

【2025年卒 インターンシップ・就職活動準備に関する調査】 インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの参加状況（9月時点）

学生が参加したインターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの件数全体のうち
「半日」と「1日」のプログラムが85.1%を占める

株式会社リクルート（本社：東京都千代田区 代表取締役社長：北村 吉弘）のより良い就職・採用の在り方を追究するための研究機関・就職みらい研究所（所長：栗田 貴祥）は、「2025年卒 インターンシップ・就職活動準備に関する調査」を実施しました。2023年9月時点の調査結果をまとめましたので、ご報告申し上げます。

2日以上プログラムに参加しなかった理由は「学業の都合で予定が合わなかった」が50.8%で最も高い



所長 栗田 貴祥

今回の調査では2025年卒学生のインターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの参加状況について調査しました。2022年6月に政府による「インターンシップの推進に当たっての基本的考え方」（三省合意）が改正され、インターンシップをはじめとしたキャリア形成支援に係る取り組みが4つに類型化されました。本調査では、オープン・カンパニー、キャリア教育、インターンシップを「インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム」として調査を行っています。まず、回答者のうち9月時点でインターンシップ等に参加した学生の割合は85.2%、平均参加社数は5.94社でした。参加件数全体におけるプログラム期間の割合は「半日」と「1日」で85.1%を占めました。2日以上プログラムに参加しなかった理由については、「学業の都合で予定が合わなかった」が50.8%で最も高い結果となりました。学生から寄せられたインターンシップ等に対するコメントでは、「学業や研究で忙しく、もっと効率よく参加したい」という意見や、実際に働いている方と話したい、自分の強み・長所・能力を見極めたい、就職後のキャリアモデルを知りたいといったさまざまな期待の声が聞かれました。今後も引き続きキャリア形成支援プログラムが開催される見込みです。限られた時間の中で、現在の自分に必要なことは何かを検討した上でキャリア形成支援プログラムを活用し、就職活動に向けた準備を進めていただきたいと思います。

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム 参加件数全体におけるプログラム期間の割合
(大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む/数値回答)

					(%)	
半日	1日	2日以上～ 5日未満	5日以上～ 2週間未満	2週間以上		1日以下 ・計
	56.9		28.2	10.4 3.7 0.8		85.1

調査概要

■2025年卒 インターンシップ・就職活動準備に関する調査

調査目的：2025年卒学生のインターンシップ・就職活動準備の現状を把握する

調査方法：インターネット調査

調査対象：『リクナビ2025』（※）会員より、2025年3月卒業予定の大学生および大学院生

調査期間：2023年9月20日～25日

回答者数：大学生 831人 大学院生 305人

集計方法：大学生については、性別、専攻、所属大学の設置主体を基に、実際の母集団の構成比に近づけるよう、文部科学省「学校基本調査」の数値を参照し、ウェイトバック集計を行っている

※リクナビ：株式会社リクルートが運営している、就職活動を支援するサイト

<https://job.rikunabi.com/2025/>

◀調査結果を見る際の注意点▶

- ・%を表示する際に小数点第2位で四捨五入しているため、%の合計が100%と一致しない場合がある
- ・データは無回答サンプルを除いて集計している
- ・2025年卒業を「2025年卒」と表記

◀調査の集計について▶

・「2023年9月時点での進路の志望状況」で①～⑥のいずれかを選択した回答者を「就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む」として集計する

■2023年9月時点での進路の志望状況（大学生／複数回答）

	n数	① まだ志望進路を決めていない	② 民間企業に就職したい	③ 公務員として就職したい	④ 教員として就職したい	⑤ 医師・ 歯科医師・ 看護師として 就職したい	⑥ 公務員・ 教員・医師・ 歯科医師・ 看護師以外で 民間企業では ない組織・団体 に就職したい	⑦ 起業したい	⑧ 大学院等へ 進学したい	⑨ 留学したい	⑩ 留年するので 卒業しない	⑪ その他
卒業後の志望進路	831	14.0%	75.4%	16.5%	4.0%	0.5%	3.1%	1.3%	8.9%	1.4%	0.4%	0.2%

■掲載内容

- P.4 インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムへの応募・参加割合
- P.5 インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムへの応募・参加状況
- P.6 インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに初めて応募した時期・初めて参加した時期
- P.7 2日以上プログラムに参加しなかった（できなかった）理由
- P.8 インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの期間別満足度
- P.9 インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの内容別参加日数
- P.10 インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの期間別良かった点
- P.11 インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに対して期待すること/不安に感じること

リクルートグループについて

1960年の創業以来、リクルートグループは、就職・結婚・進学・住宅・自動車・旅行・飲食・美容などの領域において、一人ひとりのライフスタイルに応じたより最適な選択肢を提供してきました。現在、HRテクノロジー、マッチング&ソリューション、人材派遣の3事業を軸に、60を超える国・地域で事業を展開しています。リクルートグループは、新しい価値の創造を通じ、社会からの期待に応え、一人ひとりが輝く豊かな世界の実現に向けて、より多くの『まだ、ここにいる、出会い。』を提供していきます。

詳しくはこちらをご覧ください。

リクルートグループ：<https://recruit-holdings.com/ja/> リクルート：<https://www.recruit.co.jp/>

(参考) キャリア形成支援に係る取り組みの4類型

類型	「インターンシップ」とは称さない		「インターンシップ」と称して実施	
	タイプ 1 オープン・カンパニー	タイプ 2 キャリア教育	タイプ 3 汎用的能力・専門活用型 インターンシップ ※1	タイプ 4 (試行) 高度専門型インターンシップ
目的	個社や業界に関する 情報提供・PR	働くことへの理解を深めるための教育	就業体験を通じて、学生にとっては自らの能力の見極め、企業にとっては学生の評価材料の取得	就業体験を通じて、学生にとっては実践力の向上、企業にとっては学生の評価材料の取得
対象	年次不問	年次不問	学部3・4年、修士1・2年、博士課程学生 (大学正課を除く)	修士課程、博士課程学生 ※詳細は下段の「主に想定されるもの」参照
主に想定されるもの	企業・就職情報会社や大学キャリアセンターが主催するイベント・説明会	・大学等が主導する授業・産学協働プログラム(正課・正課外を問わない) ・企業がCSRとして実施するプログラム	企業単独、大学等が企業あるいは地域コンソーシアムと連携して実施する、適性・汎用的能力ないしは専門性を重視したプログラム	・高度な専門性を重視した修士課程学生向けインターンシップ(仮称)(産学協議会で検討中) ・ジョブ型研究インターンシップ(自然科学分野の博士課程学生を対象に文科省・経団連が共同で試行中)
就業体験	なし	任意	必須 ①実施期間の半分以上の日数を職場での就業体験に充てる(就業体験要件) ②職場の社員が学生を指導し、学生に対しフィードバックを行う(指導要件)	必須
所要日数	超短期(単日)	授業・プログラムによって異なる	③汎用的能力活用型は5日間以上。専門活用型は2週間以上(実施期間要件)	・ジョブ型研究インターンシップ:長期(2カ月以上) ・高度な専門性を重視した修士課程学生向けインターンシップ(仮称):検討中
実施時期	学士・修士・博士課程の全期間。時間帯やオンラインの活用など、学業両立に配慮	学士・修士・博士課程の全期間。時間帯やオンラインの活用など、学業両立に配慮	④学業との両立の観点から、長期休暇期間(夏休み、冬休み、入試休み・春休み)(実施時期要件)。ただし、大学正課および博士課程は、長期休暇に限定されない	—
取得した学生情報の採用活動への活用	不可	不可	卒業・修了年次前年3月以降は広報活動に、卒業・修了年次6月以降は採用選考活動に使用可	卒業・修了年次前年3月以降は広報活動に、卒業・修了年次6月以降は採用選考活動に使用可

※1 タイプ3において、表中の①～④、並びに⑤情報開示要件(※2)の5つを満たしている場合、「インターンシップ」と称し、「産学協議会基準準拠マーク」を募集要項等に記載することができる。

※2 情報開示要件として、次の①～⑨に関する情報が募集要項などに記載されていることが求められる。

①プログラムの趣旨(目的)／②実施時期・期間、場所、募集人数、選抜方法、無給/有給等／③就業体験の内容(受け入れ職場に関する情報を含む)／④就業体験を行う際に必要な(求められる)能力／⑤インターンシップにおけるフィードバック／⑥採用活動開始以降に限り、インターンシップを通じて取得した学生情報を活用する旨(活用内容の記載は任意)／⑦当該年度のインターンシップ実施計画(時期・回数・規模等)／⑧インターンシップ実施に係る実績概要(過去2～3年程度)／⑨採用選考活動等の実績概要 ※企業による公表のみ

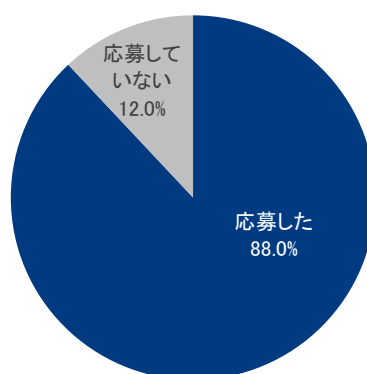
※産学協議会作成「何がかわるの? これからのインターンシップ」(https://www.keidanren.or.jp/policy/2022/039_leaflet2.pdf) P7～8などを基に就職みらい研究所にて作成

※出所 『就職白書2023』

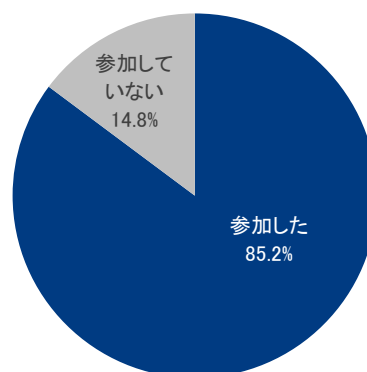
インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに参加した学生は85.2%

- ・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに応募した学生は就職意向者（まだ志望進路を決めていない含む）全体のうち88.0%であった。また、インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに参加した学生は就職意向者（まだ志望進路を決めていない含む）全体の85.2%であった。
- ・応募した学生のほとんどが、インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに参加している様子が見える。

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの応募割合 (大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む/単一回答)



■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの参加割合 (大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む/単一回答)



※「インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム」は、「オープン・カンパニー（企業が主催するイベント・説明会など）、キャリア教育（大学や企業による教育プログラムなど）、インターンシップ」である旨を明示して聴取している

インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムへの平均参加社数は5.94社

・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムへの平均応募社数は9.45社、平均参加社数は5.94社。

・プログラム期間別の参加状況を見ると、「半日」の割合が最も高く63.0%、次いで「1日」が51.2%だった。

・件数全体で見ても、学生が参加したインターンシップ等のキャリア形成支援プログラムのうち、「半日」の割合が56.9%、「1日」の割合が28.2%と、1日以下のプログラムが大半を占めた。

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの応募・参加状況
(大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む/数値回答)

	n数	経験割合(%)	平均数(社)
応募	801	88.0	9.45
参加	801	85.2	5.94

※平均社数の集計対象は、1社以上応募した学生（応募平均数）および1社以上参加した学生（参加平均数）

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムへのプログラム期間別参加状況
(大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む/数値回答)

	n数	経験割合(%)	平均数(件)
半日	801	63.0	4.69
1日	801	51.2	2.87
2日以上～5日未満	801	29.2	1.85
5日以上～2週間未満	801	15.9	1.20
2週間以上	801	3.5	1.23

※平均件数の集計対象は、1件以上参加した学生

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム 参加件数全体におけるプログラム期間の割合（再掲）
(大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む/数値回答)

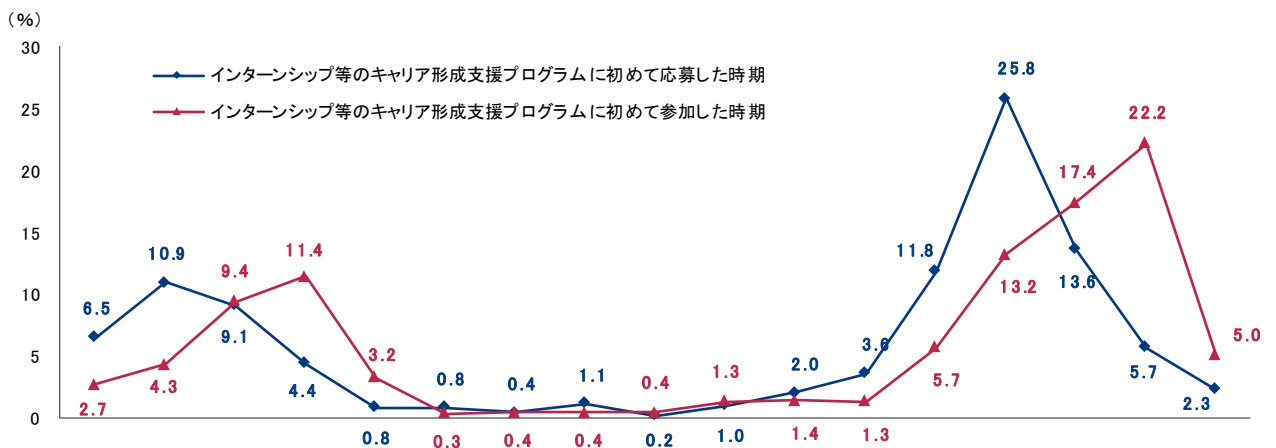
					(%)	1日以下 ・計
半日	1日	2日以上～ 5日未満	5日以上～ 2週間未満	2週間以上		
	56.9		28.2	10.4	3.7	85.1
					0.8	

※「インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム」は、「オープン・カンパニー（企業が主催するイベント・説明会など）、キャリア教育（大学や企業による教育プログラムなど）、インターンシップ」である旨を明示して聴取している

初めて応募した時期は2023年6月、初めて参加した時期は8月の割合が最も高い

- ・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに初めて応募した時期は2023年の6月が最も高かった。
- ・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに初めて参加した時期は2023年の8月が最も高かった。

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに初めて応募した時期・初めて参加した時期
 (大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム応募者および経験者/単一回答)



	2022年								2023年								
	5月以前	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに初めて応募した時期	6.5%	10.9%	9.1%	4.4%	0.8%	0.8%	0.4%	1.1%	0.2%	1.0%	2.0%	3.6%	11.8%	25.8%	13.6%	5.7%	2.3%
インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに初めて参加した時期	2.7%	4.3%	9.4%	11.4%	3.2%	0.3%	0.4%	0.4%	0.4%	1.3%	1.4%	1.3%	5.7%	13.2%	17.4%	22.2%	5.0%

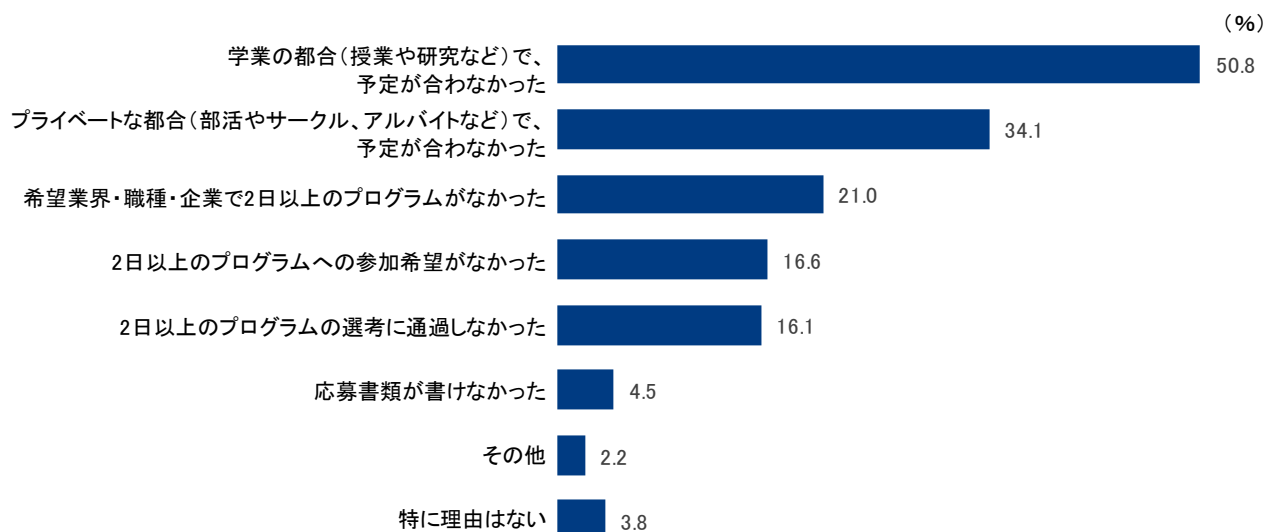
※「インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム」は、「オープン・カンパニー（企業が主催するイベント・説明会など）、キャリア教育（大学や企業による教育プログラムなど）、インターンシップ」である旨を明示して聴取している

「学業の都合で予定が合わなかった」が50.8%

- ・1日以下のプログラムのみに参加した学生に、2日以上プログラムに参加しなかった（できなかった）理由を聴取した。
- ・「学業の都合（授業や研究など）で、予定が合わなかった」が最も高く50.8%、次いで「プライベートな都合（部活やサークル、アルバイトなど）で、予定が合わなかった」が34.1%だった。他の予定との調整が難しく、2日以上プログラムに参加できない様子がかがえる。

■2日以上プログラムに参加しなかった（できなかった）理由

（大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む・1日以下のインターンシップ等のキャリア形成支援プログラムのみ経験者／複数回答）



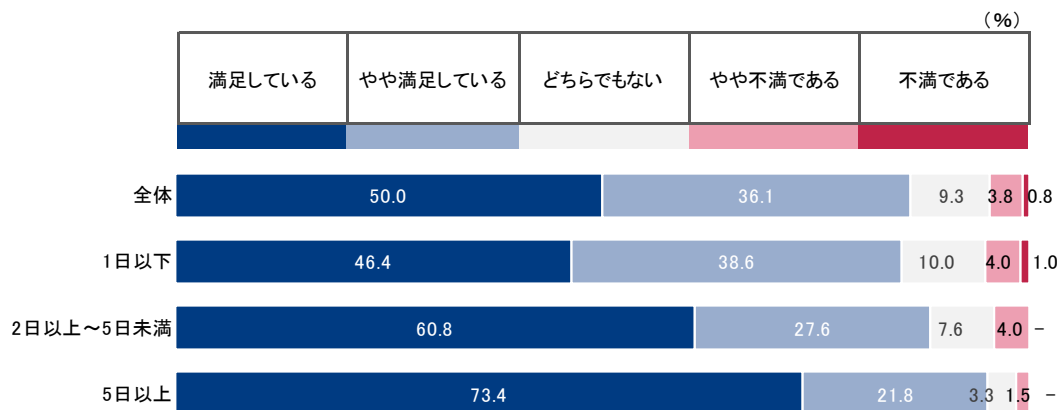
※「インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム」は、「オープン・カンパニー（企業が主催するイベント・説明会など）、キャリア教育（大学や企業による教育プログラムなど）、インターンシップ」である旨を明示して聴取している

より長い期間のプログラムの方が満足度が高い

・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの参加後の満足度について、「満足している」と回答した割合は全体で50.0%。プログラム期間別に満足度を見ると、期間がより長い方が「満足している」と回答した割合が高い。

■ インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム期間別満足度

(大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム経験者／インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム参加企業最大5社分についてそれぞれ単一回答で聴取したものを合計)



※n数：全体：2,492、1日以下：2,024、2日以上～5日未満：301、5日以上：167

※「インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム」は、「オープン・カンパニー（企業が主催するイベント・説明会など）、キャリア教育（大学や企業による教育プログラムなど）、インターンシップ」である旨を明示して聴取している

業務の一部を経験できるようなプログラム内容で、2日以上の方が割合が相対的に高い

・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム内容別に参加日数を聴取すると、「業種や企業の説明を受ける」「直接社員に質問できる質問会など」「就職活動の仕方やノウハウを学ぶ」の順で「1日以下」の割合が高かった。

・一方、「仕事をしている社員に同席あるいは同行する」「アルバイトやパートタイマーが行う業務の一部を経験する」「社員の補助的な業務の一部を経験する」といった業務の一部を経験できるプログラムで「2日以上～5日未満」と「5日以上」が相対的に高かった。

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの内容別参加日数

(大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム経験者／インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの参加企業について最大5社分をそれぞれ単一回答で聴取したものを合計)

	(%)		
	1日以下	2日以上～5日未満	5日以上
全体	81.2	12.1	6.7
業種や企業の説明を受ける	83.3	10.5	6.2
直接社員に質問できる質問会など	81.2	11.4	7.4
就職活動の仕方やノウハウを学ぶ	78.1	12.6	9.4
自己分析をする	76.1	15.9	8.1
新規事業についてワークやディスカッションなどをする	72.4	18.4	9.3
社会的な課題やテーマについてワークやディスカッションなどをする	71.6	19.1	9.4
社員の基幹的な業務の一部を経験する	65.9	19.7	14.4
職場や工場の見学	58.5	17.8	23.7
社員の補助的な業務の一部を経験する	53.8	20.4	25.8
アルバイトやパートタイマーが行う業務の一部を経験する	52.3	15.1	32.6
仕事をしている社員に同席あるいは同行する	46.6	24.4	29.0

※「1日以下」の数値の大きい順に掲載、「その他」は除く

※集計軸（インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの内容）は、プログラムの参加企業について最大5社分をそれぞれ複数回答で聴取したものを合計

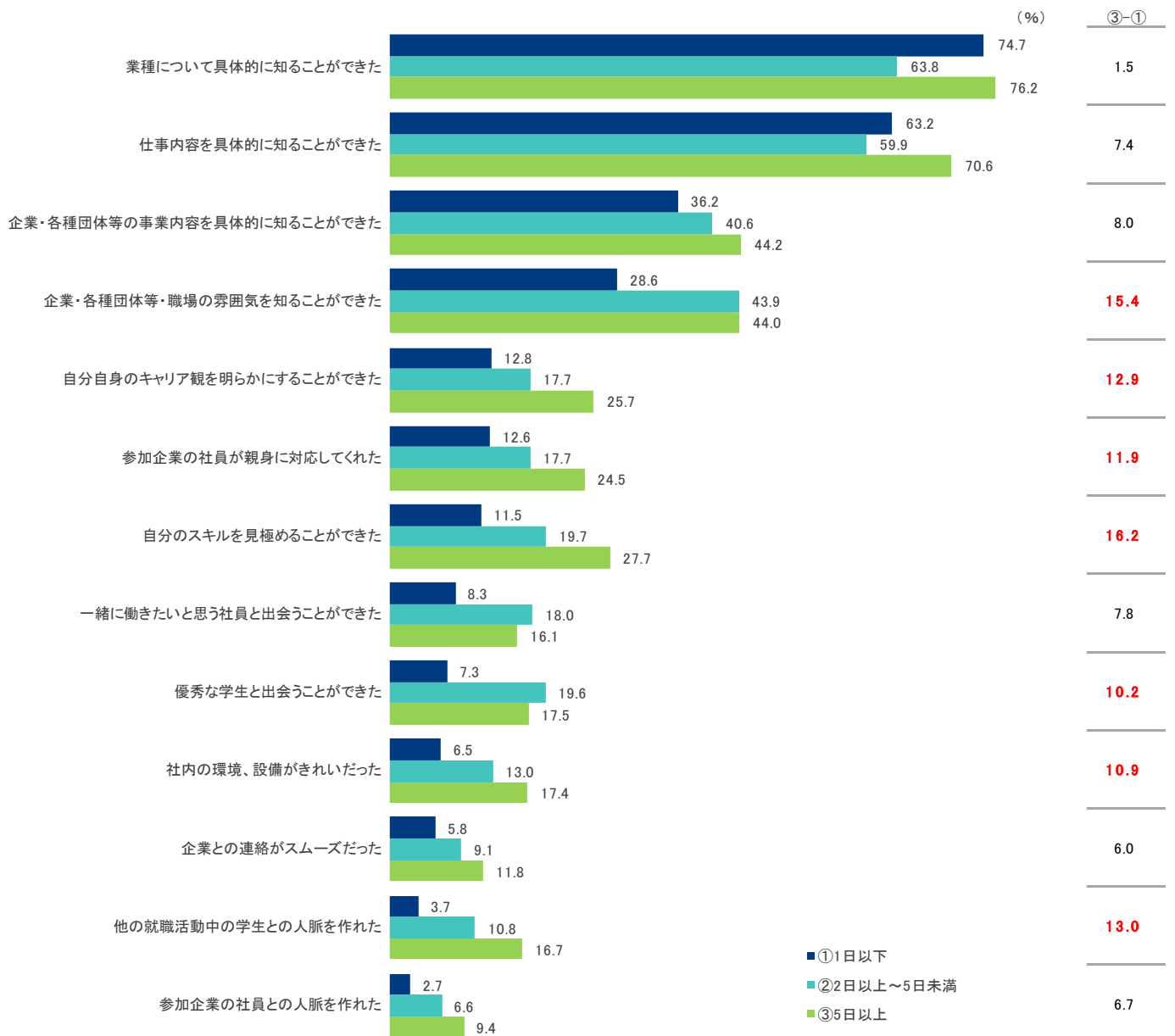
※「インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム」は、「オープン・カンパニー（企業が主催するイベント・説明会など）、キャリア教育（大学や企業による教育プログラムなど）、インターンシップ」である旨を明示して聴取している

参加して良かった点は、ほとんどの項目で「5日以上」のプログラムがより高い割合

・参加したインターンシップ等のキャリア形成支援プログラムについて、それぞれの良かった点を聞くと、「業種について具体的に知ることができた」「仕事内容を具体的に知ることができた」はプログラムの参加期間にかかわらず約6～7割だった。職場の雰囲気を知る、スキルを見極めるなどの項目は、「1日以下」と比べて「5日以上」の割合が高く、15ポイント以上の差があった。

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム期間別良かった点

(大学生・就職意向者 まだ志望進路を決めていない含む・インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム経験者／インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの参加企業について最大5社分をそれぞれ複数回答で聴取したものを合計)



※10ポイント以上の差（ポイント）を赤字で表記、「1日以下」での数値の大きい順に掲載、「その他」「良かった点はなかった」を除く

※集計軸（インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムの期間）は、プログラムの参加企業について最大5社分をそれぞれ単一回答で聴取したものを合計

※「インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム」は、「オープン・カンパニー（企業が主催するイベント・説明会など）、キャリア教育（大学や企業による教育プログラムなど）、インターンシップ」である旨を明示して聴取している

期待することはリアルな情報、不安に感じることは学業との両立や本選考への影響

・学生にインターンシップ等に対して期待することについて聴取すると、ネットでは得られないようなリアルな情報を入手すること、自分の強みや就職後のキャリアモデルをイメージすることなどが挙げられた。また、インターンシップ等に対して不安に感じることは、学業との両立の難しさ、本選考への影響、適性を見極められるかどうかなどが挙げられた。

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに対する期待（大学生・大学院生／自由回答）

コメント	大学種別	文理・性別	インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム参加社数
実際の社風や現場で働いている方々のお話を聞きたいです。また、職場の動画などあれば嬉しいです。	大学院生	理系女性	15
自分の能力を見極め、仕事内容が自身の望みと合致しているか確かめたい。	大学生	文系男性	2
自己分析などではあまり実感することができないような自分の強みや長所を見つけられること。	大学生	文系男性	14
就職した後の数年後、数十年後のキャリアモデルを知りたい。	大学生	理系男性	0
夏インターンから採用直結の企業もあれば、そうでない企業もあるが、それが示されていないので企業側の目的が良い学生を見極めているのか、単に色々な学生に来てもらいたいのか前もってわからないため、わかるようになったら嬉しいです。	大学院生	理系男性	2
実際の職場体験を通じ、雰囲気や働き方を模索出来るプログラムが展開されること。	大学生	理系男性	4
ネットやパンフレットなどでは分からないような情報や、実際に働いている方と話す機会、就活のアドバイスをいただきたいです。	大学生	文系女性	2

■インターンシップ等のキャリア形成支援プログラムに対する不安（大学生・大学院生／自由回答）

コメント	大学種別	文理・性別	インターンシップ等のキャリア形成支援プログラム参加社数
インターンシップにたくさん参加しても業界を絞ったりやりたいことを見つけたりすることができず、これからどのようにインターンシップの参加経験を活かせば良いのかわからない。	大学生	文系女性	30
職種への適性がわからない。研究の都合上夏のインターンシップにはほとんど参加できなかったため、今後に影響しないか心配である。	大学院生	理系女性	4
他の学生さんがどのような進捗で進めているかわからない。いろいろな企業を比べたいとはいえ、1Dayのインターンのみに参加しているのは少数派な気がする。また、未だ希望業種が確定しておらず、一般的には参加が遅い方ではないかと不安である。	大学院生	理系女性	4
インターンシップで悪い印象を残すと、本選考で容赦なく落とされそうな点。	大学生	文系男性	5
自分のキャパが足りていないように感じる。学業や研究で忙しく、もっと効率よく参加したい。	大学院生	文系女性	15
授業との折り合いがつかず、参加できなかった分不利になってしまうのではないかと焦り。	大学生	文系女性	1