

社会人1～10年目の貯金・年収調査 ～平均貯金額は451万円、10人に1人が貯金ゼロと回答 お金を使う優先順位は「趣味・娯楽」が全年次で1位（生活費除く） 仕事よりプライベートを重視する人は約7割～

パーソルキャリア株式会社が運営する転職サービス「doda」のオウンドメディア「[まいにちdoda](#)」は、20～34歳の社会人1～10年目のビジネスパーソン約3,000人を対象に、貯金と年収、仕事の価値観に関する調査を実施しましたので、結果をお知らせします。

調査結果の詳細：[社会人1～10年目でどう変わる？ 貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査](#)

【調査結果サマリー】

▶貯金額について

全体：社会人1～10年目の平均貯金額は451万円。一方で、およそ10人に1人が貯金ゼロと回答。

男女別：平均貯金額は男性535万円、女性368万円。

年次別：平均貯金額は194～673万円で、年次が上がるにつれて増加する傾向。

理想の年間貯金額：平均は237万円。一方で、100万円と回答した人が全体の約3割を占める。

▶年収について

全体：現在の年収は「300～400万円未満」（22.6%）が最多で、「400～500万円未満」（19.9%）が続く。

年次別：社会人1～2年目と3～5年目にかけて年収500万円以上の割合が増加し、5年目以降は、年収500万円以上の割合は30%台前半で推移。

目標の年収（全体・年次別）：全体では「500～600万円未満」（16.1%）が最多。

収入アップのための取り組み（全体・年次別）：全体では「特に取り組んでいることはない」（38.9%）が最多。年次別では1～6年目は「資格取得」や「スキルアップ」が上位に挙がる一方、7年目以降は「資産運用」の割合が高まる。

▶仕事の価値観について

「プライベートを優先している」「どちらかといえばプライベートを優先している」の割合合計は7割を超える。

▶お金を使う優先順位について（生活費を除いた場合）

全年次で「趣味・娯楽」（28.5%）が1位となり、次いで「資産形成・投資」（16.9%）という結果に。

【主な調査結果】

▶貯金額について

社会人1～10年目の現在の貯金額（株式や投資信託なども含む）は、全体平均で451万円となりました。男女別では男性535万円、女性368万円で、年次別では194～673万円となり、年次が上がるにつれて増加しています。【図1】

現在の貯金額の分布を見ると、「1～100万円未満」（20.8%）が最も多く、「0円」と回答した人は9.3%で「およそ10人に1人は貯金ゼロ」であることがわかりました。【図2】

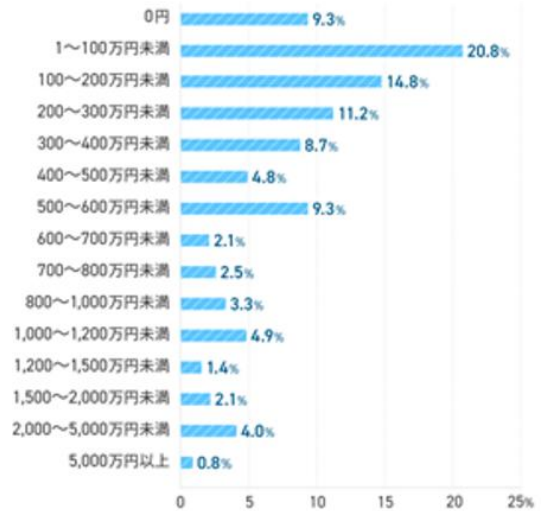
また、1年間で貯めたい理想の貯金額は、全体平均で237万円でした。男女別では男性264万円、女性211万円となっています。【図3】年次別では、173～321万円と幅がある一方で、いずれの年次でも「100万円」と回答した人が約3割を占めました。「年間100万円」をひとつの目安としている人が一定数いることがうかがえます。

【図1】現在の貯金額

区分	対象	平均値
全体		451万円
性別	男性	535万円
	女性	368万円
年次	1年目	194万円
	2年目	275万円
	3年目	278万円
	4年目	327万円
	5年目	468万円
	6年目	472万円
	7年目	615万円
	8年目	604万円
	9年目	605万円
	10年目	673万円

※貯金額には株や投資信託などの資産も含まれます。
まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？ 貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

【図2】現在の貯金分布（全体）



※貯金額には株や投資信託などの資産も含まれます。
まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？ 貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

【図3】理想の年間貯金額

区分	対象	平均値
全体		237万円
性別	男性	264万円
	女性	211万円
年次	1年目	207万円
	2年目	225万円
	3年目	173万円
	4年目	201万円
	5年目	321万円
	6年目	250万円
	7年目	290万円
	8年目	218万円
	9年目	223万円
	10年目	267万円

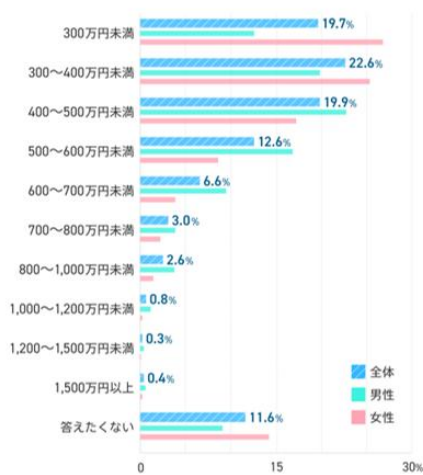
まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？ 貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

▶年収について

社会人1～10年目の現在の年収は、全体では「300～400万円未満」(22.6%)が最も多く、「400～500万円未満」(19.9%)、「300万円未満」(19.7%)が続き、500万円未満の層が全体の62.2%を占めています。【図4】

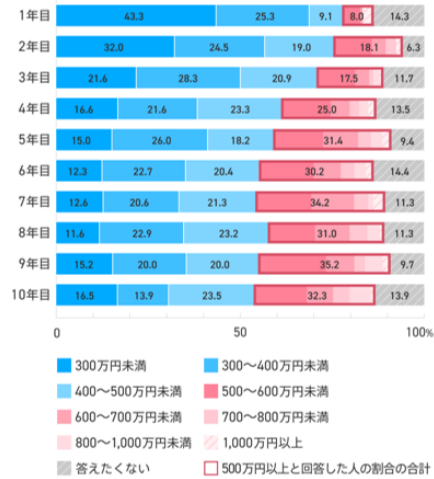
年次別に見ると、1～2年目と3～5年目にかけて年収500万円以上の割合が増加し、5年目以降は年収500万円以上の割合は30%台前半で推移しています。【図5赤枠箇所】一方、年収300万円未満の層は年次が上がるにつれて減少するものの、9～10年目で再び増加することもわかりました。【図5】

【図4】現在の年収分布（全体）



まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？ 貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

【図5】現在の年収分布（年次別）



まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？ 貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

目標とする年収額を聞いたところ、全体では「500～600万円未満」（16.1%）が最も多く、次に「400～500万円未満」（14.9%）、「600～700万円未満」（11.1%）が続きました。【図6】

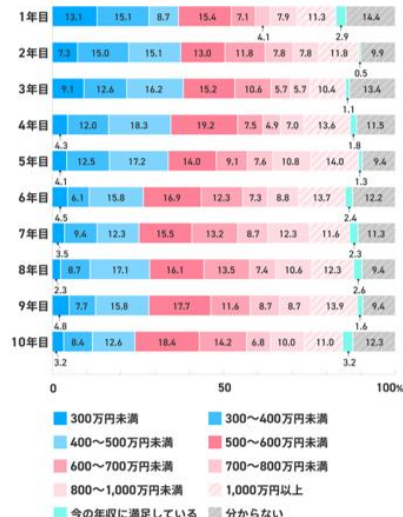
年次別では、年収1,000万円以上と回答した人の割合の合計は5年目（14.0%）が最多で、9年目（13.9%）、6年目（13.7%）が続く結果となりました。【図7】

【図6】目標の年収分布（全体）



まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？ 貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

【図7】目標の年収分布（年次別）



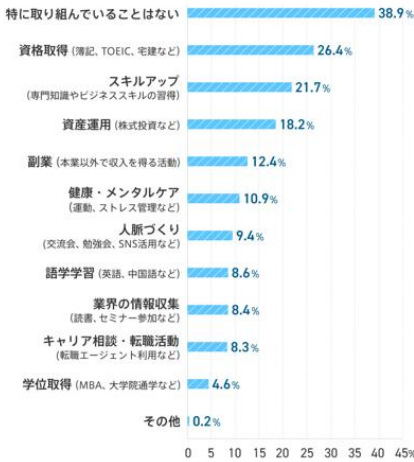
まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？ 貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

収入アップのための取り組みについては、全体では「特に取り組んでいることはない」（38.9%）が最多となりました。一方で、収入アップに向けて何らかの行動をしている人の取り組み内容を見ると、「資格取得」（26.4%）が最も多く、次いで「スキルアップ」（21.7%）、「資産運用」（18.2%）という結果となりました。【図8】

年次別では、社会人2年目を除くすべての年次で「特に取り組んでいることはない」が最多となっており、5年目・6年目・10年目では4割を超えています。2年目では「資格取得」に取り組む人が35.1%で最多となり、「特に取り組んでいることはない」と回答した人の割合は全年次の中で最も低い結果となりました。また、1～6年目

では「資格取得」や「スキルアップ」が上位に挙がる一方で、7年目以降では「資産運用」に取り組む人の割合が増加しており、年次によって収入アップに向けたアプローチに違いが見られます。【図9】

【図8】収入アップのために取り組んでいること（複数回答）



まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

【図9】収入アップのために取り組んでいること（年次別）

社会人年次	1位	2位	3位
1年目	特に取り組んでいることはない 38.1%	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 30.1%	スキルアップ (専門知識やビジネススキルの習得) 23.3%
2年目	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 35.1%	特に取り組んでいることはない 30.5%	スキルアップ (専門知識やビジネススキルの習得) 24.1%
3年目	特に取り組んでいることはない 39.3%	スキルアップ (専門知識やビジネススキルの習得) 26.1%	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 24.4%
4年目	特に取り組んでいることはない 37.1%	スキルアップ (専門知識やビジネススキルの習得) 25.2%	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 24.4%
5年目	特に取り組んでいることはない 43.4%	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 24.6%	スキルアップ (専門知識やビジネススキルの習得) 20.8%
6年目	特に取り組んでいることはない 42.8%	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 23.9%	スキルアップ (専門知識やビジネススキルの習得) 22.1%
7年目	特に取り組んでいることはない 38.1%	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 24.8%	資産運用 (株式投資など) 22.3%
8年目	特に取り組んでいることはない 39.7%	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 28.1%	資産運用 (株式投資など) 23.2%
9年目	特に取り組んでいることはない 39.7%	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 22.6%	資産運用 (株式投資など) 21.6%
10年目	特に取り組んでいることはない 40.3%	資格取得 (簿記、TOEIC、宅建など) 26.5%	資産運用 (株式投資など) 20.3%

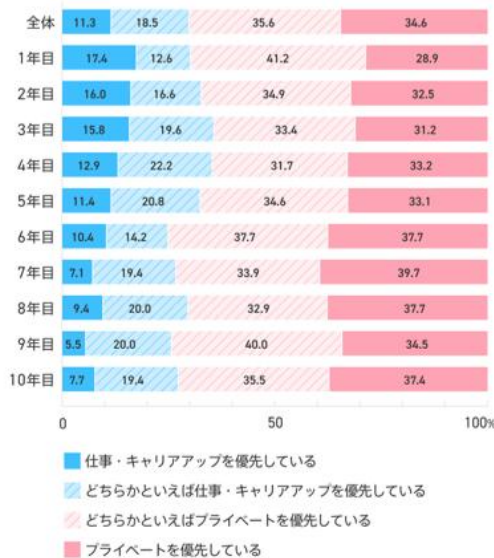
まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

▶仕事の価値観について

仕事・キャリアとプライベートの優先度については、全体では「どちらかといえばプライベートを優先している」「プライベートを優先している」の割合合計は70.2%で約7割を占めています。全年次でプライベートを優先する人の割合は6割を超えており、一貫してプライベート重視の傾向が見られます。

一方、「仕事・キャリアアップを優先している」「どちらかといえば仕事・キャリアアップを優先している」の割合の合計は、社会人3年目（35.4%）が最も高く、4年目（35.1%）、2年目（32.6%）が続きました。また、6～7年目および9～10年目では同割合が24～27%台にとどまり、他の年次と比べて低い傾向が見られました。【図10】

【図10】仕事・キャリアとプライベート、どちらを優先するか（単一回答）

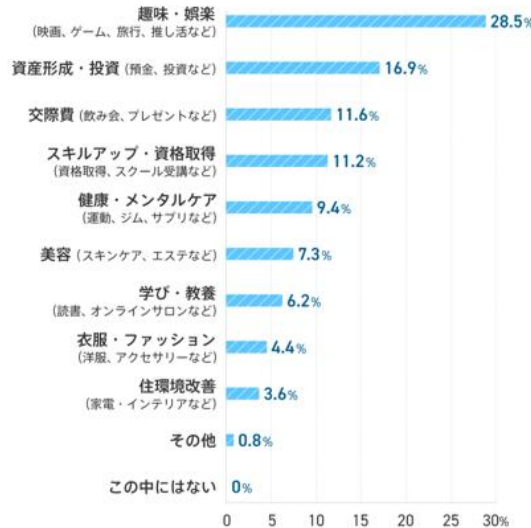


まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

▶お金を使う優先順位について

お金を使う優先順位について、基本的な生活費（家賃や光熱費、食費など）を除いたうえで聞いたところ、全体では1位「趣味・娯楽」（28.5%）、2位「資産形成・投資」（16.9%）、3位「交際費」（11.6%）という結果になりました。【図11】年次別に見ても、すべての年次で「趣味・娯楽」が1位となっています。また、「資産形成・投資」は社会人2年目以降で2位となっており、若いうちから将来を見据えた資産形成を重視する傾向がうかがえます。

【図11】 お金を使う優先順位（複数回答・1位集計）



まいにちdoda「社会人1～10年目でどう変わる？貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」(2026.5)

【調査概要】

【対象者】 全国の社会人1～10年目の男女 20～34歳

【雇用形態】 正社員

【調査方法】 ネットリサーチ会社を利用したインターネット調査

(ネットリサーチ会社保有のデータベースをもとに実施、doda会員登録の状況については不問)

【実施期間】 2025年12月23日～12月26日

【有効回答数】 3,078件

※ウェイトバック：年次ごとに男女の割合・人数が均等になるように実施

※記事中の割合データは、小数点以下第二位を四捨五入しているため、合計値が100%にならない場合があります

※複数回答の設問は、合計値が100%を超える場合があります。

調査結果の詳細は、[社会人1～10年目でどう変わる？貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査](#)をご確認ください。

【出典の明記について】

本データを引用・転載する際は、出所が「まいにちdoda」であることを明記し、Webメディアの場合は以下のリンクを貼ってください。

出典：「まいにちdoda」 - 「[社会人1～10年目でどう変わる？貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査](#)」

※「まいにちdoda」 = <https://mainichi.doda.jp/>

※「社会人1～10年目でどう変わる？貯金額・年収・仕事の価値観について、みんなのリアルを徹底調査」 = <https://mainichi.doda.jp/article/2605181>

■ **「まいにちdoda」**について < <https://mainichi.doda.jp/> >

「まいにちdoda」は、ビジネスパーソンが感じる“もやもや”を解消して、仕事やキャリアについて考える視点を提供するオウンドメディアです。

日々の「はたらく」に寄り添いながら、キャリアの考え方や悩みとの向き合い方、スキルアップ、仕事に役立つ実践的なノウハウなど、幅広いコンテンツを発信しています。

■ **転職サービス「doda」**について < <https://doda.jp> >

「doda」は、「はたらく今日が、いい日に。」をスローガンに、転職サイトや転職エージェント、日本最大級のdoda転職フェアなど、各種コンテンツで転職希望者と求人企業の最適なマッチングを提供しています。

■ **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/detail/