

学生が夏季休暇中に特に時間を取りたいことで最も多いのは
「インターンシップ・仕事体験への参加」(73.0%)。

約4割の学生が「期間が短い就業体験のあるプログラムを中心に参加希望」

「マイナビ 2026年卒 大学生インターンシップ・就職活動準備実態調査(7月)」

株式会社マイナビ(本社:東京都千代田区、代表取締役 社長執行役員:土屋芳明)は、2026年3月卒業見込みの全国大学生、大学院生を対象に実施した、「マイナビ 2026年卒 大学生インターンシップ・就職活動準備実態調査(7月)」の結果を発表しました。

TOPICS

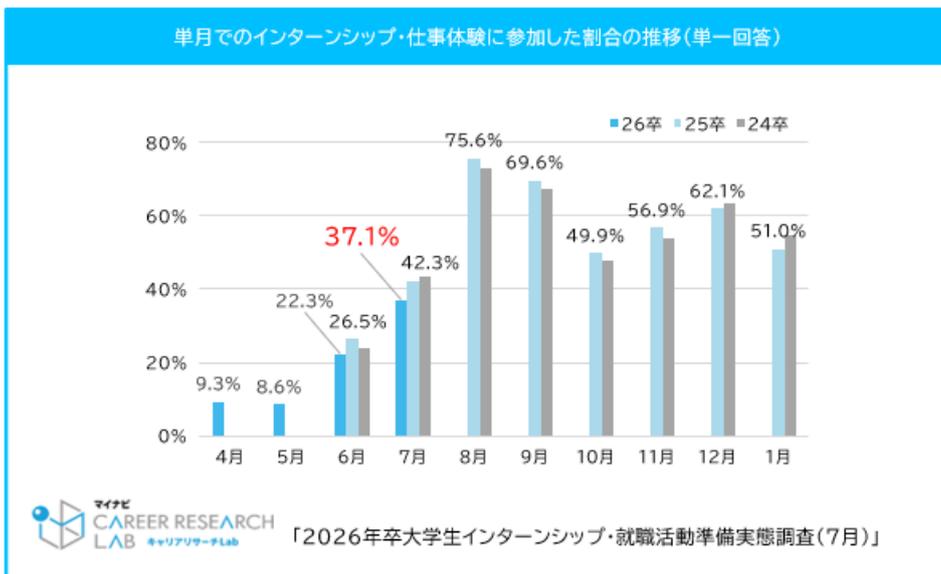
- ◆ 7月単月のインターンシップ・仕事体験参加率は37.1%(前月比14.8%増)。オープンカンパニー・企業主催の教育プログラムの参加率は単月で55.6%(前月比12.7pt増)【図1、2】
- ◆ 学生が夏季休暇中に特に時間を取りたいことは「インターンシップ・仕事体験への参加」(73.0%)が最も多い結果に。約4割の学生が短期間の就業体験のあるプログラムに参加希望【図3、4、5】
- ◆ 理想の就職活動スタイルは「就職活動を早く始めて、就職先をじっくり決めたい」が54.4%と最多。理由は「自分の将来を、じっくり決めて後悔しないようにしたい」「納得いく選択をしたい」【図6、7】

【調査概要】

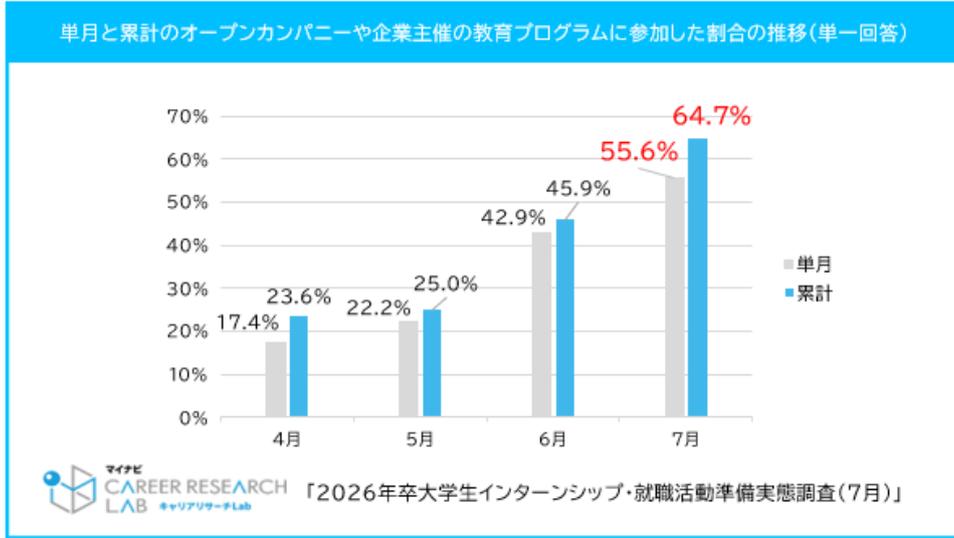
7月単月のインターンシップ・仕事体験参加率は37.1%(前月比14.8%増)
オープンカンパニー・企業主催の教育プログラムの参加率は単月で55.6%(前月比12.7pt増)

7月単月のインターンシップ・仕事体験参加率は37.1%となり、前月比で14.8pt増加した。また、オープンカンパニー・企業主催の教育プログラムの参加率は単月で55.6%(前月比12.7pt増)、累計で64.7%(前月比18.8pt増)となった。単日開催など手軽に参加できて、企業のことや業界、職種のことを学べるプログラムが、日程を調整しやすく学生にとって魅力的であることがうかがえる。【図1、2】

【図1】



【図 2】

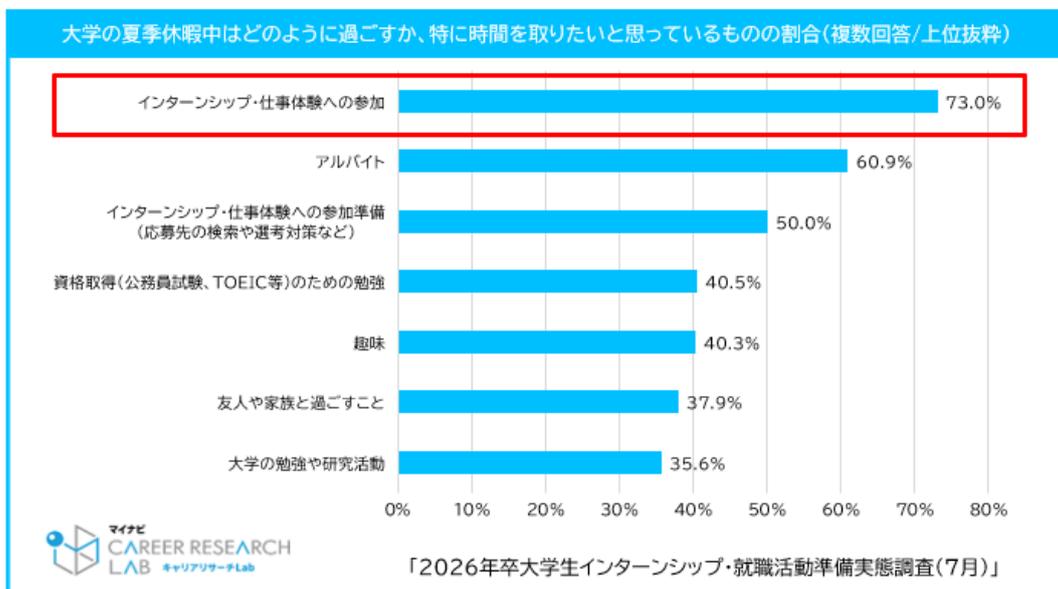


学生が夏季休暇中に特に時間を取りたいことは「インターンシップ・仕事体験への参加」(73.0%)が最も多い結果に。約 4 割の学生が短期間の就業体験のあるプログラムに参加希望

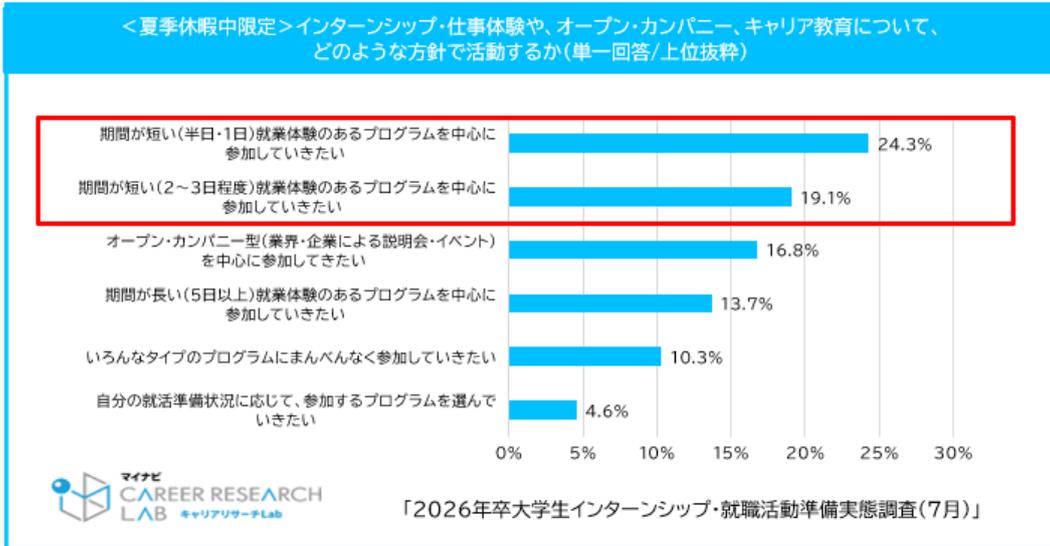
大学の夏季休暇中のインターンシップ・仕事体験について特に時間を取りたいと思っているものについて聞いたところ、「インターンシップ・仕事体験への参加」(73.0%)が最も多く、「アルバイト」(60.9%)が続いた。どのような方針で活動するか聞くと、「期間が短い(半日・1日)就業体験のあるプログラムを中心に参加していきたい(24.3%)」が最多、次いで「期間が短い(2~3日程度)就業体験のあるプログラムを中心に参加していきたい(19.1%)」となり、約 4 割の学生が短期間の就業体験のあるプログラムに参加希望であることがわかった。また、8月中にキャリア形成活動(インターンシップ・仕事体験など)に合計何日間参加する予定か聞いたところ、1~5日間で最多で 55.6%となった。

8月は比較的少ない日数の参加を予定している学生が多く、短期間で効率的に企業の雰囲気や業務内容を体験できるプログラムに参加する傾向があり、夏季休暇を有効活用していきたいと考えていることが分かる。【図 3、4、5】

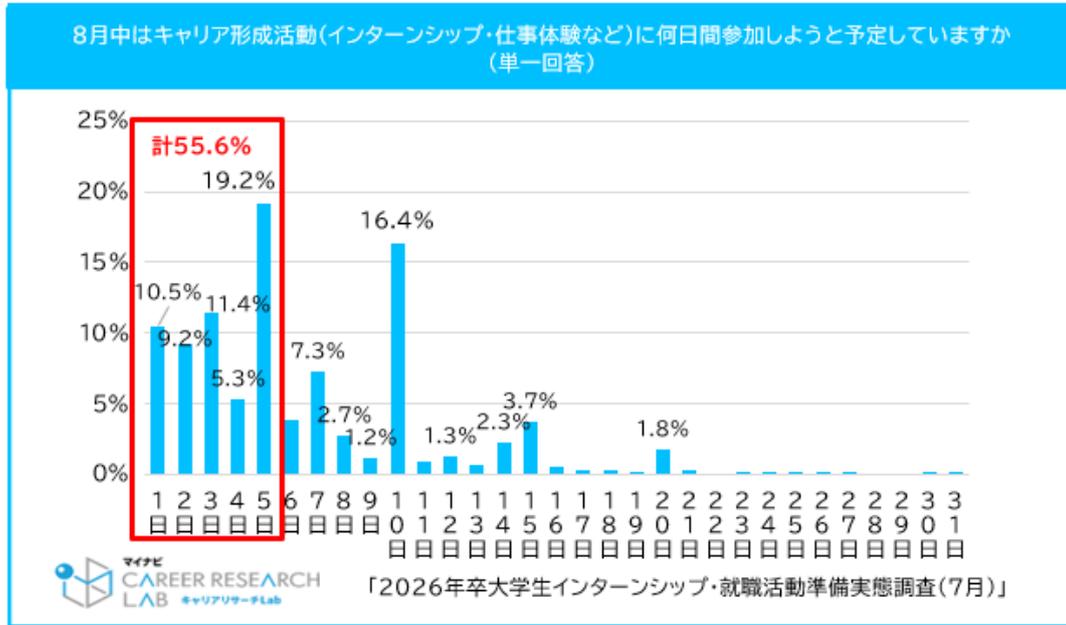
【図 3】



【図 4】



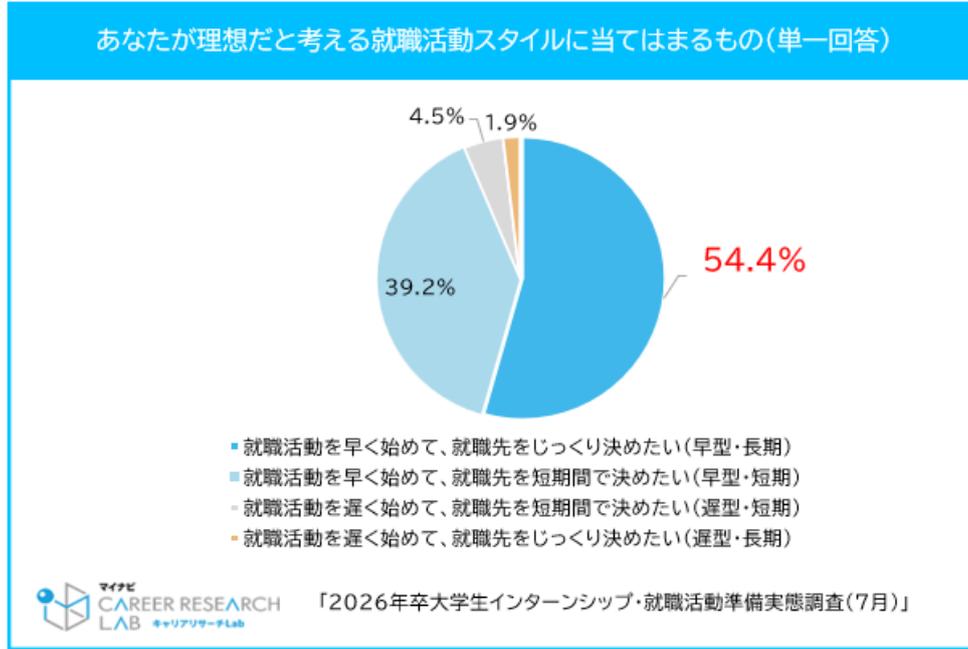
【図 5】



理想の就職活動スタイルは「就職活動を早く始めて、就職先をじっくり決めたい」が 54.4%と最多理由は「自分の将来を、じっくり決めて後悔しないようにしたい」「納得いく選択をしたい」

理想の就職活動スタイルは「就職活動を早く始めて、就職先をじっくり決めたい(早型・長期)」が 54.4%で最多となった。理由を自由回答で聞くと、「自分の将来に関することは、じっくり決めて後悔のないようにしたいから」「早く始めて内定を取って、安心をしたいのと、自分の納得いく選択ができるよう最後まで頑張りたいから」「早く始めた方が精神的にゆとりを持ち落ち着いて就職活動することができる考えたため」などが挙げられた。納得のいく就職活動ができる時間を確保することで、選択肢を吟味し、入社後のミスマッチを減らしたいという意向もあると考えられる。【図 6、7】

【図 6】



【図 7】

自分の理想の就職活動スタイルについて(自由回答)

(早型・短期)	早く決めて安心したい
(早型・短期)	早く決めて置いた方が残りの大学生活に重きを置けるためいいと思ったから。
(早型・短期)	早めに決めて、残りの学生生活を充実させたい。
(早型・長期)	自分の将来に関することは、じっくり決めて後悔のないようにしたいから
(早型・長期)	早く始めて内定を取って安心をしたいのと、自分の納得いく選択ができるよう最後まで頑張りたいからです。
(早型・長期)	早く始めた方が精神的にゆとりを持ち落ち着いて就活することができると思ったため。また、じっくり決めた方が自分に合った会社を探すことができると感じたため。
(早型・長期)	就職先は非常に重要なことのため早めに情報収集をして、多くの情報を得てからじっくり考えたいと思ったから。
(遅型・短期)	サークルで忙しく、あまり就活に時間を取れないため。
(遅型・短期)	現実的に部活動が忙しく、今はなかなか取り掛からない状況にあること。短期でパッと決めてしまいたい。
(遅型・長期)	まだ自分のやりたいことが見つかっていないため。ゆっくり考えたいから。

マイナビ CAREER RESEARCH LAB キャリアリサーチLab 「2026年卒大学生インターンシップ・就職活動準備実態調査(7月)」

【調査担当者コメント】

7月はオープンカンパニー・企業主催の教育プログラムの参加率が単月・累計ともに増加する結果となりました。学生も様々なプログラムに参加することで、キャリア形成活動に参加するメリットや、就業体験の価値を理解することができるため、とてもポジティブな動きだと言えるでしょう。また夏季休暇中の過ごし方について、「インターンシップ・仕事体験への参加」が最も多く、学生のキャリア形成活動への参加意欲の高さを感じました。学生生活の折り返しで迎える夏季休暇を自身の将来について考える機会にしながら、アルバイトや趣味、勉強と、ぜひ充実したものにしてほしいと思います。

理想の就職活動スタイルは約9割の学生が「早く始めたい」結果となりました。学生はキャリア形成活動を通じてキャリア観の土台を築くことが重要です。周囲の状況に焦らずに自身の納得のいく活動をしてほしいと考えています。企業についても選考開始時期などのルールを守り、配慮ある活動を求めたいと思います。

マイナビキャリアリサーチラボ 研究員 服部幸佑

【調査概要】「マイナビ 2026 年卒 大学生インターンシップ・就職活動準備実態調査(7月)」

○調査期間/2024年7月20日(土)~7月31日(水)

○調査方法/マイナビ 2026 の会員に対する WEB アンケート

○調査対象/2026年3月卒業見込みの全国大学生、大学院生

○調査機関/自社調べ

○有効回答数/2,202名(文系男子 337名、理系男子 518名、文系女子 838名、理系女子 509名)

※調査結果は、端数四捨五入の都合により合計が 100%にならない場合があります。

※調査結果の詳細はこちら

(https://career-research.mynavi.jp/?post_type=reserch&p=83997)からご確認ください。

「働く」の明日を考える マイナビキャリアリサーチ Lab



『マイナビキャリアリサーチ Lab(ラボ)』は、雇用や労働に関連する様々な調査データやレポートを通じて、雇用の在り方や個人のキャリアを考える上で役立つ情報を提供するサイトです。
蓄積してきた調査結果、新たに分析した雇用関連のレポート・コラム、市場データといった情報の提供を行い、組織と個人をつなぎ、社会全体でキャリアの在り方を考える一助を担います。

【お問い合わせ先】 株式会社マイナビ 社長室 広報部 山崎 Email:koho@mynavi.jp