

**若手正社員に「職場の親睦を深める機会」について調査**  
**魅力的な親睦機会 1 位「夜の飲み会」。参加したくないのは「オンラインでの雑談会」が最多**

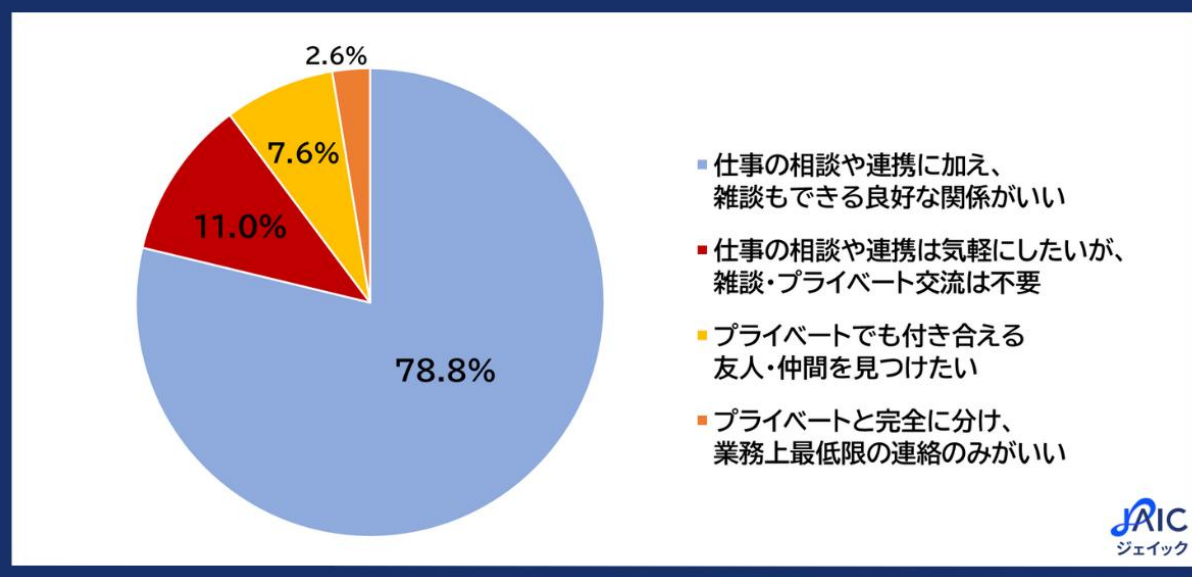
企業向けの教育研修事業と採用支援事業を展開する株式会社ジェイックは、18 歳～30 代の正社員を対象に実施した、「職場の親睦を深める機会」に関するアンケート調査の結果を発表します。（回答者：118 名、調査期間：2025 年 12 月 2 日～12 月 6 日）

■若手正社員が考える“職場の人間関係”：

「仕事の相談や連携に加え、雑談もできる良好な関係がいい」が約 8 割

「職場の人間関係に対する考え方として、最も近いものを 1 つ選択してください」と質問したところ、「仕事の相談や連携に加え、雑談もできる良好な関係がいい」が 78.8%、「仕事の相談や連携は気軽にしたいが、雑談・プライベート交流は不要」が 11.0%、「プライベートでも付き合える友人・仲間を見つけたい」が 7.6%、「プライベートと完全に分け、業務上最低限の連絡のみがいい」が 2.6%となりました。

**Q. 職場の人間関係に対する考え方**

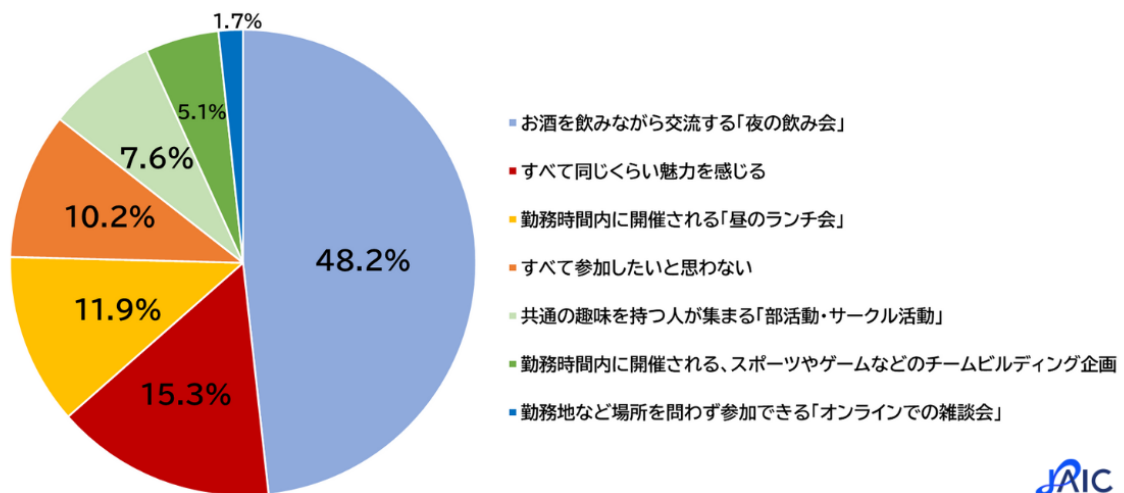


■職場の上司や同僚との親睦を深める機会として、魅力を感じるもの：

1 位「夜の飲み会」、最下位は「オンラインでの雑談会」

「職場の上司や同僚との親睦を深める機会として、魅力を感じるものを 1 つ選択してください。（費用は会社負担とします）」と質問したところ、「お酒を飲みながら交流する『夜の飲み会』」が 48.2%、「すべて同じくらい魅力を感じる」が 15.3%、「勤務時間内に開催される『昼のランチ会』」が 11.9%、「すべて参加したいと思わない」が 10.2%、「共通の趣味を持つ人が集まる『部活動・サークル活動』」が 7.6%、「勤務時間内に開催される、スポーツやゲームなどのチームビルディング企画」が 5.1%、「勤務地など場所を問わず参加できる『オンラインでの雑談会』」が 1.7%となりました。

## Q. 職場の上司や同僚との親睦を深める機会として、 魅力を感じるもの（費用は会社負担）



JAC  
ジェイック

### <「お酒を飲みながら交流する『夜の飲み会』」の回答理由（自由記述・一部抜粋）>

- ・親睦を深め、腹を割って話せる関係になっていると感じているから
- ・先輩方のいつもとは違う一面を見ることでより親しみを感じ、仕事においても話しかけやすくなるから
- ・職場の空気より緩くコミュニケーションが取れるから
- ・仕事の話じゃなく、仕事中はあまり話さないプライベートの話をする事で、飲み会を楽しめるから
- ・普段相談できないことを相談ができるから
- ・夜の食事の雰囲気や酒の力で、上司や会社の意外な側面を聞くことができるから
- ・上司の年齢が2回り離れていて、自分も上司もお酒が好きという共通点で盛り上がるから
- ・さらに上の上司の目を気にせず、リラックスして話せるから
- ・ゆっくり会話できるから

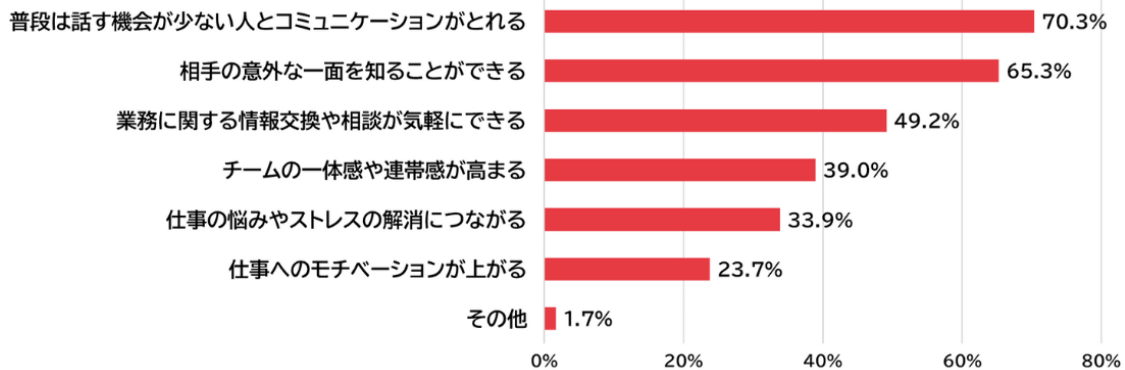
### ■ “職場の交流” のメリット：

「普段は話す機会が少ない人とコミュニケーションがとれる」が7割

「飲み会やランチ会といった職場の交流について、あなたが感じるメリットは何ですか？あてはまるものをすべて選択してください」と質問したところ、「普段は話す機会が少ない人とコミュニケーションがとれる」が70.3%、「相手の意外な一面を知ることができる」が65.3%、「業務に関する情報交換や相談が気軽にできる」が49.2%、「チームの一体感や連帯感が高まる」が39.0%、「仕事の悩みやストレスの解消につながる」が33.9%、「仕事へのモチベーションが上がる」が23.7%、「その他」が1.7%となりました。「その他」の自由記述では、「ご飯を奢っていただける」といった回答も寄せられました。

**Q. 飲み会やランチ会といった職場の交流について、  
あなたが感じるメリットは何ですか？**

(複数選択)



JAIC  
ジェイック

**■「楽しかった!」「参加して良かった!」と感じた職場の親睦会（自由記述・一部抜粋）**

「これまでの職場の親睦会で『これは楽しかった!』『参加して良かった!』と感じた、最も印象に残っているエピソードを教えてください。」と質問したところ、以下のような回答が寄せられました。

- ・ 仕事の話だけでなく先輩方の趣味のお話などもお聞きすることができて楽しかった
- ・ 月1で懇親会があり、その度にあまり交流のない方と話すことができるので、ありがたい
- ・ 年末に向けての決起会であまり話したことの無い人と話せて、それ以降話せる人が増えた
- ・ 普段オンライン会議でしか会わなかった隣のオフィスの人と対面で話げできた
- ・ 普段会ったり話したりしない上司や部署の方と話せて嬉しい。MBTIや恋愛タイプ診断などの話で盛り上がる
- ・ 会社の先輩に自分と同じ吹奏楽部出身の人がいて、そこから話すうちに前職の話など普段聞けない話を聞いた
- ・ 違う部署に勤めている同期との飲み会は、悩みを共有したり情報交換したりと貴重な機会になっている
- ・ 入社したての頃、他部署の年齢層に近い社員同士で交流会があり、歓迎してくれる気持ちが嬉しかった
- ・ 自分の初契約祝いの飲み会。主役気分を味わえて楽しかった
- ・ 忘年会で、宴会場に料理人を招き、社長がたくさんのおつまみ、お酒を用意してくれた
- ・ 上司が熱く語ってくれて、働くモチベーションが上がった
- ・ 普段褒めない上司に、飲み場で「お前はよくやっている」と言ってもらえて、参加して良かったと思った
- ・ お昼の時間は、みんなで食べているので、貴重な交流の時間になっている
- ・ 社員旅行に行き、職場の上司や別部署の方々とコミュニケーションが取れた
- ・ 社員旅行で色々な人と一緒に行動できて楽しかった

**■「辛かった」「参加して嫌だった」と感じた職場の親睦会（自由記述・一部抜粋）**

「これまでの職場の親睦会で『これは辛かった』『参加して嫌だった』と感じた、最も印象に残っているエピソードを教えてください。」と質問したところ、以下のような回答が寄せられました。

- ・ 興味の無い話を長々と聞かされた
- ・ 興味の無い話で盛り上がっていた
- ・ 年齢が離れすぎて、話に入れない
- ・ 他部署の人が多く初対面の人でも大勢いる親睦会は、顔と名前が一致しないのでコミュニケーションに苦労した
- ・ 上司や先輩が2人だけで話が盛り上がっていて孤立感を感じた
- ・ 役職が上の人ばかりの席になった
- ・ 先輩が飲み会の場で説教をされていた
- ・ 好きでもないお酒を飲むように言われた

- ・配膳と注文でほとんど飲み食いができない飲み会
- ・新人だからと同じ代金を払っているのに料理を配膳させられ、余りものしか食べられなかった
- ・無駄に長い得意先の接待

今回の調査結果について、当社取締役の近藤は、次のように述べています。

「今回の調査から、若手社員の約 8 割は『業務の相談や連携に加え、雑談もできる良好な関係』を望んでおり、完全に仕事だけの関係よりも、適度に踏み込んだコミュニケーションを好む傾向が見受けられました。職場交流のメリットとしては、『普段話す機会が少ない人とコミュニケーションがとれる』や『相手の意外な一面を知ることができる』といった回答が多く、業務遂行の円滑化や心理的安全性の向上につながる“関係づくりの入り口”として期待されている様子がうかがえます。自由記述では、飲み会やランチ会を通じて上司や同僚との距離が縮まり、『相談しやすくなった』『働くモチベーションが高まった』といった前向きな声が寄せられた一方、『上司だけが盛り上がりすぎて孤立感を覚えた』『初対面が多すぎて気疲れした』『苦手な飲酒を勧められた』といったネガティブな体験も確認されました。

一方で、近年はハラスメント配慮の高まりから、部下との交流を控える管理職も増えています。しかし、信頼関係を築くうえでは、業務外の対話や気軽な会話は依然として重要です。企業や管理職が親睦会を企画する際には、参加者が自然に話せる人数や組み合わせを工夫し、若手社員が上司や先輩に過度に気を遣わずにいられる雰囲気をつくること、また参加を当然視しない姿勢や、特に飲酒を伴う場での個々の価値観への丁寧な配慮が求められます。

若手社員は、互いに声をかけやすく、日常の業務や相談がスムーズに進む“ほどよい距離感”を望んでいます。忘年会や新年会といった形式的なイベントを交流のきっかけとして活用しながら、『近況を気軽に共有できる』『ちょっとした相談をためらわずに持ちかけられる』といった日常的に話しかけやすい環境を整えることが大切です。上下関係を意識させないフラットで話しやすい関係性を目指すことで、相手の本音に近づきやすくなります。職場の人間関係の質やエンゲージメントの向上につなげることができるでしょう。」



#### 株式会社ジェイック 取締役 教育事業部長 近藤浩充

獨協大学 経済学部卒業後、情報システム系の会社を経て入社。IT 戦略事業、全社経営戦略、教育事業、採用・就職支援事業の責任者を経て現職。企業の採用・育成課題を知る立場から、当社の企業向け教育研修を監修するほか、一般企業、金融機関、経営者クラブなどで、若手から管理職層までの社員育成の手法やキャリア形成等についての講演を行っている。デール・カーネギー・コース認定トレーナー。昨今では管理職のリーダーシップやコミュニケーションスキルをテーマに、雑誌『プレジデント』（2023 年）、TBS「THE TIME,」（2025 年）ほか人事メディアからの取材も多数実績あり。

#### 【調査概要】

調査名称：「職場の親睦を深める機会」に関するアンケート調査

調査対象：当社の就職支援サービスを利用して就職・入社した 18 歳～30 代の正社員

調査機関：自社調査

調査方法：Web アンケート

調査期間：2025 年 12 月 2 日～12 月 6 日

回答者数：118 名

#### ■教育支援サービス（教育事業部）の概要

当社にて 25 年以上続いている事業で、受講者の“マインド面”を重視して行動変容を促す研修を得意としています。主な研修としては、『人を動かす』等で有名な「デール・カーネギー・トレーニング」研修、世界的ベストセラー書籍を基にした「7 つの習慣®」研修や、目標達成メソッドとして著名な「原田メソッド®」の研修、その他顧客企業のニーズに合わせた各種カスタマイズ研修を提供しています。

サイト URL：<https://www.jaic-g.com/service/education/>

## ■会社概要

社名 : 株式会社ジェイック (<https://www.jaic-g.com/>)  
本社所在地 : 東京都千代田区神田神保町 1-101 神保町 101 ビル 7F (受付 6F)  
代表取締役 : 佐藤 剛志  
設立 : 1991 年 3 月  
資本金 : 2 億 6,277 万円 (2025 年 7 月末現在)  
事業内容 : 教育研修サービス、採用支援サービス、就職支援サービス

既卒向け就職支援サービス「ジェイック 就職カレッジ®」 <https://www.jaic-college.jp/>  
採用×教育チャンネル「HRドクター」 <https://www.hr-doctor.com/>

### 【お問い合わせ先】

株式会社ジェイック 担当：梅田

E-mail : [info@jaic-g.com](mailto:info@jaic-g.com) TEL 03-5282-7600 FAX 03-5282-7607