



2025年7月22日
パーソルキャリア株式会社

Job 総研『2025年 社会人のキャリア観調査』を実施
新卒時の期待とギャップ実感 7割も「自分の仕事に誇り」の声
～8割が“経験”に肯定感 背景に AI 時代の将来性懸念～

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、421人の社会人男女を対象に「2025年 社会人のキャリア観調査」を実施しました。本調査は、新卒時のキャリアの理想と現在のギャップ、また、自身の仕事を次世代に残したいか・やって良かったか、そして今後のキャリアへの考え方を調査したものです。



【キャリア観の変化】

物価高や不安定な国際情勢を背景に、社会全体には依然として不安や課題が色濃く残っています。こうした状況だからこそ、Job 総研では、社会人のキャリアやキャリア観に関する調査を通じて、はたらく人々に光を当て、社会に前向きな視点を提供したいと考えました。AIの進化により、仕事そのものの存続やはたらき方、キャリア観への関心は高まり続けています。そうした中、社会人のキャリア観はどのように変化しているのでしょうか。また、新卒時に抱いていた期待と現在との間にどのようなギャップがあるのでしょうか。

Job 総研では421人の社会人男女を対象に、新卒時のキャリアの理想と現在のギャップ、また、自身の仕事を次世代に残したいか・やって良かったか、そして今後のキャリアへの考え方について「2025年 社会人のキャリア観調査」を実施しました。

【調査概要】

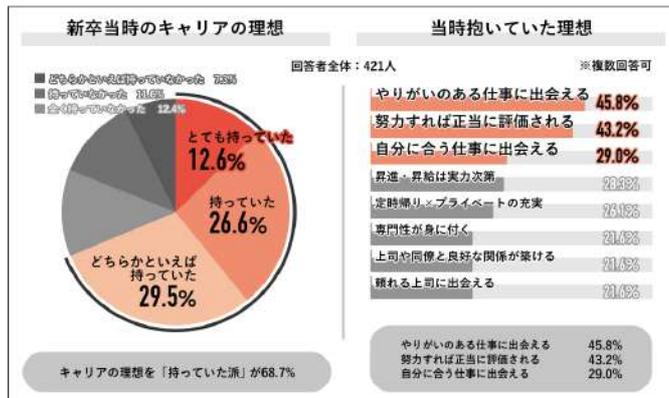
調査対象者：現在就業中のJobQ Town（ジョブキュータウン）登録者
 調査条件：全国／男女／20～50代
 調査期間：2025年7月2日～7月7日
 有効回答数：421人
 調査方法：インターネット調査

【TOPICS】

- ・全体の68.7%が当初「やりがいのある仕事に出会える」「努力すれば正当に評価される」などの理想あり
- ・全体の76.2%が当時と現在にギャップを実感 転職回数別では2～3回の層で顕著
- ・全体の79.5%が過去の仕事を「経験して良かった」 全体の65.1%がその仕事を「次世代にも残したい」
- ・残したい理由は「社会貢献実感があるから」 残したくない理由は「AIなどにより将来が不透明だから」
- ・全体の42.5%が今の仕事を「5年以上」継続予定 転職・異動を考える派も存在

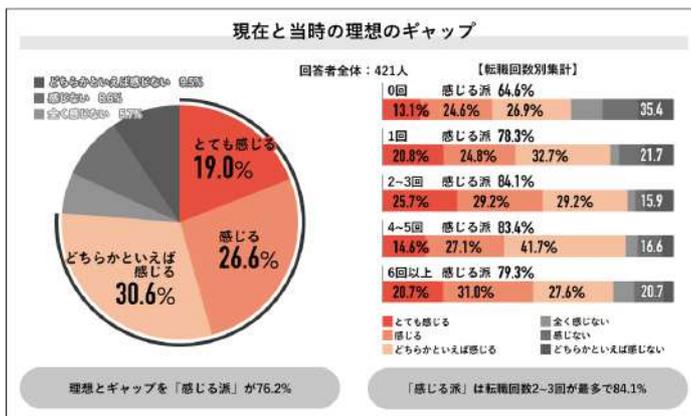
【新卒時の理想】

回答者全体の421人に新卒時のキャリアの理想有無を聞くと、「持っていた派」が68.7%で多数派となり、内訳は「とても持っていた」が12.6%、「持っていた」が26.6%、「どちらかといえば持っていた」が29.5%となりました。また、当時抱いていた理想を聞くと、「やりがいのある仕事に出会える」が45.8%で最多となり、次いで「努力すれば正当に評価される」が43.2%、「自分に合う仕事に出会える」が29.0%となりました。



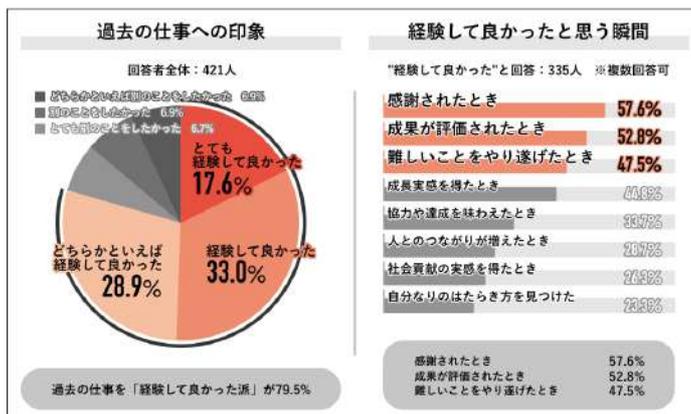
【当時と現在とのギャップ】

回答者全体の421人に現在と当時の理想のギャップを感じるか聞くと、「感じる派」が76.2%で過半数を占め、内訳は「とても感じる」が19.0%、「感じる」が26.6%、「どちらかといえば感じる」が30.6%となりました。転職回数別では、「2~3回」が84.1%で最多となり、次いで「4~5回」が83.4%、「6回以上」が79.3%、「1回」が64.6%、「0回」が64.6%となりました。



【経験して良かった仕事】

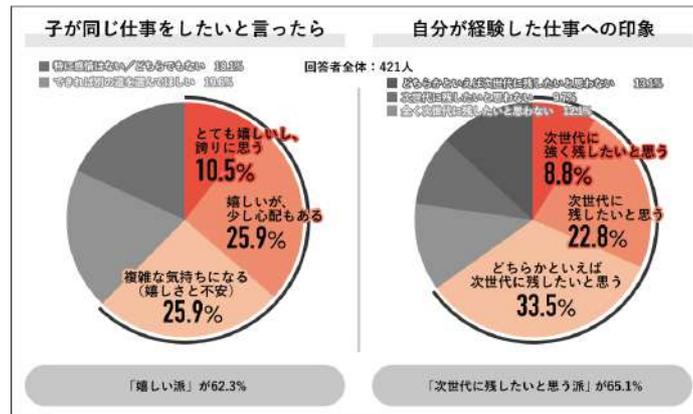
回答者全体の421人に過去の仕事について聞くと、「経験して良かった派」が79.5%と過半数を占め、内訳は「とても経験して良かった」が17.6%、「経験して良かった」が33.0%、「どちらかといえば経験して良かった」が28.9%となりました。経験して良かったと回答した335人にその瞬間を聞くと、「感謝されたとき」が57.6%で最多となり、次いで「成果が評価されたとき」が52.8%、「難しいことをやり遂げたとき」が47.5%となりました。



(※1)集計データの詳細は別紙「2025年 社会人のキャリア観調査 報告書」をご参照ください

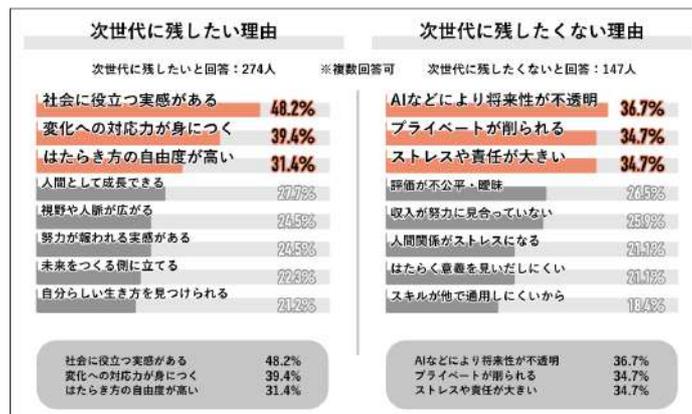
【自身の仕事を次世代に残したいか】

回答者全体の421人に、もし自分の子が「将来同じ仕事をしたい」と言ったら？と聞くと、「嬉しい派」が62.3%で多数派となり、内訳は「とても嬉しいし、誇りに思う」が10.5%、「嬉しいが、少し心配もある」が25.9%、「嬉しさと不安が入り混じる複雑な気持ちになる」が25.9%となりました。自分が経験した仕事について聞くと、「次世代に残したいと思う派」が65.1%で多数派となり、内訳は「次世代に強く残したいと思う」が8.8%、「次世代に残したいと思う」が22.8%、「どちらかといえば次世代に残したいと思う」が33.5%となりました。



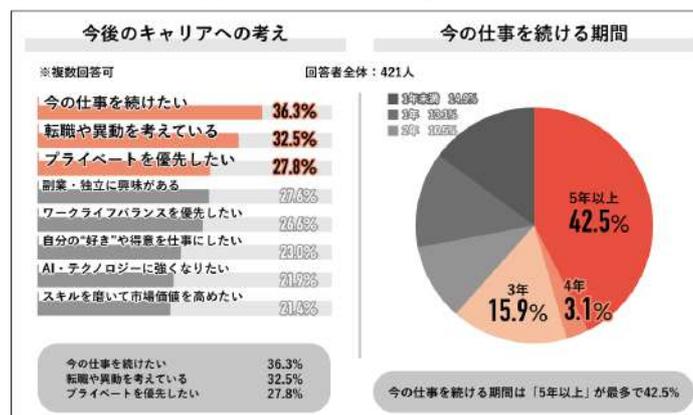
【次世代に残したい理由】

次世代に残したいと回答した274人にその理由を聞くと、「社会に役立つ実感がある」が48.2%で最多となり、次いで「変化への対応力が身につく」が39.4%、「はたらき方の自由度が高い」が31.4%となりました。次世代に残したくないと回答した147人にその理由を聞くと、「AIなどにより将来性が不透明」が36.7%で最多となり、次いで「プライベートが削られる」「ストレスや責任が大きい」が同率で34.7%となりました。



【今後のキャリアへの考え】

回答者全体の421人に今後のキャリアへの考えを聞くと、「今の仕事を続けたい」が36.3%で最多となり、次いで「転職や異動を考えている」が32.5%、「プライベートを優先したい」が27.8%となりました。また、今の仕事を続ける期間を聞くと、「5年以上」が42.5%で最多となり、「3年」が15.9%、「1年未満」が14.9%となりました。



【回答者自由記述コメント】

キャリアや仕事に関するポジティブなコメントが多く集まりました。

- ・自分がいることでたくさんの人に笑顔を届けられる仕事が自分にとって天職と思う
- ・私は小さな頃からの夢である仕事をする事ができています。ずっとこの仕事を続けたいです
- ・上司に励まされて以降、挑戦を恐れず行動する姿勢が自分の仕事観の軸となった
- ・今は50代前半だが、これから会社人生の集大成に向けて転職したいと思っている
- ・営業職です。人と話して商品に商品以上の付加価値がついたときにはやりがいをととても感じます

※その他、キャリア観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/29279>

【調査まとめ】

今回実施した「2025年 社会人のキャリア観調査」では、約7割が新卒時に理想とするキャリアを持っていたと回答しました。多くは「やりがいのある仕事に出会える」「努力すれば正当に評価される」「自分に合う仕事を見つけられる」といったポジティブな期待を抱いており、仕事に対して前向きな理想像を持っていたことがわかります。しかし、当時の理想と現在の状況にギャップを感じる人は約8割にのぼり、理想と現実の差に直面している社会人の多さが浮き彫りとなりました。こうしたギャップの背景には、職場の人間関係や評価制度、業務量の偏りなどに課題があり、制度面でも時代とのずれが影響していると考えられます。

それでも、過去経験した仕事については8割が「経験してよかった」と回答しており、「もし自分の子どもが将来、同じ仕事をしたいと言ったら」という問いに対して、6割が「嬉しい」と回答しています。内訳を見ると「誇りに思う」「嬉しいが少し心配」「嬉しさと不安が入り混じる」となっており、仕事に対する肯定感とともに、現実の厳しさも実感している様子がうかがえます。また、自分が経験してきた仕事を「次世代に残したい」と考える人も6割にのぼりました。その理由では「社会貢献の実感」「変化への対応力が身につく」「はたらき方の自由度が高い」などの前向きな要素が挙げられた一方で、AIや新技術の発達により「将来性が不透明」「プライベートが削られる」「ストレスや責任が大きい」など、現代のはたらき方に内在する課題も見逃せないポイントとして指摘できます。これは仕事に対する誇りと同時に、その持続可能性への懸念も抱えているという、社会人のリアルな意識を映し出しています。

今後のキャリアへの意向では「今の仕事を続けたい」が最多でしたが、「転職や異動」「プライベート優先」を考える回答も一定数見られました。今の仕事を「5年以上」続ける派が最多の一方で、「1年未満～3年」と回答した人もおり、長期的なキャリア形成よりも、状況に応じた柔軟なはたらき方を志向する人も一定数存在すると考えられます。現代のキャリア観は、「1つの仕事を長く続けること」だけを価値とするのではなく、ライフステージに応じてはたらき方を柔軟に変えることができる多様な選択肢が、今後ますます求められていくでしょう。

本調査では、理想と現実の間で葛藤しながらも、自らの仕事に意味や誇りを見出し、その価値を次世代に引き継ぎたいと思う社会人の姿が浮かび上がりました。はたらく上での様々な課題に直面しながらも、経験や成果から得た実感は強く、仕事が単なる労働ではなく、自分らしさや社会とのつながりを実感できる場であることを再確認できる内容となりました。今後は、こうした多様なキャリア観を尊重し、柔軟で持続可能なはたらき方を支える環境整備が、企業や社会に求められていくと考えられ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 社会人のキャリア観調査 報告書（本調査）

報告書では、同調査の属性やその他設問の回答結果をより詳細にご確認いただけます

<https://job-q.me/articles/15842>

■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”はたらき方・キャリア”に関するQ&A

<https://job-q.me/categories/career>

■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