイメージです

職業

- ・職業：大手IT業界のSE
- ・個人年収：1000万円以上、週労働：5日

家族構成・居住形態

- ・未既婚：既婚、家族構成：妻と2人
- ・居住地：東京都、賃貸マンション（家賃17万円）
- ・クルマ：なし

趣味・メディア接触

- ・趣味：読書（金持ち本をよく読む）
- ・閲読新聞：日経新聞、日経金融
- ・よく読む雑誌：東洋経済、週刊ダイヤモンド、日経アソシエ
- ・よく見るTV：NHKニュース、NHKスポーツ、世界ふしぎ発見

高年収を得るまでの道のり

今の職業に携わったきっかけ

前職（金融業界）で海外勤務を経験し、今の仕事（SE）の幅の広さに魅力を感じた。

ターニングポイント

海外勤務時代に転職を考え、帰国後に実行したことがターニングポイントとなった。同じ金融会社で一生で働き続けるイメージが出来なかった。会社を設立してハッピー生活をする話の本を沢山読み勇気付けられたことも大きい。今の労働環境はハードだが、脱サラに向けてスキルを磨いている最中です。

今後の夢

会社を設立して、30代で年収1億円、40代で10億円を目指す。ハッピーリタイアでのんびりすごす

一週間の過ごし方

時間さえあれば読書です。

【月曜日】	仕事あり 8:00 起床・朝食 妻と	9:00 出社	18:30 終業	19:00 取引先と中華料理	22:00 帰宅	23:00 読書	24:00 就寝	充実度7 取引先との会食もうまく終えた
【木曜日】	仕事あり 8:00 起床・朝食 妻と	9:00 出社		19:00 残業メン		23:00 終業 23:30 読書	24:50 就寝	充実度4 仕事しかなかった
【日曜日】	仕事なし 9:00 起床・朝食	10:00 妻と食料品 買い物	12:00 昼食 妻と	13:00 企業家セミナー に出席	18:00 妻と夕食	22:00 読書	24:00 就寝	充実度7 セミナー参加でやる気出た

SEのF氏から高収入を得るためのアドバイス

「世の中は不平等である。情報は偏っているので、読書などで知識を得ることが重要」とアドバイスするF氏。40代で年収10億円得るために、平日は深夜残業をこなし、時間の合間を縫って読書をする生活パターンを送っています。人とのコミュニケーションは休日の企業家セミナーで同じ志を持つ仲間と行っている様子です。

ケース7: 男性35才、大手通信業界研究員G氏、年収1000万円以上

自分のスタンスをできるだけ早く確立すべし



*写真はイメージです

職業

- ・職種：大手通信会社、研究開発職、課長クラス
- ・個人年収：1000万円以上、週労働5日

家族構成・居住形態

- ・未婚：既婚、家族構成：妻と子供
- ・居住地：奈良県、持家一戸建て（6800万円）
- ・クルマ：トヨタクレスト、トヨタプレミオ

趣味・メディア接触

- ・趣味：読書
- ・閲読新聞：日経新聞
- ・よく読む雑誌：日経ビジネス、アルククラブ、日経コンピューター
- ・よく見るTV：ニュース、美の巨人たち

高年収を得るまでの道のり

今の職業に携わったきっかけ

学生時代、通信は伸びると考えて今の会社に就職。（転職経験なし）

ターニングポイント

研究員として日々、通信にかかわる専門分野の知識や資格取得に人一倍励んだ。また、経済・会計・語学など専門分野以外の事柄に対しても積極的に吸収していったことも大きい。

今後の夢

無名の金持ちになること。子供が元気に育つこと。

一週間の過ごし方

毎日朝から晩まで、休みの日も仕事です。

【月曜日】	仕事あり	6:30 起床 朝食	8:00~ 仕事			23:45 終業	01:00 夕食 カップ麺	02:00 就寝	充実度1 しんどい。
【木曜日】	仕事あり	6:30 起床 朝食	9:00~ 仕事			23:10 終業	24:30 夕食 カップ麺	03:15 就寝	充実度1 しんどい。
【日曜日】	仕事なし	9:00 起床・朝食 妻・子供と	10:00 掃除 義務ですから	15:00~ 子守・散歩	19:00 風呂・子供と リラックス	21:00-23:00 仕事		02:00 就寝	充実度4 子供と遊べたのが救い。

研究員のG氏から高収入を得るためのアドバイス

「自分のスタンスを早く確立すること」とアドバイスする研究開発職のG氏。学生～就職の際に通信業界を選び、企業の研究員として現在の地位を得ました。1週間の過ごし方を見ると、平日は朝から深夜までハードな労働が続き、休日は子供と遊ぶことで息抜きしていますが、夜はまた仕事に追われています。激務と引き換えに高収入を得ている様子が伺えますが、健康面や家族のことを考えると単純に高年収を得る仕事がいいのか考えさせられます。