

日本で静かに進むAI革命、職場の意見は二分化？

ChatGPTやGrok、GeminiなどのAIツールの認知度や利用状況、影響に関して、1000人を対象にアンケートを実施しました。



日本の職場や教育現場は人工知能（AI）により着実に変わりつつありますが、AIの潜在的な可能性に気づいていない人々も少なくありません。働く成人1,000人を対象とした調査と、そのうちAIを日常的に利用している53人への追加調査の結果から、日本の労働者がChatGPTやGrok、GeminiなどのAIツールをどのように捉え、活用しているかが明らかになりました。この結果から、日本の未来に影響を与える一定の傾向や意識の違いが見えてきました。

特に注目すべき調査結果

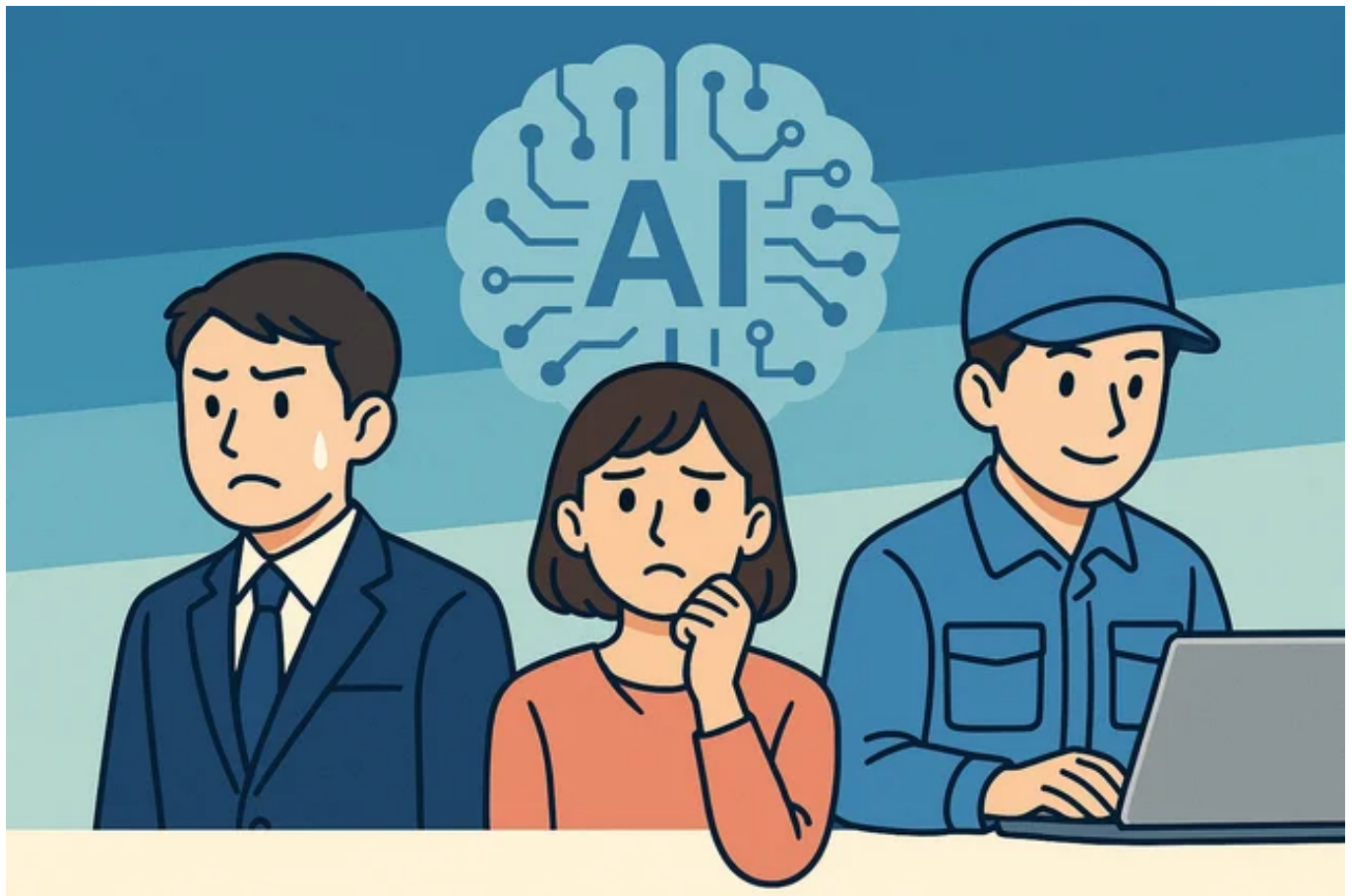
- AIツールの中でChatGPTが圧倒的人気
回答者の72%がChatGPTを利用しており、Gemini（35%）やGrok（16%）を大きく引き離しています。ChatGPTがなぜこれほどまでに支持されているのか、他のツールが見落とされている要因は何か、という点についてもさらなる調査が期待されます。

- AIの活用で生産性向上、特に女性が効果を実感

AIを日常的に使う人の92%が、生産性の向上を実感しています。特に、著しい向上を実感している割合は女性が47%と、男性の32%を大きく上回っています。効率性を重視する日本社会において、女性がテクノロジーをうまく活用し、他者より一歩先を進む新たな動きが見え始めています。

- AIがもたらす未来について日本の労働者の意見は二分

約51.7%が「AIは今後5年間で日本での仕事や勉強のあり方を変える」と考える一方、21.4%は「(あまり、または全く)変わらない」、26.9%は「よくわからない」と答えています。伝統と革新が対立することの多い日本において、この意見の対立は「AIが従来の日本の働き方を揺るがすのか、それとも定着しないのか」という議論につながると考えられます。



- AIの主な用途は「文章作成」

回答者の50.5%が、AIは「文章の作成や編集」に使用されていると認識しています。AIを日常的に利用している回答者の間では72%がAIをこの目的に使用しており、データ分析やリサーチよりも遥かに多くなっています。細部までこだわりをもつ日本のコミュニケーション文化において、AIが文章作成のパートナーとなり、メールから漫画のシナリオまで様々な分野で活用されることが期待されます。

- 女性は男性よりもAIによる雇用喪失を懸念

全体の42.2%がAIによる雇用への影響を心配していますが、特に女性の方が強い不安を抱いており、「とても心配」と回答した割合は女性が10.8%と、男性の7.8%を上回っています。一方で、AIによる新たな機会創出を期待する男性の割合は女性の約2倍（男性15.6%、女性10.6%）となっています。

この男女差は日本の労働環境における課題を浮き彫りにしており、男性はAIを歓迎し、女性はその変化に不安を感じる傾向があるようです。

調査方法

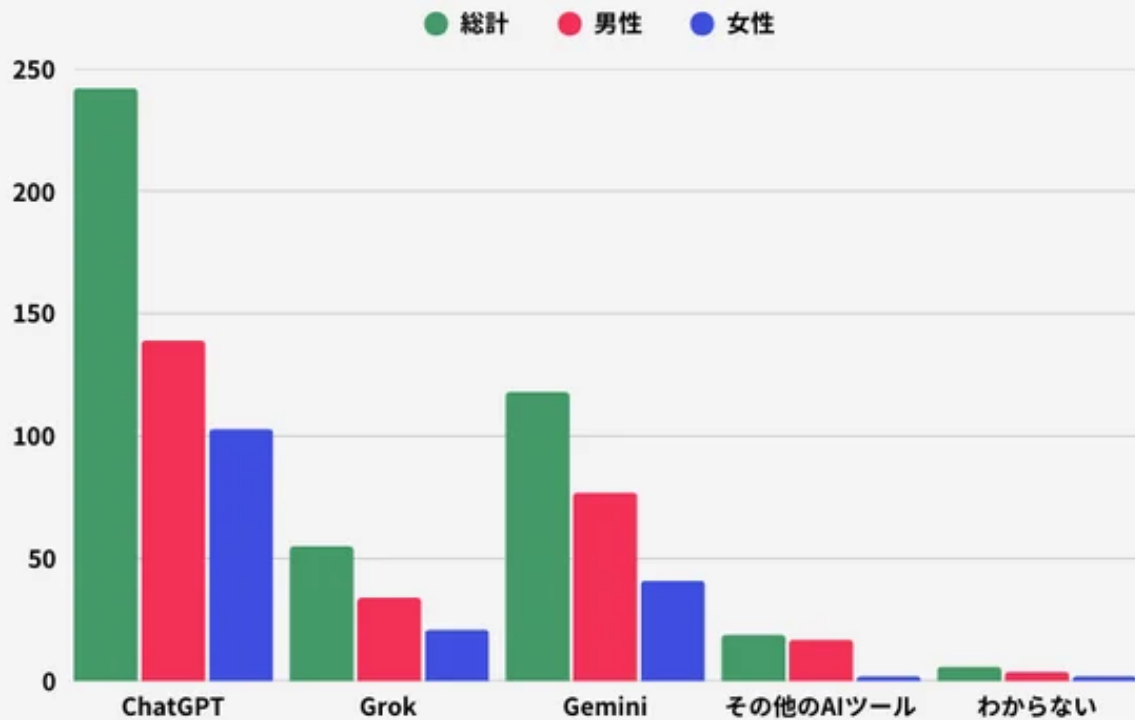
日本の労働者におけるAIの普及と意識を調査するため、2025年3月にオンラインアンケートツール「Freeasy」を用いて全国規模のアンケート調査を2回実施しました。第1回目の調査ではChatGPT、Grok、GeminiなどのAIツールに対する認知度や利用状況、意識について、日本の労働人口を反映する形で選ばれた20～59歳の1,000名（男性500名、女性500名）を対象にデータを収集しました。続く第2回目の調査は、一次調査の回答者のうちAIを日常的に利用していると答えた53名を対象に実施し、その具体的な利用方法やメリット、課題などをより詳しく掘り下げました。これら2つの調査により、今後の日本の職場におけるAIの役割について考察し、世間一般的な傾向とユーザーの意識の双方を捉えることができました。

調査結果

スクリーニング調査（有効回答数：1000人）

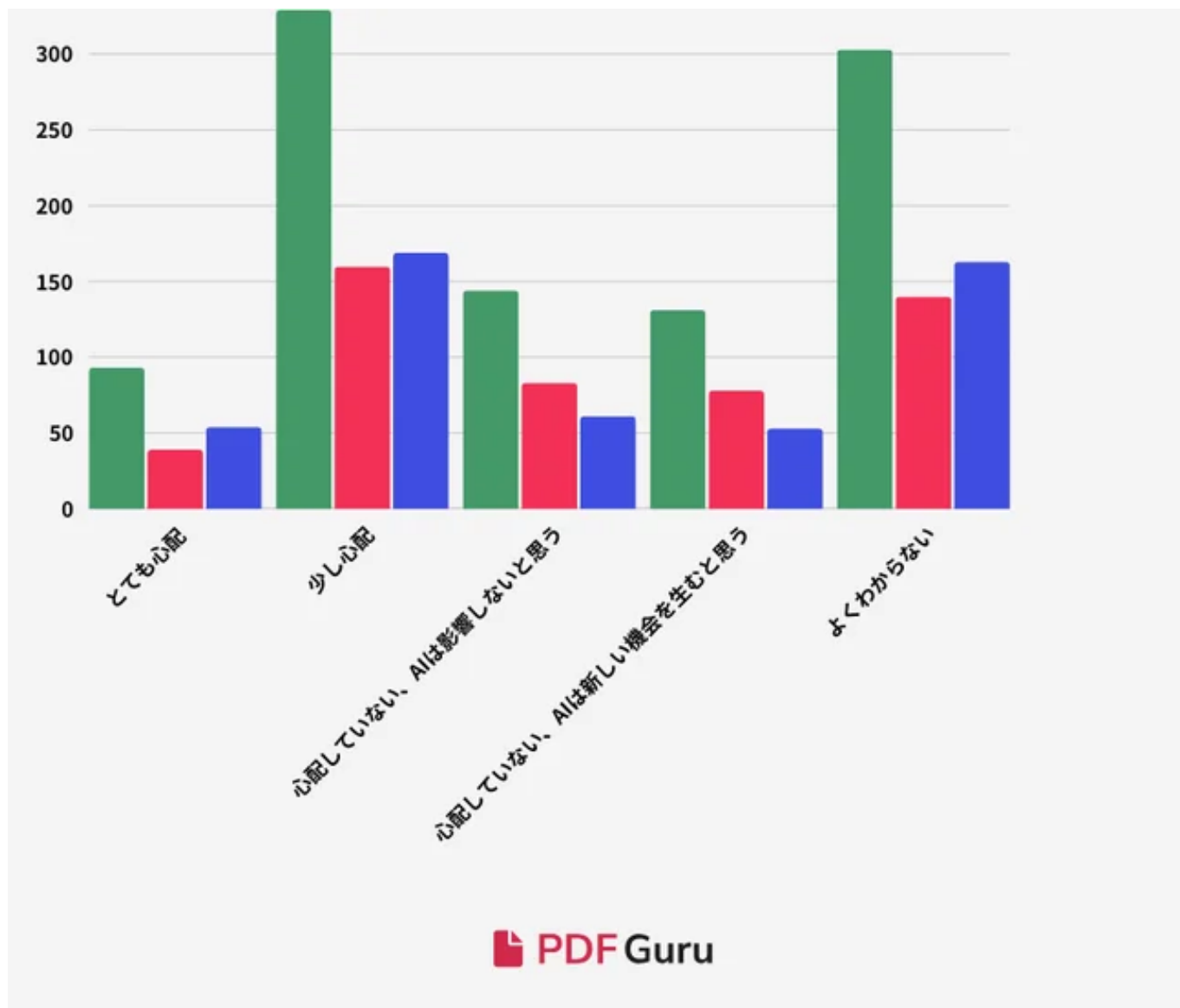
対象：20歳から59歳の就業者1000人（男性500人、女性500人）

以下のAIツールのうち、どれを使ったことがありますか？当てはまるものを全て選んでください。（複数選択可）



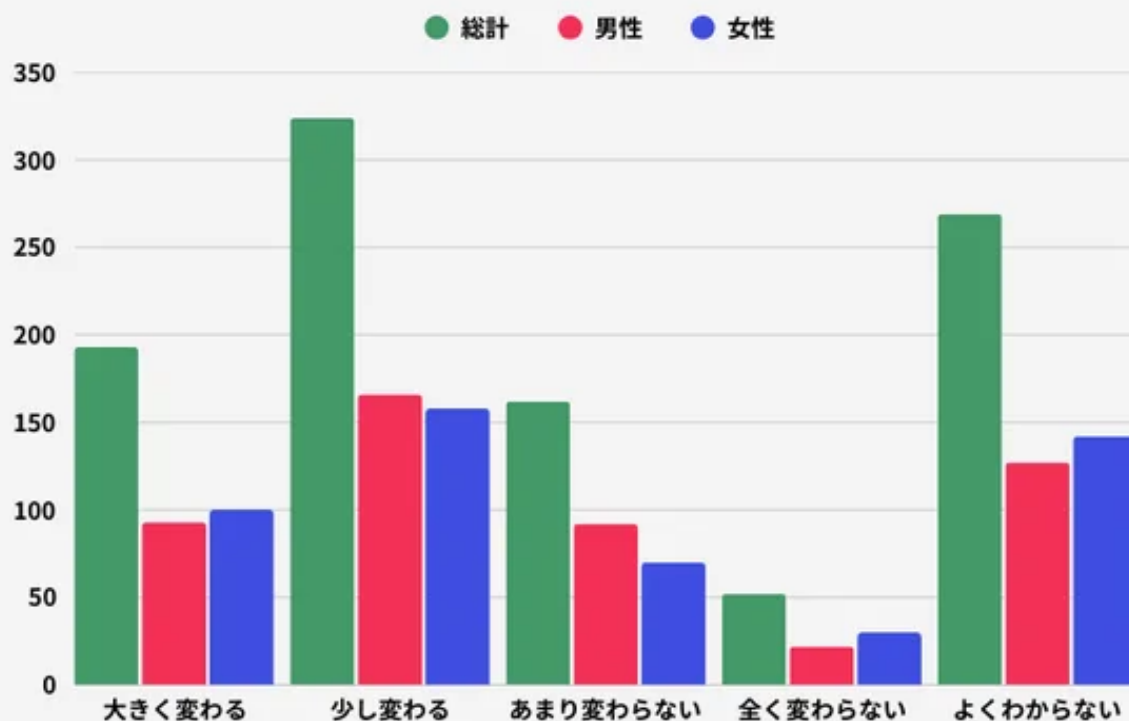
全体の約72%がChatGPTを使用し、約35%がGemini、約16%がGrokを利用している一方で、その他のAIツールは約6%にとどまっています。これらの割合は、他のツールに比べてChatGPTの利用が際立っていることを示しています。

AIが将来あなたの仕事や就職の見通しに影響を与えることを心配していますか？一番近いものを選んでください。



全体では42.2%がAIが仕事や就職の見通しに与える影響について懸念しており、そのうち9.3%がとても心配し、32.9%が少し心配している一方、27.5%は影響がないと考えており、30.3%がよくわからないと答えていることが示されています。これにより、かなりの割合が懸念を示す一方で、約41.5%はネガティブな影響を感じず、むしろ新たな機会が生まれる可能性があるかと捉えていることがうかがえます。

AIは今後5年間で日本での仕事や勉強のあり方を変えらると思いますか？

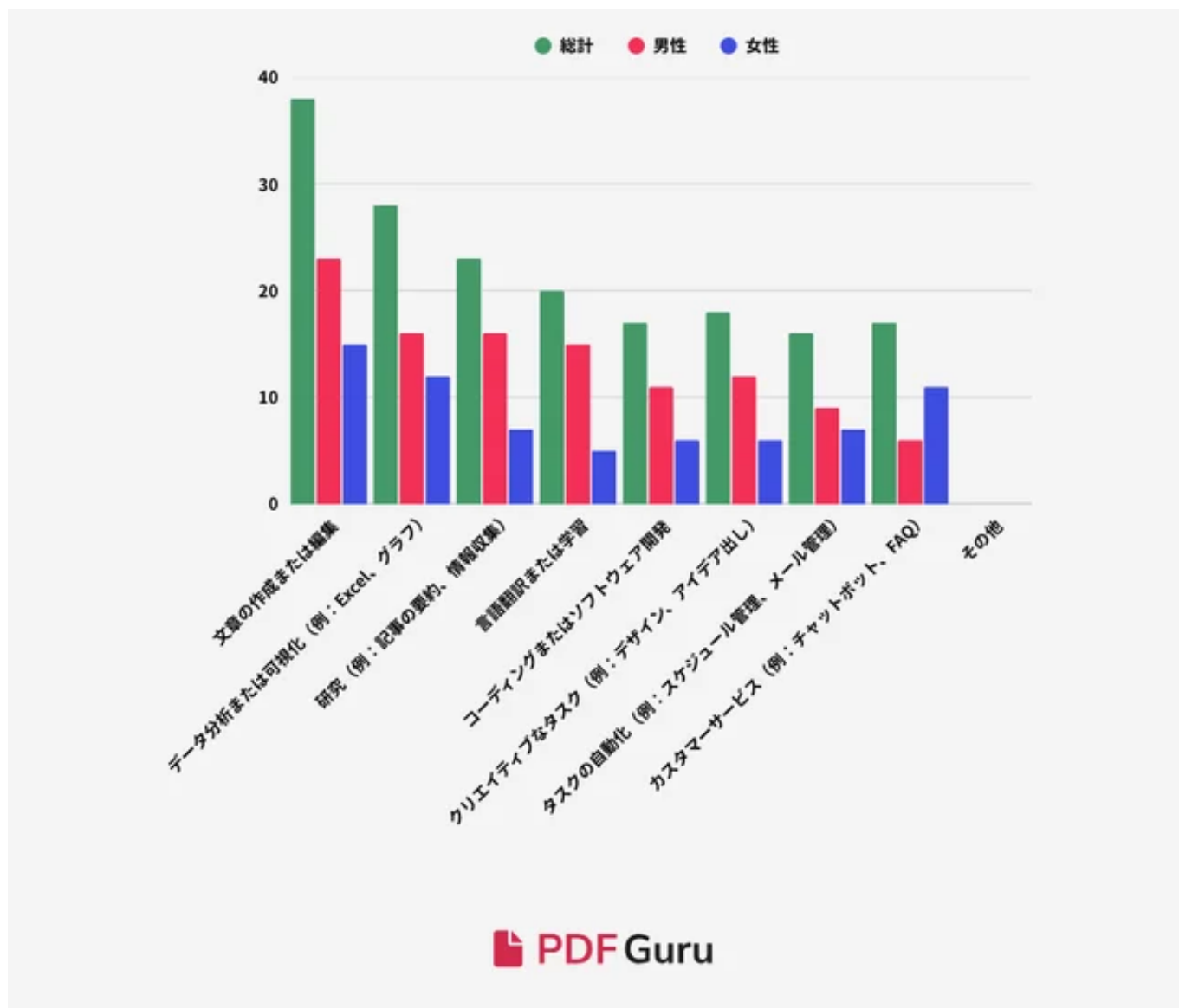


回答から、全体の約51.7%が「AIが今後5年間で日本での仕事や勉強のあり方を変える」と考えており、19.3%が「大きく変わる」、32.4%が「少し変わる」と答えています。一方、約21.4%は「あまり変わらない」、または「全く変わらない」とし、26.9%はよくわからないと答えています。

フォローアップ調査（有効回答数：53人）

スクリーニング調査でAIを定期的を使用していると回答した53人の回答者を対象にフォローアップ調査を行いました。

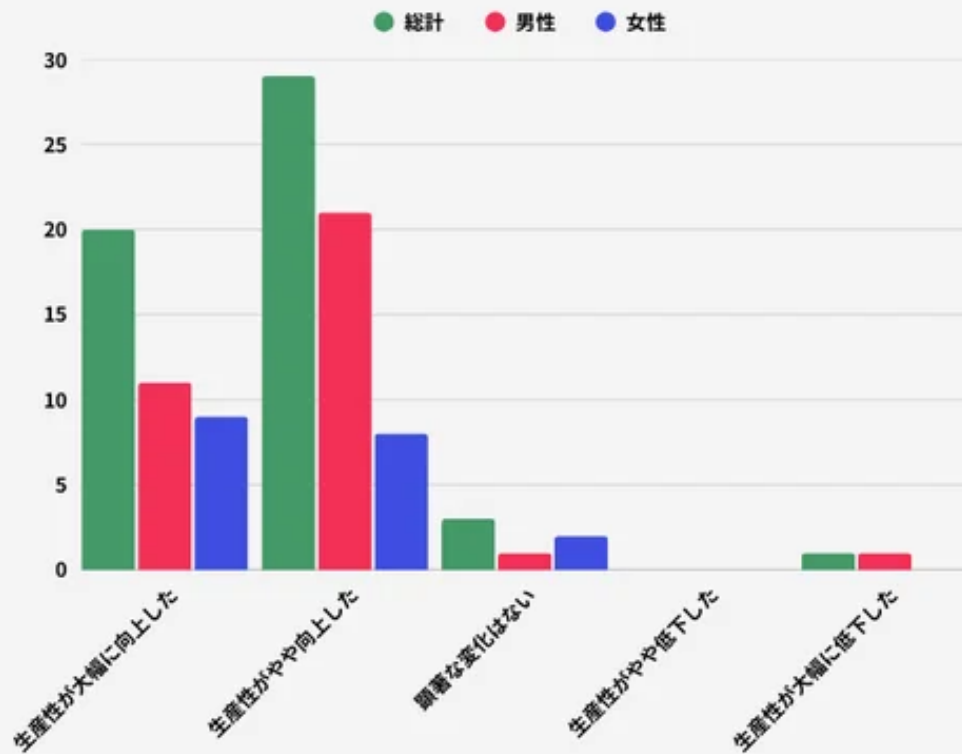
仕事または勉強において、AIをどのような具体的なタスクに使用していますか？（複数選択可）



最も多く選ばれたAIの活用方法は「文章の作成または編集」（約72%）で、次に多かったのが「データ分析または可視化」（53%）と「研究」（43%）でした。一方で、言語翻訳、コーディングまたはソフトウェア開発、クリエイティブなタスク、タスクの自動化、カスタマーサービスはそれぞれ約30%ほどでした。これにより、AIが幅広い業務や学業で活用されており、特に文章やコンテンツ関連のタスクが中心になっていることが分かります。例えば、[PDF GuruのAI PDFサマライザー](#)のようなツールは、AIを活用してPDFファイルを効率的に要約するのに役立ち、コンテンツ管理における技術の有用性を示しています。

回答者は男性が34名、女性が19名で、女性はカスタマーサービス（女性約58%、男性約18%）やデータ分析または可視化（女性約63%、男性約47%）でAIを利用する割合が高い傾向がありました。反対に男性は、言語翻訳または学習（男性約44%、女性約26%）や研究（男性約47%、女性約37%）での利用が比較的多くなっています。この結果から、男女間でAIの利用傾向に明確な違いが見られますが、これには回答者の職種の違いが影響していると考えられます。

AIの使用は、仕事または勉強の生産性にどのように影響しましたか？あなたの状況に一番近いものを選んでください。



回答者のほぼ全員がAIの使用によって生産性が向上したと感じており、約92%が「大幅に向上」または「やや向上」と回答しています。一方で、「変化がない」または「低下した」と答えた人は非常に少数でした。このことから、全体としてAIは仕事や学業における生産性の向上に大きく役立っていることがわかります。

男女別では、男性34名、女性19名のうち、女性のほうが「大幅に向上した」と感じる割合が高く（女性約47%、男性約32%）、男性は「やや向上した」と答える傾向が強いようです（男性約62%、女性約42%）。また、「顕著な変化はない」と回答した割合は女性のほうが高く（女性約11%、男性約3%）、「大幅に低下した」と回答したのは男性のみでした。

まとめ

2025年3月にオンラインアンケートツール「Freeasy」を用いて行われた2つの調査により、人工知能（AI）が日本の職場に徐々に浸透しつつあることが明らかとなりました。20歳から59歳までの就業者1,000名を対象とした一次調査では、ChatGPTがGeminiやGrokと比べて広く支持され、認知度や利用率に顕著な差があることが示されました。また、2回目の調査に参加した定期的なAIツール利用者53名の

回答では、AIの用途として文章作成・編集が最も多く挙げられ、日本特有の丁寧で正確なコミュニケーション文化においてAIが活躍していることがうかがえます。一方で、AIの将来的な影響については意見が分かれており、多くが今後5年以内に仕事や学習環境が変わると予測する一方、大きな変化はないと考える人々や、まだ判断がつかないとする人々も一定数存在し、慎重ながらも好奇心を抱いている様子がうかがえます。

定期的なAI利用者の間では、生産性向上の実感が非常に高く、特に女性は男性に比べて「大きく向上した」と報告する割合が高いこと（女性47%、男性32%）から、AI利用における男女差も見られました。雇用への影響に関する意識にも男女差があり、AIがもたらす変化への懸念は全体的に高いものの、特に女性が強い不安を感じ（女性10.8%、男性7.8%が「とても心配」）、一方で男性は機会創出を期待する傾向が強い（男性15.6%、女性10.6%）という結果が示されました。これらの男女間の違いは、日本の仕事や学習現場にAIが浸透する中で起きている複雑な現象の一端を示しています。

これらの調査結果は、日本の労働者がAIの可能性と課題に向き合い、生産性向上の恩恵を受ける一方で、不確実性に慎重に対応している姿を映し出しています。今後、日本では労働者のAIに対する認識の格差を埋めるとともに、AIが一般的に普及する未来に向けた教育や支援を推進することが有益になると考えられます。

関連記事一覧

[若年層のマンガへの関心が低下傾向か？最新調査で判明、読書と創作の男女差も](#)
[自由なライフスタイルが手に入る？フリーランスやデジタルノマドの実情を調査](#)
[【最新アンケート調査】日本のオフィスにおける文書管理とデジタル化の課題](#)

引用・転載に関するお願い

調査結果や画像を引用・転載する場合は、以下の2点を厳守いただくようお願いいたします。

- 引用部分に、PDF Guruによる調査であることを明示すること
- PDF Guruのウェブサイトにある元のブログ記事のURL (<https://pdfguru.com/ja/blog/ai-revolution-in-japan-workplaces>) を含めること

PDF Guruについて

[PDF Guru](#)は、PDFの編集と変換を簡素化し、これらの作業を誰でも簡単にアクセスできるようにすることを目的としています。このツールは、PDFの編集、結合、注釈、変換を行ったことがない初心者の方にも最適で、シームレスな体験のための直感的でユーザーフレンドリーなソリューションを提供します。頻繁にPDFを使用するプロフェッショナルなユーザーにも、迅速かつ正確で、信頼性の高い機能を備えたPDF Guruがおすすめです。使いやすさとパワフルな機能を組み合わせることで、PDF Guruはすべてのユーザーのニーズに応えます。

PDF Guruのプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/145064