



2025年7月14日
パーソルキャリア株式会社

日本経済新聞×Job 総研『2025年 職場会議の実態調査』を実施 7割が不満「聞くだけはコスト」 出社組で顕著も“理想は対面” ～出社回帰で7割が変化実感 ハイブリッド時代の“対話価値”に共感～

転職サービス「doda」などを提供するパーソルキャリア株式会社が運営する調査機関『Job総研』は、日本経済新聞社と共同で「2025年 職場会議の実態調査」を実施しました。本調査は476人の社会人男女を対象に、会議形態の変化や会議への不満、また会議の理想と実態に加え、会議室への不満や使い方を調査したものです。



【会議のあり方】

コロナ終息以降、これまでテレワークが認められていた企業においても出社回帰が進む中、会議のあり方にも変化が見られています。過去のJob 総研調査でも「2025年は出社回帰が進む」(※1)「夏は出社を希望する」(※1)人が多く、オフィスに人が戻る兆しが強まっていますが、注目すべきは会議のあり方の変化です。テレワーク中心の時代には、オンライン会議による時間・空間の自由度が注目されましたが、出社が進む今、会議の目的や形態などの設計や、会議室不足といった物理的な課題が再浮上していると考えられます。このような状況で社会人の会議に対する意識や実態はどのように変化しているのでしょうか。

Job 総研では日本経済新聞社と共同で、476人の社会人男女を対象に、会議形態の変化や会議への不満、また会議の理想と実態に加え、会議室への不満や使い方を調査した「2025年 職場会議の実態調査」を実施しました。

【調査概要】

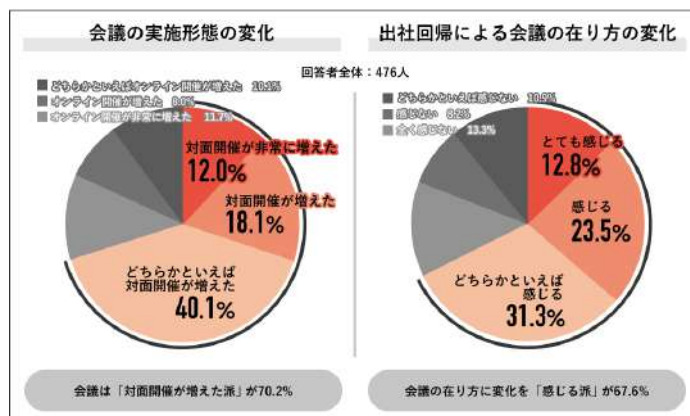
調査対象者：現在就業中のJobQ Town（ジョブキュータウン）登録者
調査条件：全国／男女／20～50代
調査期間：2025年6月11日～6月16日
有効回答数：476人
調査方法：インターネット調査

【TOPICS】

- ・全体の70.2%が会議の実施形態が「対面開催が増えた」 67.6%が出社回帰によって会議に「変化を感じる」
- ・全体の68.7%が会議に「不満あり」 対面不満は「共有で終わる」 オンライン不満は「対面との温度差」
- ・全体の62.8%が理想の実施形態は「対面」 頻度・時間・人数において理想と実態に乖離あり
- ・対面参加を選びたいくなるのは「アイデア出し・議論」 オンライン参加を選びたいくなるのは「一方的な共有」
- ・全体の72.6%が会議室不足 「数の少なさ」などの不満あり 39.3%が「会議以外でも会議室を利用」

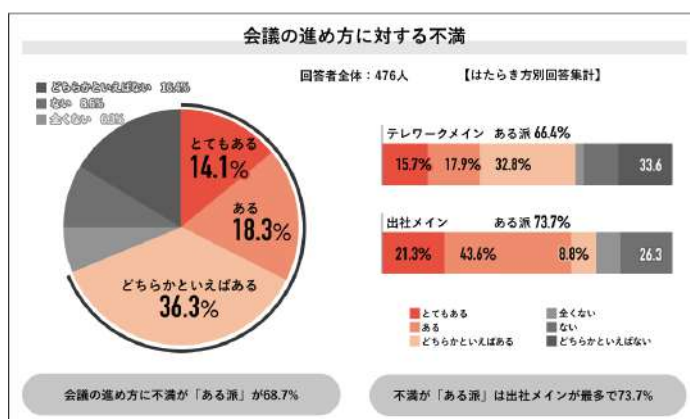
【会議の実施形態の変化】

回答者全体の476人に会議の実施形態の変化を聞くと、「対面開催が増えた派」が70.2%で過半数を占め、内訳は「対面開催が非常に増えた」が12.0%、「対面開催が増えた」が18.1%、「どちらかといえば対面開催が増えた」が40.1%となりました。出社回帰による会議の在り方の変化を聞くと、「感じる派」が67.6%で過半数を占め、内訳は「とても感じる派」が12.8%、「感じる」が23.5%、「どちらかといえば感じる」が31.3%となりました。



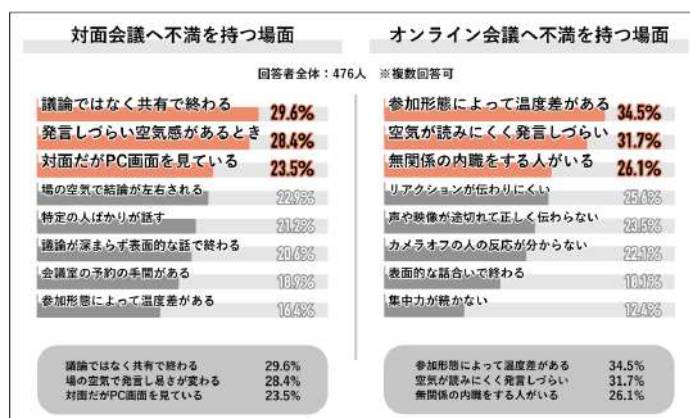
【会議への不満】

回答者全体の476人に会議の進め方に対する不満を聞くと、「ある派」が68.7%で過半数を占め、内訳は「とてもある」が14.1%、「ある」が18.3%、「どちらかといえばある」が36.3%となりました。はたらき方別回答では、「出社メイン」の不満が73.7%、「テレワークメイン」の不満が66.4%でした。



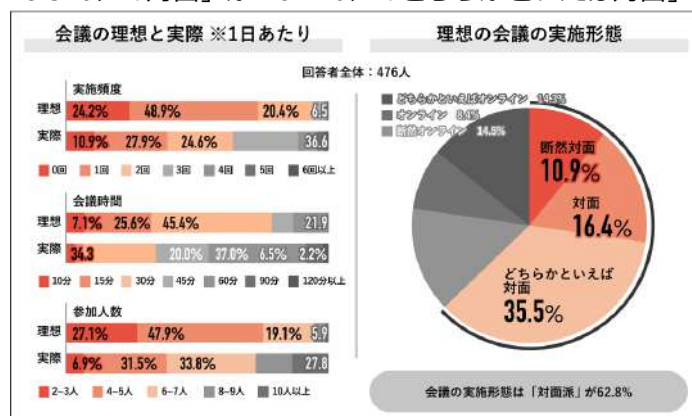
【対面・オンライン会議への不満】

回答者全体の476人に対面会議へ不満を持つ場面を聞くと、「議論ではなく共有で終わる」が29.6%で最多となり、次いで「発言しづらい空気感があるとき」が28.4%、「対面だがPC画面を見ている」が23.5%となりました。オンライン会議へ不満を持つ場面を聞くと、「参加形態によって温度差がある」が34.5%で最多となり、次いで「空気が読みにくく発言しづらい」が31.7%、「無関係の内職をする人がいる」が26.1%となりました。



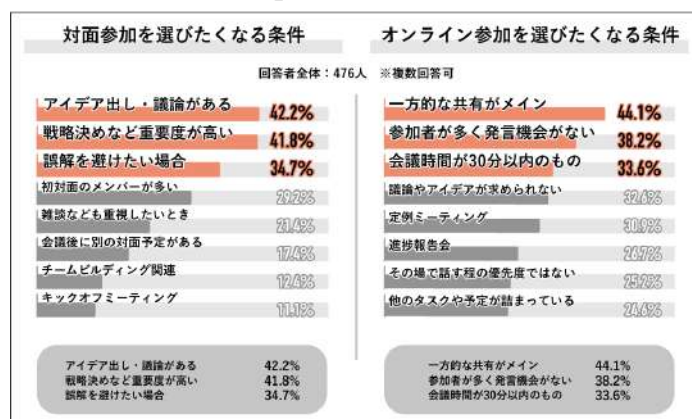
【会議の理想と実態】

回答者全体の476人に会議の頻度について聞くと、実施頻度・会議時間・参加人数全ての項目において理想と実態に乖離があり“多さ・長さ”を感じている状況です。会議の理想の実施形態を聞くと、「対面派」が62.8%で過半数を占め、内訳は「断然対面」が10.9%、「対面」が16.4%、「どちらかといえば対面」が35.5%となりました。



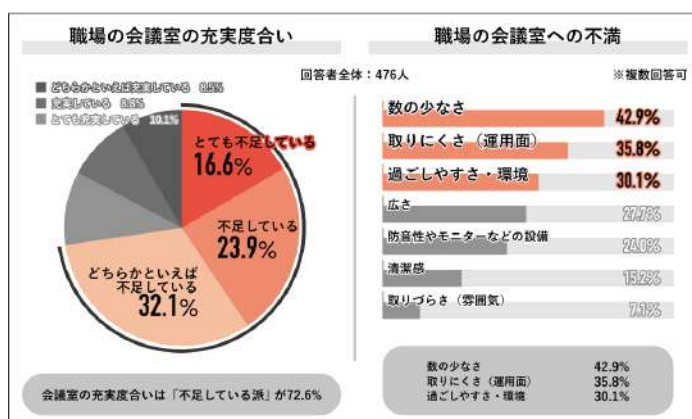
【対面とオンライン参加の境界線】

回答者全体の476人に対面参加を選びたくなる条件を聞くと、「アイデア出し・議論がある」が42.2%で最多となり、次いで「戦略決めなど重要度が高い」が41.8%、「誤解を避けたい場合」が34.7%となりました。オンライン参加を選びたくなる条件を聞くと、「一方的な共有がメイン」が44.1%で最多となり、次いで「参加者が多く発言機会がない」が38.2%、「会議時間が30分以内のもの」が33.6%となりました。



【会議室の不足状況と不満】

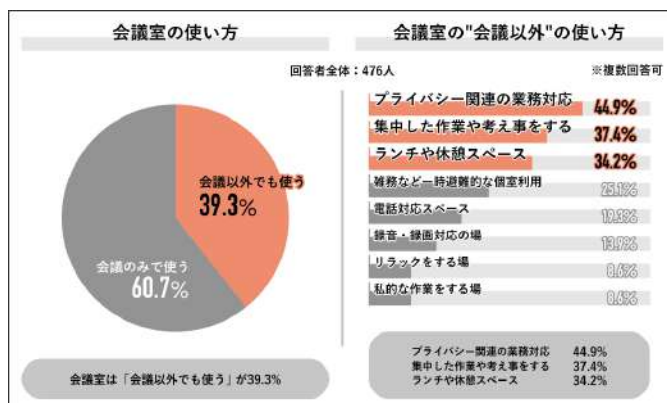
回答者全体の476人に職場の会議室の充実度合いを聞くと、「不足していると思う派」が72.6%で過半数を占め、内訳は「とても不足していると思う」が16.6%、「不足していると思う」が23.9%、「どちらかといえば不足していると思う」が32.1%となりました。また、職場の会議室への不満を聞くと、「数の少なさ」が42.9%で最多となり、次いで「取りにくさ（運用面）」が35.8%、「過ごしやすさ・環境」が30.1%となりました。



(※2)集計データの詳細は別紙「2025 年 職場会議の実態調査 報告書」をご参照ください

【会議室の使い方】

回答者全体の476人に会議室の使い方を聞くと、「会議以外でも使う」が39.3%で、「会議のみで使う」が60.7%となりました。また、会議室の"会議以外"の使い方を聞くと、「プライバシー関連の業務対応」が44.9%で最多となり、次いで「集中した作業や考え事をする」が37.4%、「ランチや休憩スペース」が34.2%となりました。



【回答者自由記述コメント】

対面会議・オンライン会議ともに無駄だと感じる瞬間のコメントが多く集まりました。

■オンラインで無駄を感じる瞬間

- ・ニュアンスが伝わらない瞬間。だったら対面で誤解なくスムーズに伝える方がいい
- ・大事な内容なのに発言・リアクションの取りにくさがあったので、むしろ無駄に感じた
- ・アイディア出しなのにオンライン開催だった。みんな発言しづらそうで結局案は出なかった
- ・音声だの電波だの「聞こえますか」のやり取りが発生しているとタイムロスしている気持ちになる

■対面で無駄を感じる瞬間

- ・理由もなく対面マストの会議は移動に時間がかかる。会議で仕事したと満足する年配者もいて困る
- ・20名の上層部が報告だけの会議で召集されており、コストをかけていることに疑問を持った
- ・会議室の移動で遅刻者がいる時。逆に、対面参加が多い会議でオンラインに繋ぐ際に手間が発生する
- ・せっかく対面で参加しているのに、発表者がPCを見て話していると出社した意味を感じにくい

※無駄だと感じる会議^(※2)に関するコメントは「JobQ Town」にて確認いただけます。<https://job-q.me/29197>

【調査まとめ】

今回実施した「2025年 職場会議の実態調査」では、出社回帰の流れを受けて、会議の在り方も変化している実態が見えました。特に注目すべきは、出社・テレワーク両派に共通して7割が会議の進め方に不満を抱いているものの、対面開催を希望する本音が見られた点です。不満は出社をしている派で顕著で、対面会議では「議論ではなく共有のみ」「場の空気で発言しづらい」「結局PC画面を見ている」といった声があり、オンラインでは「温度差がある」「空気が読みにくい」「内職をしている人がいる」などの不満が挙がりました。さらに理想と実態の乖離も顕著で、頻度・時間・参加人数において、「多すぎる・長すぎる」と感じる傾向が強く表れました。この結果から、開催形態ではなく、目的の共有やゴールを設定するなど「会議の質」が重要であると考えられます。どのような形態でも目的が曖昧なままでは「無駄な会議」^(※2)となり得るため、一人ひとりが会議における自身の役割や積極的な発言を意識することで、意義のある会議へと変えていくことが必要でしょう。また、会議室に関して「部屋数の少なさ」「予約の取りづらさ」などの課題も顕在化しました。「プライバシー対応」「集中作業」「ランチや休憩」など、多目的スペースとして利用する実態も明らかになったことから、今後は「会議室」という名称や設計自体を見直し、個別作業や柔軟なはたら方に応える空間設計が求められる可能性が考えられます。

対面会議は帰属意識の向上や信頼関係の構築に有効、だからこそ対面開催の希望者が多いと考えられる一方で、出社には時間やコストも伴います。対面で集まる意味やそこから得られる価値を明確にし、組織内で共有することが必要だとも考えられますが、開催形態に捉われるのではなく「なぜ今この会議が必要か」「どの会議形態が目的達成に最適か」を問い直すことで、今後の会議文化の見直しの可能性が見える調査結果となりました。

「明日の常識を、ココから。」をコンセプトとする『Job 総研』では、世の中で当たり前とされている事を疑い、はたらき方に関連する様々な調査を実施してまいります。そしてリアルで透明度の高い情報を発信することで、個が活躍する社会の実現に向けて貢献してまいります。



**パーソルキャリア株式会社 Job 総研 PR 担当
高木 理子（たかぎ りこ）**

2020 年からのインターンを経て 2022 年に新卒入社。コンテンツマーケティンググループ所属後、2023 年に広報へ異動し"はたらく社会人"を中心に様々な観点から意識や行動などについて調査研究を実施する Job 総研にて調査研究を担当。Job 総研を通して「社会とつながる」を個人のビジョンに掲げ、市場の現状と未来を分析し、社会へ発信することではたらく社会人や就活生の選択機会に貢献する事を目的として活動している。

■(※1) **2025 年 出社に関する実態調査（2025 年 1 月 27 日公開）**

<https://jobsoken.jp/info/20250127/>

■(※1) **2025 年 夏のはたらき方実態調査（2023 年 6 月 23 日公開）**

<https://jobsoken.jp/info/20250623/>

■(※2) **2025 年 職場会議の実態調査 報告書（本調査）**

「無駄だと感じる会議」の回答結果や同調査の属性の詳細は、下記報告書よりご確認ください

<https://job-q.me/articles/15839>

■ **Job 総研について** < <https://job-q.me/categories/job-souken> >

『Job 総研』は今後もキャリアやはたらくに関する調査を続けるだけでなく、調査で拾いきれない「社会・企業・個人」3つの観点からの声を収集することで、これまで以上に確立した取組を行ってまいります。その手段として、アンケート調査によって明らかにした事実をもとに、はたらく現場でのリアルな疑問を収集し、それに対する個人の回答も収集します。そして世の中で当たり前とされている事を疑い、明日の常識をココから見つけられるコンテンツとしての情報発信をしてまいります。

■ **JobQ Town について** < <https://job-q.me/> >

「あなたが知りたい"はたらく"は誰かが知っている」をコンセプトに運営する JobQ Town の累計登録者数は 40 万人を超え、キャリアや転職に関する情報交換と相談ができるサービスです。具体的な企業名を検索して、現役社員や元社員による口コミだけではなく、仕事全般に関する悩みや就職・転職への不安など漠然とした内容も含まれ、匿名によるユーザ同士でコミュニケーションを取りながら、より良い選択をつくる場になっています。

■ **JobQ Town"職場"に関する Q&A**

<https://job-q.me/tags/22101>

■ **パーソルキャリア株式会社について** < <https://www.persol-career.co.jp/> >

パーソルキャリア株式会社は、**一人々に「はたらく」を自分のものにする力を**をミッションとし、転職サービス「doda」やハイクラス転職サービス「doda X」を通じて人材紹介、求人広告、新卒採用支援などを提供しています。2022年5月にはプロフェッショナル人材の総合活用支援ブランド「HiPro」を立ち上げ、副業・フリーランス領域にも本格参入。グループの総力をあげて、これまで以上に個人の「はたらく」にフォーカスした社会価値の創出に努め、社会課題に正面から向き合い、すべての「はたらく」が笑顔につながる社会の実現を目指します。

当社のミッションについて : https://www.persol-career.co.jp/mission_value/

報道関係者様お問い合わせ先 パーソルキャリア株式会社 JobQ 部 PR 担当：高木 理子

Tel・Fax：03-6757-4266 携帯：070-3180-4798

Mail：pr-contact@persol.co.jp

※現在主にテレワークでの勤務形態をとっておりますので、誠に勝手ながらお問い合わせは携帯電話かメールにてお願い致します