



2025 年 7 月 31 日
パーソルイノベーション株式会社

副業人材マッチングサービス『lotsful』、「静かな退職」と副業の実態調査

～「静かな退職」実践者の 6 割が副業に活路。本業は“キャリア基盤”、「昇進したくない」若手が共感～

「はたらいて、笑おう。」をビジョンに掲げるパーソルグループのパーソルイノベーション株式会社 lotsful Company（本社：東京都港区、lotsful Company代表：田中 みどり）が運営する副業人材マッチングサービス『lotsful（ロツフル）』

（<https://lotsful.jp/>）は、全国の企業に勤める20～49歳の会社員を対象に、「静かな退職」※と副業に関する調査を実施しましたので、その結果を本日お知らせします。

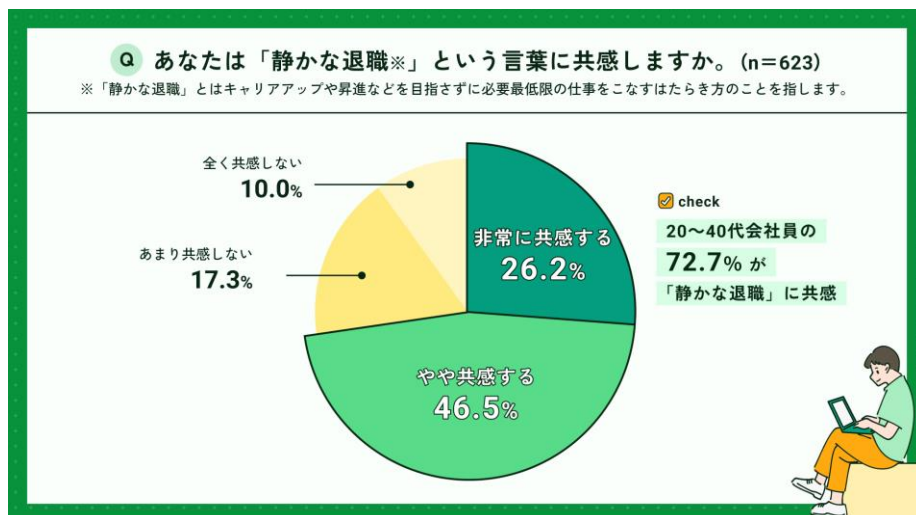
※本調査では、「静かな退職」を「キャリアアップや昇進などを目指さずに必要最低限の仕事をこなすはたらき方」と定義しています。



■ 調査結果

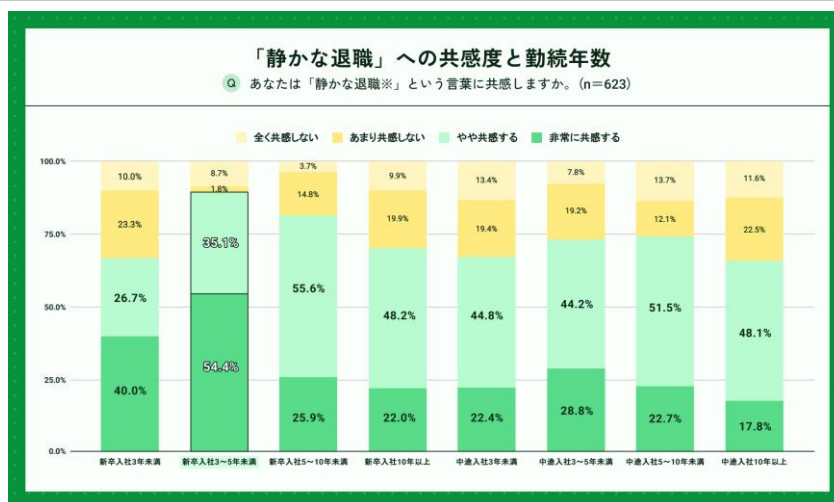
「静かな退職」に共感する、入社後3～5年未満の勤続年数である若手層が多数派に

「静かな退職」という考え方に対し、「非常に共感する」（26.2%）「やや共感する」（46.5%）と回答した人は全体の72.7%に上り、多くの人がこの価値観に理解を示していることがわかりました。なかでも、新卒入社後3～5年未満の勤続層では、実に89.5%が「共感する」と回答しており、若手社員の間で特にこの傾向が顕著です。一方的な成果主義や、昇進ありきのキャリア観に違和感を抱く若手が増えていることがうかがえます。



報道・メディア関連の問い合わせ先

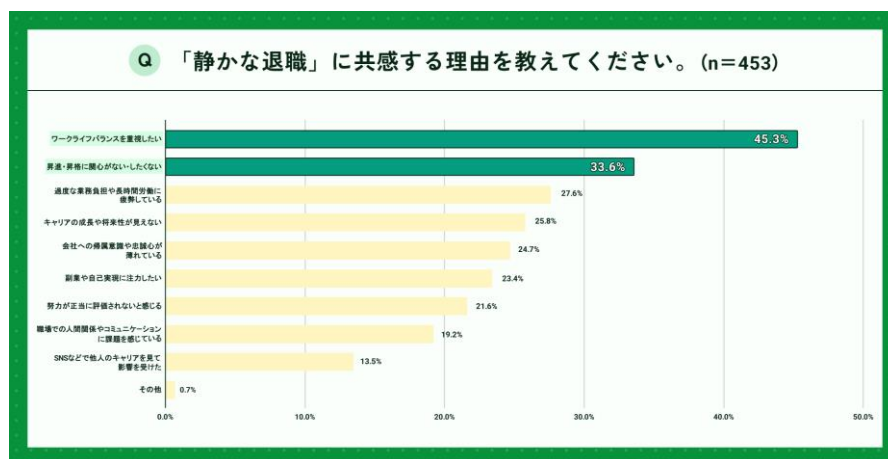
パーソルイノベーション株式会社 広報室 TEL：03-6757-4259 MAIL：pino_pr@persol.co.jp



共感の背景には「ワークライフバランス」志向と「昇進」への関心低下があり、昇進意欲がある人は37.4%にとどまる

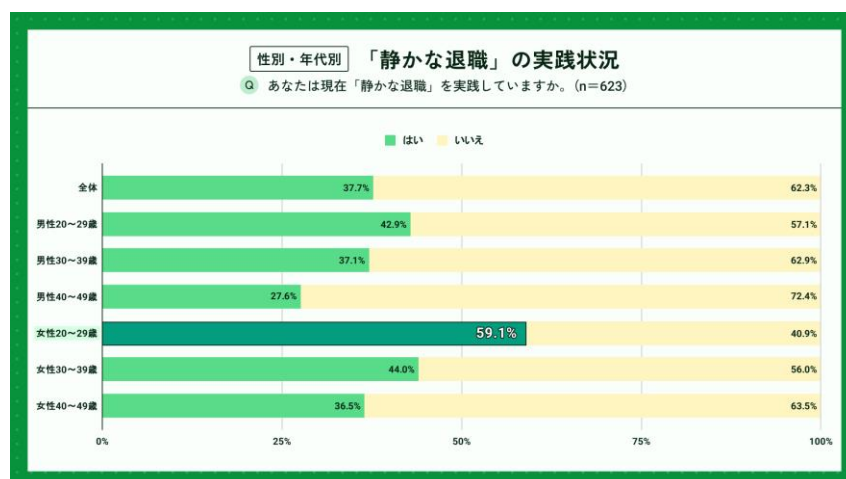
「静かな退職」に共感する理由としては、「ワークライフバランスを重視したい」(45.3%)が最も多く、次いで「昇進・昇格に関心がない・したくない」(33.6%)という声が挙がりました。仕事だけに偏らず、自分らしいライフスタイルを重視する姿勢や、管理職としての負担を敬遠する意向が、「静かな退職」への共感の背景にあると見られます。

実際に、管理職への昇進意欲があると回答した人は全体の37.4%にとどまり、過半数が昇進に対して積極的ではない傾向が見て取れます。こうした結果は、従来のキャリアパスや管理職像の見直しが求められていることに加え、企業側が社員一人ひとりのキャリア自律を後押しできるような環境整備の重要性を示唆していると言えます。



「静かな退職」が若年層・女性に拡大 本業は安定と副業の土台に

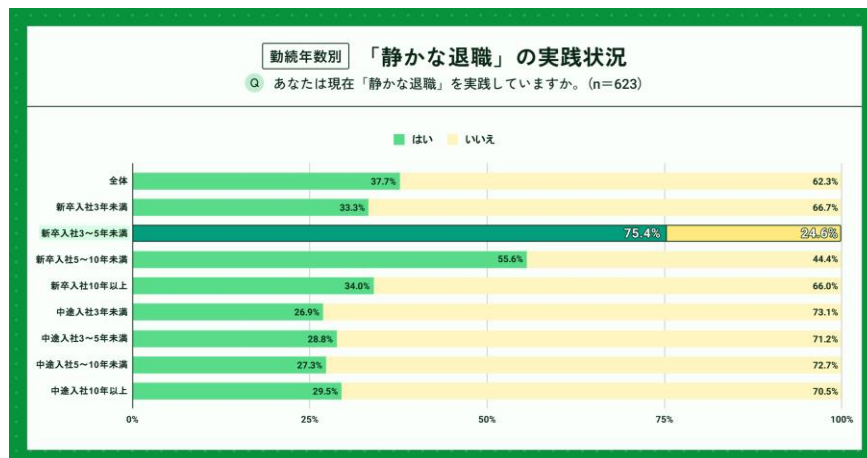
現在「静かな退職」を実践していると回答した人は全体の37.7%という結果になりました。特に20代女性でその割合が最も高く、次いで30代女性、20代男性と続いており、若年層・女性を中心に広がりを見せています。



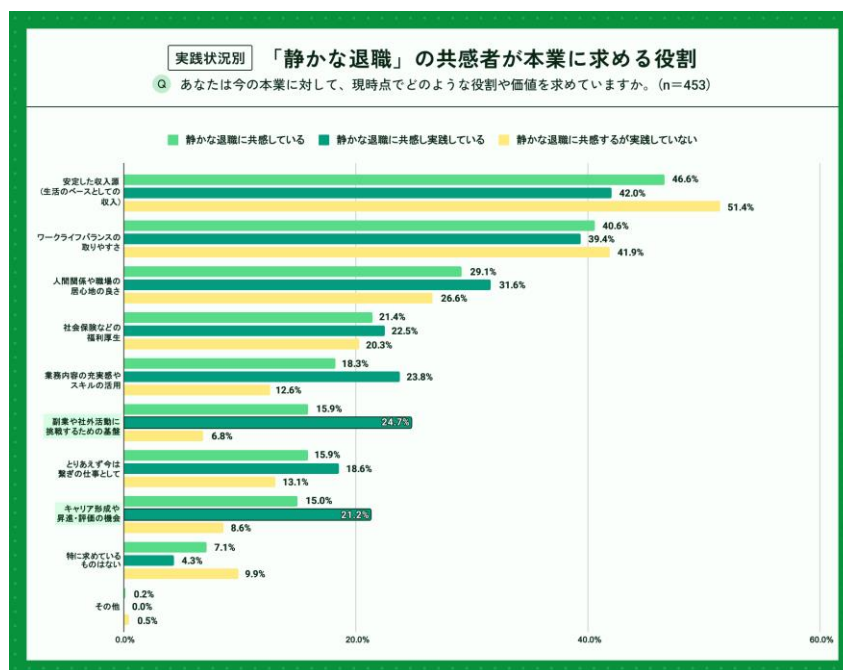
報道・メディア関連の問い合わせ先

パーソルイノベーション株式会社 広報室 TEL : 03-6757-4259 MAIL : pino_pr@persol.co.jp

また、新卒入社後3～5年未満の層においては、75.4%が「静かな退職」を実践していると回答しており、実際の行動としても定着しつつあることが明らかになりました。

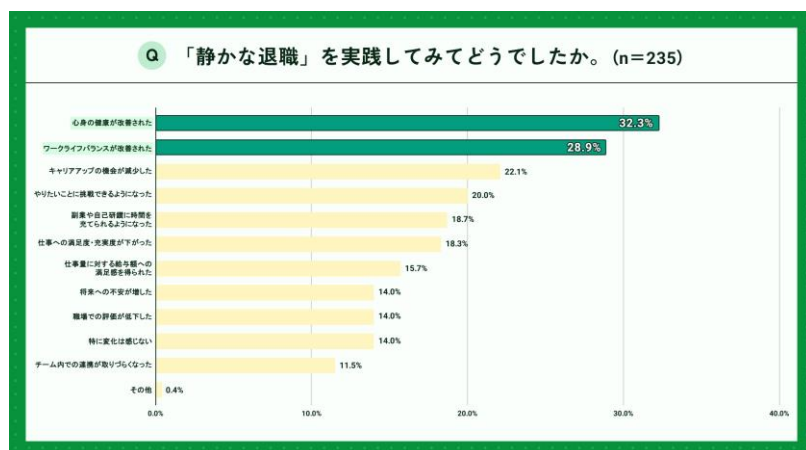


「静かな退職」という考え方に「非常に共感する」「やや共感する」と回答した方々に対し、今の本業に求める役割を尋ねたところ、全体では「安定した収入源」(46.6%)が最多で、次いで「ワークライフバランスの取りやすさ」(40.6%)が続きました。また、そのうち実際に「静かな退職」を実践している人と実践していない人を比較すると、実践している人のほうが「副業・社外活動の基盤」や「キャリアアップの土台」として本業を捉える傾向があり、本業と副業のバランスを意識したキャリア戦略が垣間見えます。



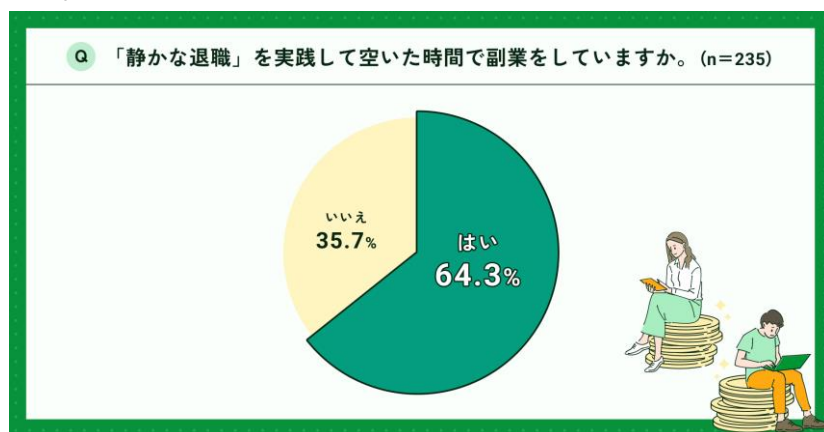
「静かな退職」によって「心身の健康改善」や「生活の質向上」などポジティブな変化を実感

「静かな退職」を実践してみてどうだったかを尋ねたところ、「心身の健康が改善された」(32.3%)、「ワークライフバランスが改善された」(28.9%)といったポジティブな変化を感じている人が多く見られました。自らの価値観に合ったはたらき方を選ぶことで、当初の目的を達成している人が多いと見受けられます。



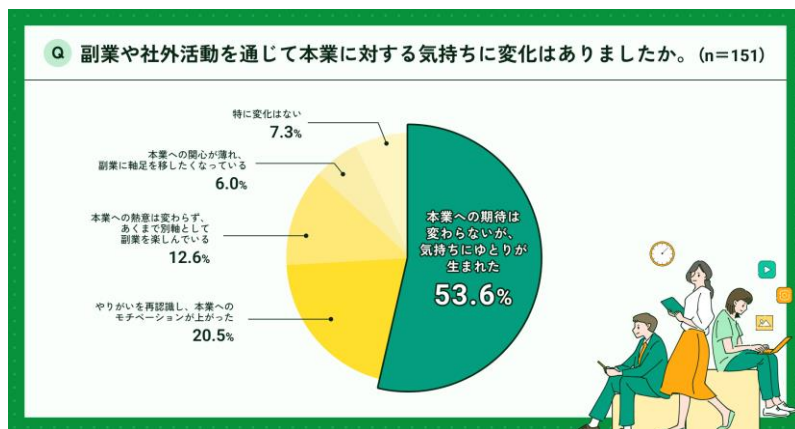
空いた時間を「副業」に活用する人が6割超

「静かな退職」によって空いた時間を、副業などの社外活動に活用している人は全体の64.3%にのぼり、多くの人がその時間の余白をキャリア形成のために積極的に使っている実態が明らかになり主体的かつ戦略的にキャリアをデザインする姿勢がうかがえる結果となりました。



本業への「ゆとり」や「再評価」など、ポジティブな変化も

「静かな退職」で空いた時間を、副業などの社外活動に活用していると答えた回答者に対し、副業や社外活動を通じて本業に対する気持ちに変化があったかを尋ねたところ、「本業への期待は変わらないが、気持ちにゆとりが生まれた」（53.6%）が最多となり、続いて「やりがいを再認識し、本業へのモチベーションが上がった」（20.5%）という声も見られました。静かな退職は、本業を手放すことなく、より持続可能な関わり方を模索する手段と捉えられていることがうかがえます。



■調査概要

調査手法：インターネット調査（Fastask）

調査対象：全国の企業に勤める会社員 20～49歳の男女

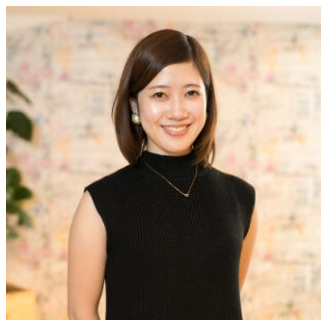
調査期間：2025年6月9日（月）～6月16日（月）

対象人数：661人

報道・メディア関連の問い合わせ先

パーソルイノベーション株式会社 広報室 TEL：03-6757-4259 MAIL：pino_pr@persol.co.jp

■lotsful Company代表 田中 みどり コメント



「静かな退職」という言葉には、ややネガティブな印象を持たれることもあります。今回の調査では、キャリアを諦めた結果ではなく、自分らしいはたらき方を主体的に選んだ結果であることがうかがえます。特に若手世代を中心に、昇進を目指す従来のキャリアモデルにとらわれず、副業や社外活動を通じて、自らの価値観に合ったキャリアを築こうとする前向きな姿勢も見受けられます。若年層を中心とした今回の調査では、こうした傾向がより顕著に表れており、背景には、「本業＝すべて」という所属企業に専念するしか選択肢がないという価値観からの脱却があり、企業にも、社員一人ひとりの多様なキャリア観に寄り添った制度や関わり方が求められる時代になってきているのではないのでしょうか。『lotsful』では、これからも多様な人材が自分らしくはたらくための選択肢を広げるべく、副業機会の提供と企業への制度設計支援の両面から、支援を強化してまいります。

■利用企業数は 2,000 社超！

4 万件以上の案件を支援してきた副業人材サービス『lotsful』の特徴※2025 年 4 月時点



<副業人材へのメリット> <https://lotsful.jp/>

『lotsful』は企業側の副業受け入れに関する啓蒙を積極的に行っています。事業開発、営業、マーケティング、人事、広報、経営企画など、**ビジネス職を中心に多様な案件**を取り揃えています。これまでの実績やスキルについて、**専任のタレントプランナーが無料カウンセリングを実施**するため、副業未経験者も安心してチャレンジが可能です。原則リモートでチャレンジできる案件がほとんどのため、週に 1 回・4 時間からなど、**柔軟なはたらき方で副業をスタート**することが可能です。

<副業受け入れ企業側へのメリット> <https://lotsful.jp/brand/lp>

スキルアップや事業貢献を目的にした豊富な経験や実績を持つ人材をターゲットにしているため、社内のリソースでは不足している分野に関して、領域ごとに確立・洗練された**事業運営ノウハウを活用**できます。タレントの業務委託費用のみで、業務切り出しのサポートから、副業スタート時の煩雑な契約周りまでパーソルグループの豊富な人材支援ノウハウを活かしたオンボーディングサポートを実施し、契約関連・労務管理等、**副業人材活用の仕組み構築まで支援**します。（契約形態は業務委託となります。）

■「キャリアサークル by lotsful」の特徴



「キャリアサークル」は、『lotsful』が提供する企業人事担当者向けキャリア支援プラットフォームです。パーソルグループで独自開発した社内向けシステムをベースに、**社内・グループ内の異動や副業に特化した機能**を提供し、公募型異動や企業内副業の求人情報や選考状況の**一括管理、応募、体験の可視化**をシームレスに実現します。3 万件の副業マッチング実績をもつ専門コンサルタントが制度設計や風土醸成、社内求人の要件定義やコンテンツの企画に伴走支援します。

※プレスリリース：<https://lotsful.jp/news/321>

報道・メディア関連の問い合わせ先

パーソルイノベーション株式会社 広報室 TEL：03-6757-4259 MAIL：pino_pr@persol.co.jp

■ パーソルイノベーション株式会社について < <https://persol-innovation.co.jp/> >

パーソルイノベーション株式会社は、パーソルグループの次世代の柱となる事業創造を目的として、2019年4月に事業を開始しました。人材紹介分野では、若年層・未経験を中心としたエッセンシャルワーク領域の人材紹介サービス『ピタテン』、採用管理・マーケティングツールを提供する『HITO-Link（ヒトリンク）』を展開しており、人材育成関連分野では、企業のDX組織構築の支援サービスを提供する『TECH PLAY（テックプレイ）』、リスキリング支援サービス『Reskilling Camp（リスキリング キャンプ）』や、コミック教材を活用した研修サービス『コミックラーニング』、副業マッチングサービス『lotsful（ロットフル）』などを運営しています。また、新たな事業開発やデジタルトランスフォーメーションを通じて、パーソルグループのイノベーションを加速していくことを目指しています。

■ 『lotsful』サービスご利用に関するお問い合わせは、以下メールアドレスからお願いいたします

support@lotsful.jp