パーソル キャリア
PERSOL

NEWS RELEASE

明日の常識を、ココから。
Job総研

2026 年 11 月 16 日
パーソルキャリア株式会社

Job 総研『2026 年 忘年会意識調査』を実施

脱・飲み会支持 8 割　若者の”飲みべ”健在も　薄れる気遣い文化

～交流目的に 6 割が必要性実感も　“酒席に自由度”求める声～

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、462人の社会人男女を対象に「2026年 忘年会意識調査」を実施しました。本調査では、職場の忘年会の開催状況や参加意欲、参加・不参加の理由、交流したい相手や他世代への気遣い、忘年会文化の必要性、不要な飲み会文化や新たに求められる飲み会文化について年代別に調査しました。



【変化するはたらく環境と職場忘年会】

Job総研が2025年に実施した「忘年会意識調査」(※1) では、約7割が職場忘年会を開催し、参加意欲がある人も約6割、20代の参加意欲は3年連続で最多となりました。出社とテレワークを組み合わせたはたらき方も広がるなか、対面で顔を合わせる価値も高まっていると考えられる一方で、物価高による費用負担の増加に加え、職場での言動への配慮がより求められるようになるなど、職場の飲み会を取り巻く環境は大きく変化しています。忘年会シーズンを間近に控えるいま、はたらく人は職場の忘年会や飲み会文化をどのように捉えているのでしょうか。また、職場の忘年会に求めるかたちはどのように変化しているのでしょうか。

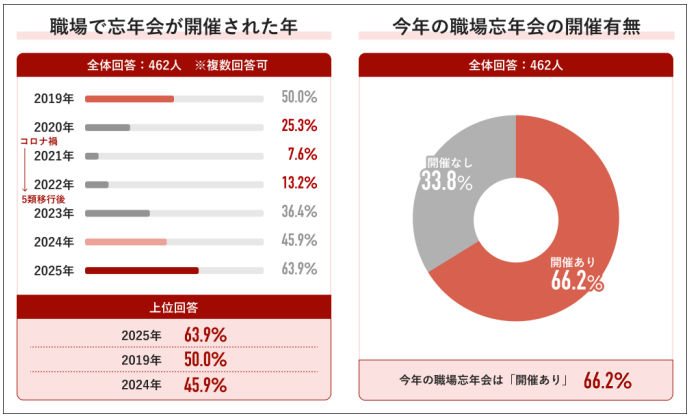
Job総研では462人の社会人男女を対象に、職場の忘年会の開催状況や参加意欲、参加・不参加の理由、交流したい相手や他世代への気遣い、忘年会文化の必要性、不要な飲み会文化や新たに求められる飲み会文化について年代別に明らかにした「2026年 忘年会意識調査」を実施しました。

【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　：2026年10月21日～10月27日
有効回答数：462人
調査方法　：インターネット調査

【TOPICS】
・全体の66.2%が今年の職場忘年会「開催あり」　参加したい派は58.1%　20代の参加意欲4年連続最多
・参加したい理由は「メンバーとの関係構築」　したくない理由は「プライベート優先したい」が1位
・全体の60.4%が忘年会文化は「必要」　理由は「対面の交流が重要と感じる」　交流したい相手は「先輩」
・不要な飲み会文化は「上司にお酒を注ぐ」「席順」　新文化は「乾杯からノンアル」「一次会で解散」が上位
・全体の79.8%が「飲み会形式でなくていい」　理由は「飲まない人も参加しやすい」

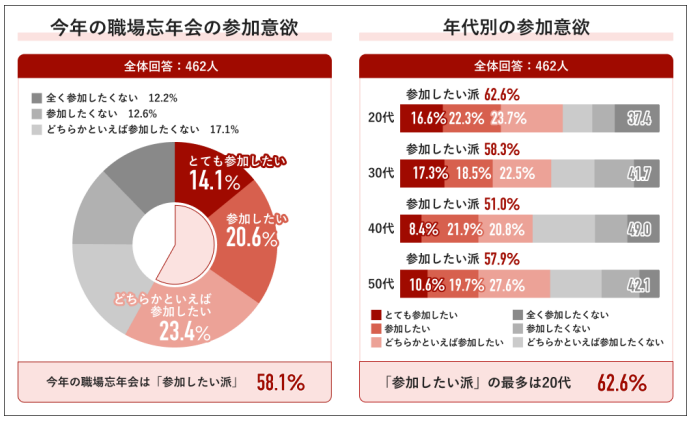
【職場忘年会の開催年と今年の開催有無】

回答者全体の 462 人に職場で忘年会が開催された年を聞くと、コロナ禍前の 2019 年では 50.0%だったものが、コロナ禍の 2021 年には 7.6%まで減少。2022 年は 13.2%と微増、5 類移行後の 2023 年は 36.4%、2024 年は 45.9%と回復し、2025 年には 63.9%とコロナ禍前の水準を上回りました。また、今年（2026 年）の職場忘年会の開催有無では「開催あり」が 66.2%、「開催なし」が 33.8%となりました。



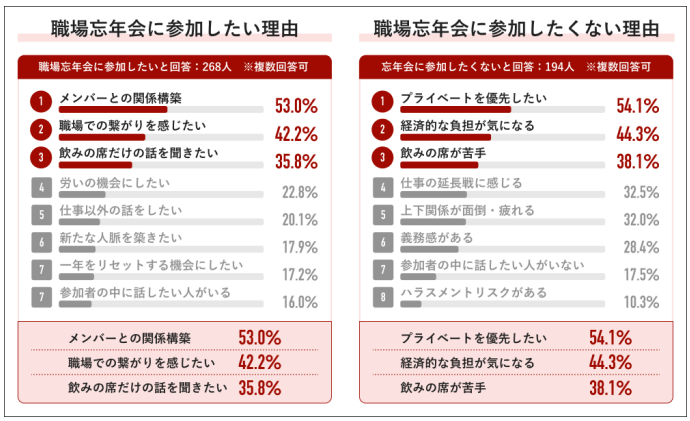
【今年の職場忘年会の参加意欲と年代別意欲】

回答者全体の 462 人に、今年（2026 年）職場忘年会が開催される場合の参加意欲を聞くと、「参加したい派」が 58.1%で過半数を占め、内訳は「とても参加したい」が 14.1%、「参加したい」が 20.6%、「どちらかといえば参加したい」が 23.4%でした。年代別の参加意欲では 20 代の「参加したい派」が 62.6%で最多となり、次いで 30 代が 58.3%、50 代が 57.9%、40 代が 51.0%の結果になりました。



【参加したい理由と参加したくない理由】

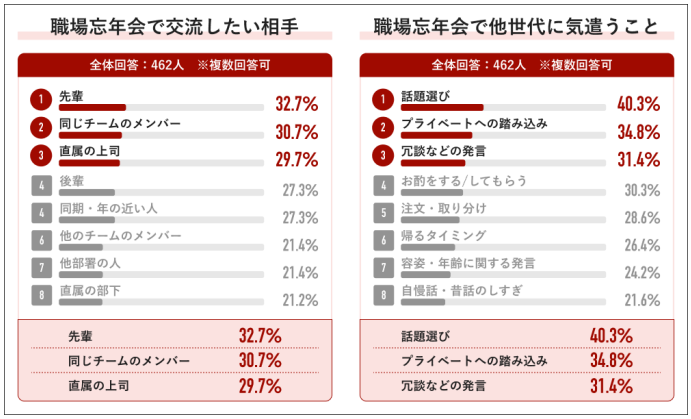
今年、職場忘年会に参加したいと回答した 268 人にその理由を聞くと、「メンバーとの関係構築」が 53.0%で最多となり、次いで「職場での繋がりを感じたい」が 42.2%、「飲みの席だけの話を聞きたい」が 35.8%となりました。また、参加したくないと回答した 194 人にその理由を聞くと、「プライベートを優先したい」が 54.1%で最多となり、次いで「経済的な負担が気になる」が 44.3%、「飲みの席が苦手」が 38.1%となりました。



(※2)年代別データの詳細は別紙「2026 年 忘年会意識調査 報告書」をご参照ください

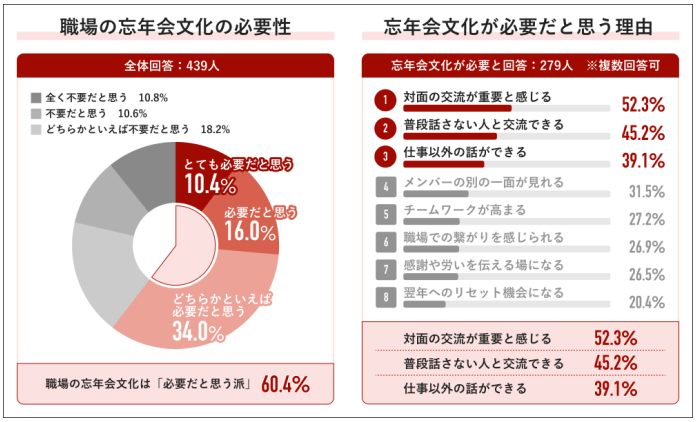
【忘年会で交流したい相手と他世代への気遣い】

回答者全体の 462 人に、職場忘年会で特に交流したいと思う相手を聞くと、「先輩」が 32.7%で最多となり、次いで「同じチームのメンバー」が 30.7%、「直属の上司」が 29.7%となりました。また、職場忘年会で他世代に気を遣うことを聞くと、「話題選び」が 40.3%で最多となり、次いで「プライベートへの踏み込み」が 34.8%、「冗談などの発言」が 31.4%となりました。



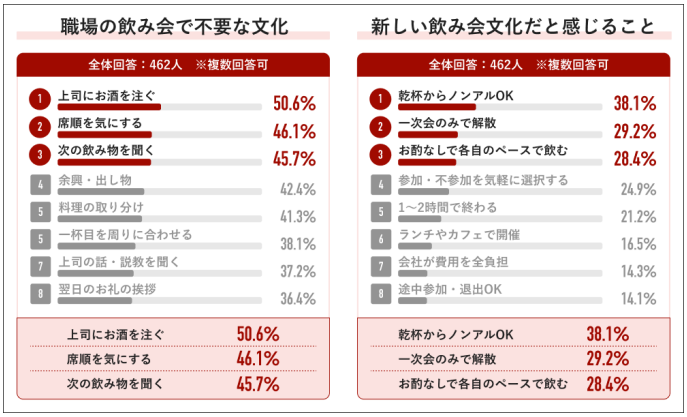
【忘年会文化の必要性とその理由】

回答者全体の 462 人に、職場の忘年会文化は必要だと思うかを聞くと、「必要だと思う派」が 60.4%で過半数を占め、内訳は「とても必要だと思う」が 10.4%、「必要だと思う」が 16.0%、「どちらかといえば必要だと思う」が 34.0%でした。必要だと思うと回答した 279 人にその理由を聞くと、「対面の交流が重要と感じる」が 52.3%で最多となり、次いで「普段話さない人と交流できる」が 45.2%、「仕事以外の話ができる」が 39.1%となりました。



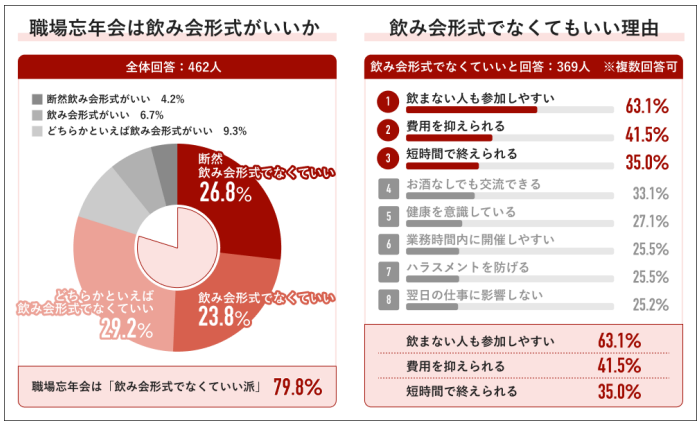
【不要だと思う飲み会文化と新しい飲み会文化】

回答者全体の 462 人に、職場の飲み会で不要だと思う文化を聞くと、「上司にお酒を注ぐ」が 50.6%で最多となり、次いで「席順を気にする」が 46.1%、「次の飲み物を聞く」が 45.7%となりました。また、新しい飲み会文化だと感じることを聞くと、「乾杯からノンアル OK」が 38.1%で最多となり、次いで「一次会のみで解散」が 29.2%、「お酌なしで各自のペースで飲む」が 28.4%となりました。



【飲み会形式について】

回答者全体の 462 人に、職場忘年会は”飲み会形式”がいいかを聞くと、「飲み会形式でなくていい派」が 79.8%となり、内訳は「断然飲み会形式でなくていい」が 26.8%、「飲み会形式でなくていい」が 23.8%、「どちらかといえば飲み会形式でなくていい」が 29.2%でした。飲み会形式でなくていいと回答した 369 人にその理由を聞くと、「飲まない人も参加しやすい」が 63.1%で最多となり、次いで「費用を抑えられる」が 41.5%、「短時間で終えられる」が 35.0%となりました。



【回答者自由記述コメント】

これまでの忘年会での気遣い文化の見直しに関するコメントが集まりました。

・指定席やお酌が当然だった世代から見ると、場所や時間を工夫する時代に変わったと感じる
・お酒をグラスに注ぐことや、若手が幹事や料理の取り分けなど、仕事の延長のようで疲れる
・以前は上司や先輩に気を使うのに不参加にしづらかったが、自由さが増し参加しやすくなった
・若手の頃は幹事ばかりで楽しむ余裕がなかった。今は自由参加の一次会だけで気楽でちょうどいい
・ある程度自由さがあり、アルコールが苦手な人でも参加のハードルが低いことが大事だと思う

【調査まとめ】

Job 総研が実施した「2026 年 忘年会意識調査」では、今年の忘年会実施率は 7 割弱、参加意欲がある人は 6 割弱となりました。年代別で見ると、20 代の参加意欲は 4 年連続で最多となるものの、年代間の差は昨年より縮まっています。参加したい理由は昨年に続き「メンバーと関係構築」となり、新たに「職場での繋がりを感じたい」が上位に入りました。一方、参加したくない理由では、昨年同様「プライベートを優先したい」に加え「経済的な負担が気になる」が 2 位になるなど、物価高が参加意欲に影響している可能性も見えています。職場の忘年会文化を必要だと思う人は約 6 割となり、その理由は「対面の交流が重要と感じる」が最多となりました。こうした結果の背景の 1 つに、出社とテレワークを組み合わせたハイブリッド勤務の浸透があると考えられます。減少した対面での交流や、職場の繋がりを感じられる機会として、忘年会に価値を見出す人がいるのではないでしょうか。

2023 年にも調査した”不要だと思う飲み会文化”を今年も聞くと、「上司にお酒を注ぐ・席順を気にする・次の飲み物を聞く」が上位となり、長年ビジネスマナーの一つとされてきた慣習を不要と感じる人が引き続き多いことがわかります。また、他世代への気遣いでは「話題選び」が最多となりました。職場の忘年会は交流を深める場である一方、ハラスメントへの配慮や世代間の価値観の違い、適度な距離感などを意識している様子もうかがえます。新しい飲み会文化としては「乾杯からノンアル OK・一次会で解散・各自のペースで飲む」が上位となり、さらに、忘年会は飲み会形式でなくてもよいと考える人は約 8 割に上りました。こうした結果から、かつては職場の付き合いとして当然視されてきた、飲酒や上下関係を前提とする忘年会の慣習は、もはや職場の交流に必須ではなくなりつつあるのかもしれません。ハラスメント意識が社会的に高まるなか、従来の忘年会慣習を見直す動きが広がり、立場や飲酒の有無を問わず、誰もがフラットに関われる場へと変化していると考えられます。

忘年会は、普段接点の少ない社員同士が交流し、職場でのコミュニケーションを深める機会の一つでもあります。出社とテレワークを組み合わせたはたらき方が広がり、対面で交流する機会の価値が見直されつつある今、それぞれが心地よい距離感で関係を築ける交流の場を、組織づくりの一環として位置づけていくことが求められるでしょう。『Job 総研』では今後も職場忘年会の動向を追ってまいります。

「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 忘年会意識調査（2025 年 11 月公開） https://jobsoken.jp/info/20251117/

Job 総研では、2021 年より「忘年会意識調査」を実施しております。
・2024 年版（2024 年 11 月公開）https://jobsoken.jp/info/20241118/
・2023 年版（2023 年 11 月 20 日公開） https://jobsoken.jp/info/20231120/
・2022 年版（2022 年 11 月 14 日公開） https://jobsoken.jp/info/20221114/
・2021 年版（2021 年 11 月 15 日公開） https://jobsoken.jp/info/20211115-2/

■(※2) 2026 年 忘年会意識調査 報告書（本調査）： https://jobsoken.jp/info/20261116-2/

■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、－「人々に『はたらく』を自分のものにする力を」－をミッションに掲げ、転職サービス「doda」、プロフェッショナル転職サービス「dodaX」、プロフェッショナル人材の総合活用支援サービス「HiPro」などを通じて、個人のキャリア形成と企業の人材活用を支援しています。私たちは、個人と企業の継続的な意思決定を支えるパートナーとして、個人には納得できるキャリア選択を、企業には最適な人材獲得・活用を支援し、それぞれの成長に貢献していきます。
当社のミッションについて：https://www.persol-career.co.jp/mission_value/detail/

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・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