

『エンバイト』ユーザーに聞いた「副業（複業）・Wワーク」調査

現在、副業をしている方は26%。最多の40代は3人に1人が該当。

副業でしたい仕事は「軽作業」「オフィスワーク」。20代は「飲食スタッフ」も上位。

－『エンバイト』ユーザーアンケート－

エン株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役会長兼社長：越智通勝）が運営する“派遣型のアルバイト”を集めた求人サイト『エンバイト』（<https://hb.en-japan.com/>）上で、サイトを利用するユーザーを対象に「副業（複業）・Wワーク」に関するアンケートを実施。265名から回答を得ました。以下、結果をご報告いたします。 ※本レポートでは、複業・Wワークを「副業」とまとめて表記します。

調査結果 概要

- ★ 現在、副業をしている方は26%。最多の40代は3人に1人が該当。
現在はいしていない方のうち、関心がある方は42%。
- ★ 副業の目的、最多は「生活費を補うため」。10代のみ最多は「趣味や自己実現」。
- ★ 副業で経験してみたい仕事は「軽作業」「オフィスワーク」。
20代は「オフィスワーク」に並び「飲食スタッフ」が最多に。
- ★ 副業をして良かったことは「収入が増え、金銭的な余裕ができた」。
大変だったことは「体力的なきつさ」。

■ 調査結果 詳細

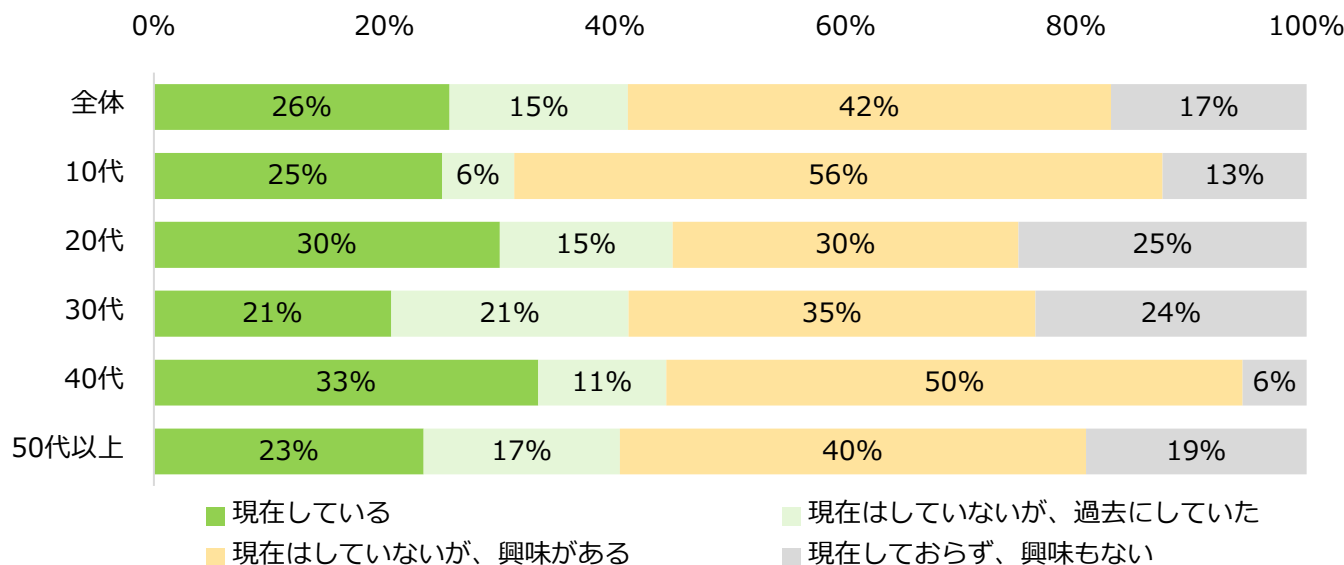
1：現在、副業をしている方は26%。最多の40代は3人に1人が該当。

現在はいしていない方のうち、関心のある方は42%。（図1～2）

「現在、“副業”をしていますか？あるいは興味はありますか？」と質問すると、26%が「現在している」、42%が「現在はいしていないが、興味がある」と回答しました。

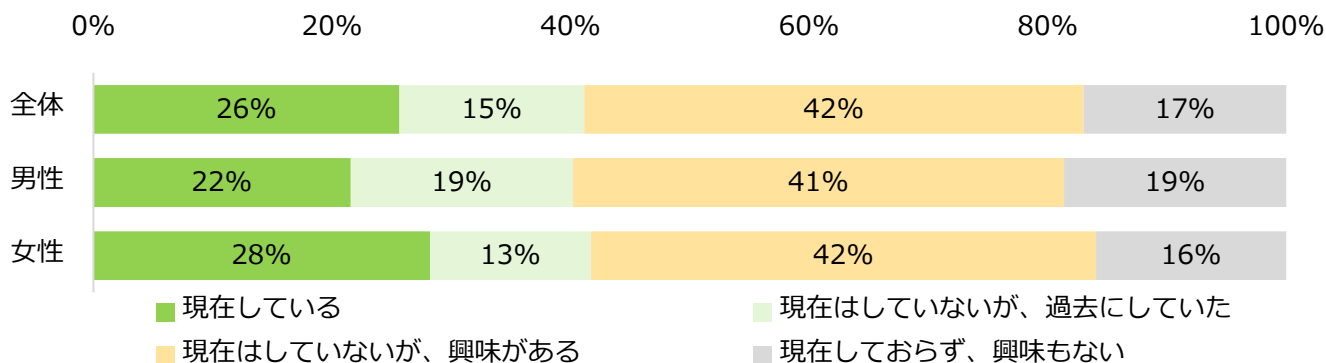
年代別では「現在している」のスコアにやや差異が見られました。最多の40代では33%と約3人に1人が該当しましたが、最も少ない30代では21%で12ポイントの開きがありました。男女別では大きな違いは見られませんでした。

【図1】現在、“副業”をしていますか？あるいは興味はありますか？（年代別）



※小数点以下を四捨五入しているため、必ずしも合計が100にならない。

【図2】現在、“副業”をしていますか？あるいは興味はありますか？（男女別）

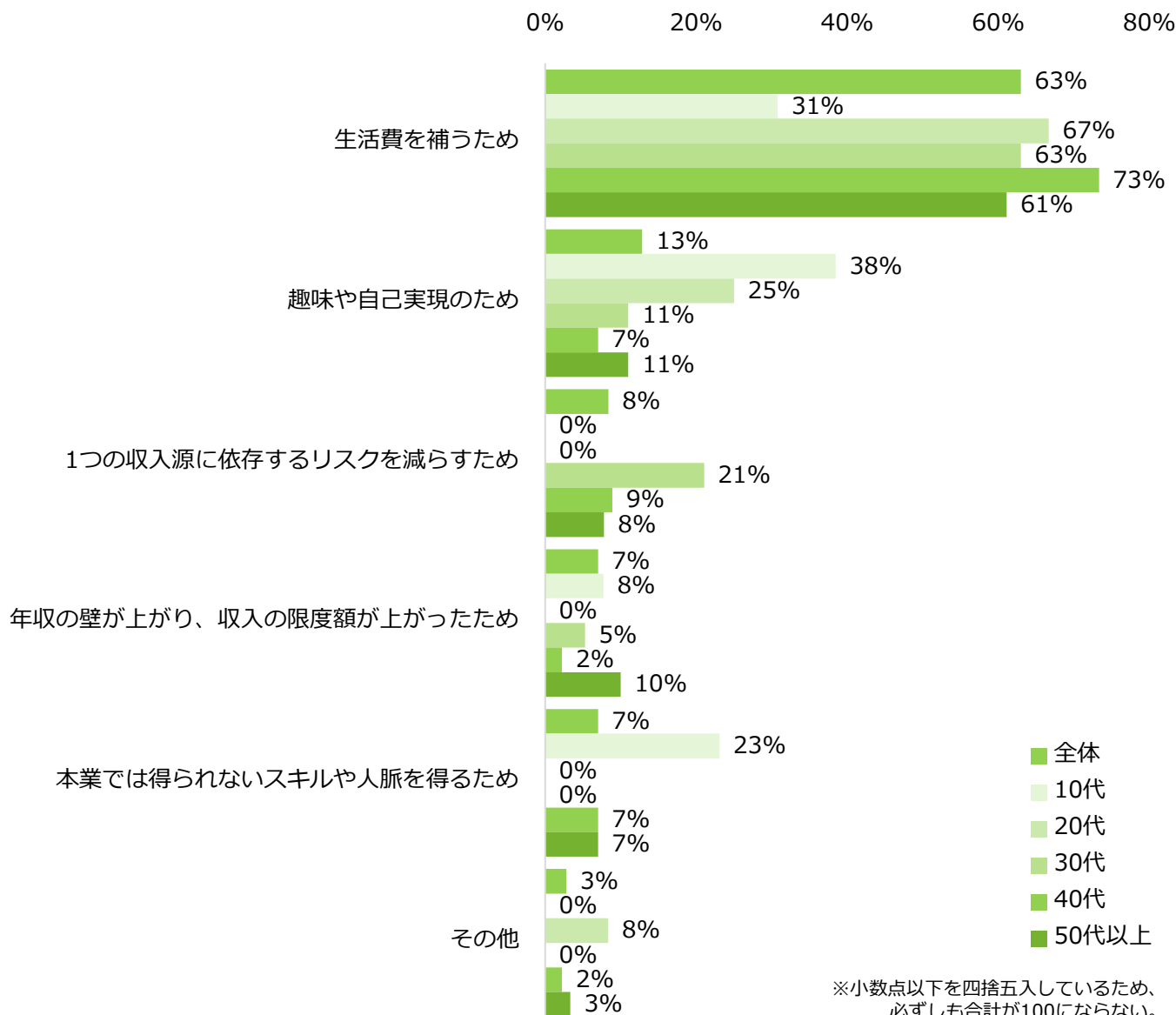


※小数点以下を四捨五入しているため、必ずしも合計が100にならない。

2：副業の目的、最多は「生活費を補うため」。10代のみ最多は「趣味や自己実現」。（図3～4）

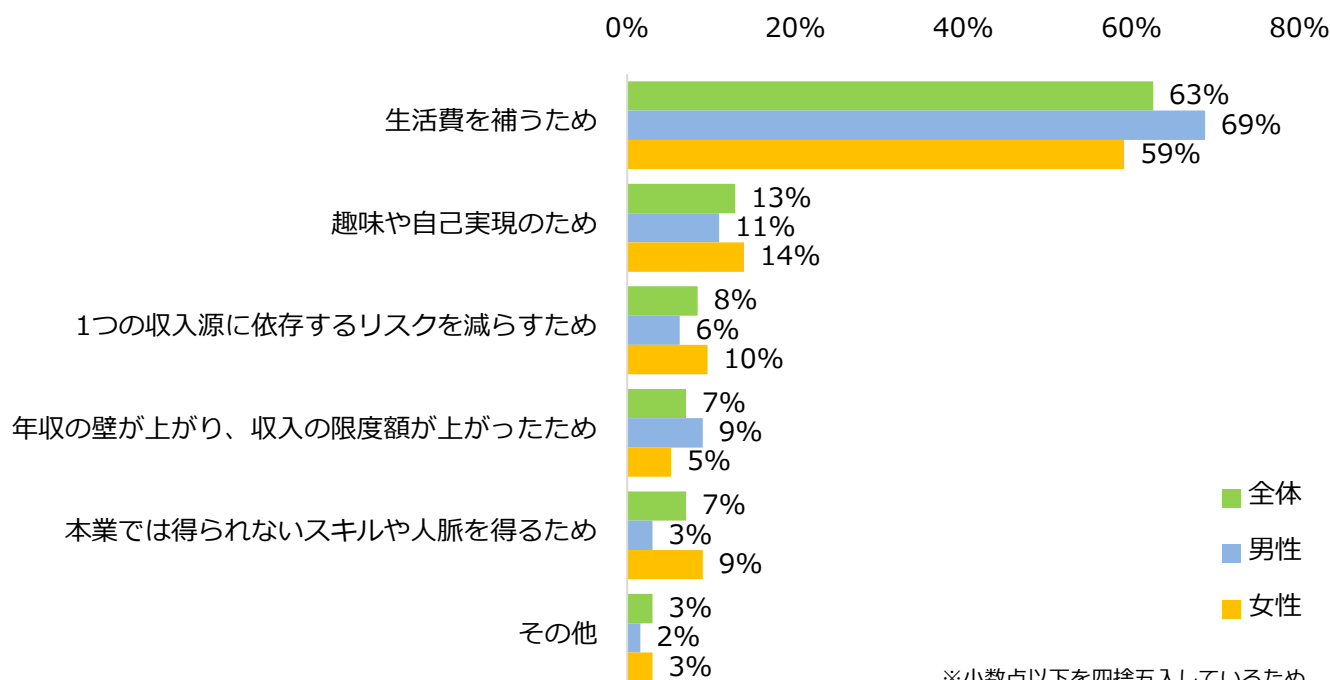
副業について「現在している」「現在はしていないが、興味がある」と回答した方に副業の目的を伺うと、最多は「生活費を補うため」（63%）でした。年代別で見ると、20代以上の順位に差異はありませんでしたが、10代のみ「趣味や自己実現のため」（38%）が最多でした。男女別では大きな違いが見られませんでした。

【図3】副業を「現在している」「現在はしていないが、興味がある」と回答した方に伺います。
副業の最大の目的を教えてください。（年代別）



※小数点以下を四捨五入しているため、必ずしも合計が100にならない。

【図4】 副業を「現在している」「現在はしていないが、興味がある」と回答した方に伺います。
副業の最大の目的を教えてください。（男女別）



※小数点以下を四捨五入しているため、必ずしも合計が100にならない。

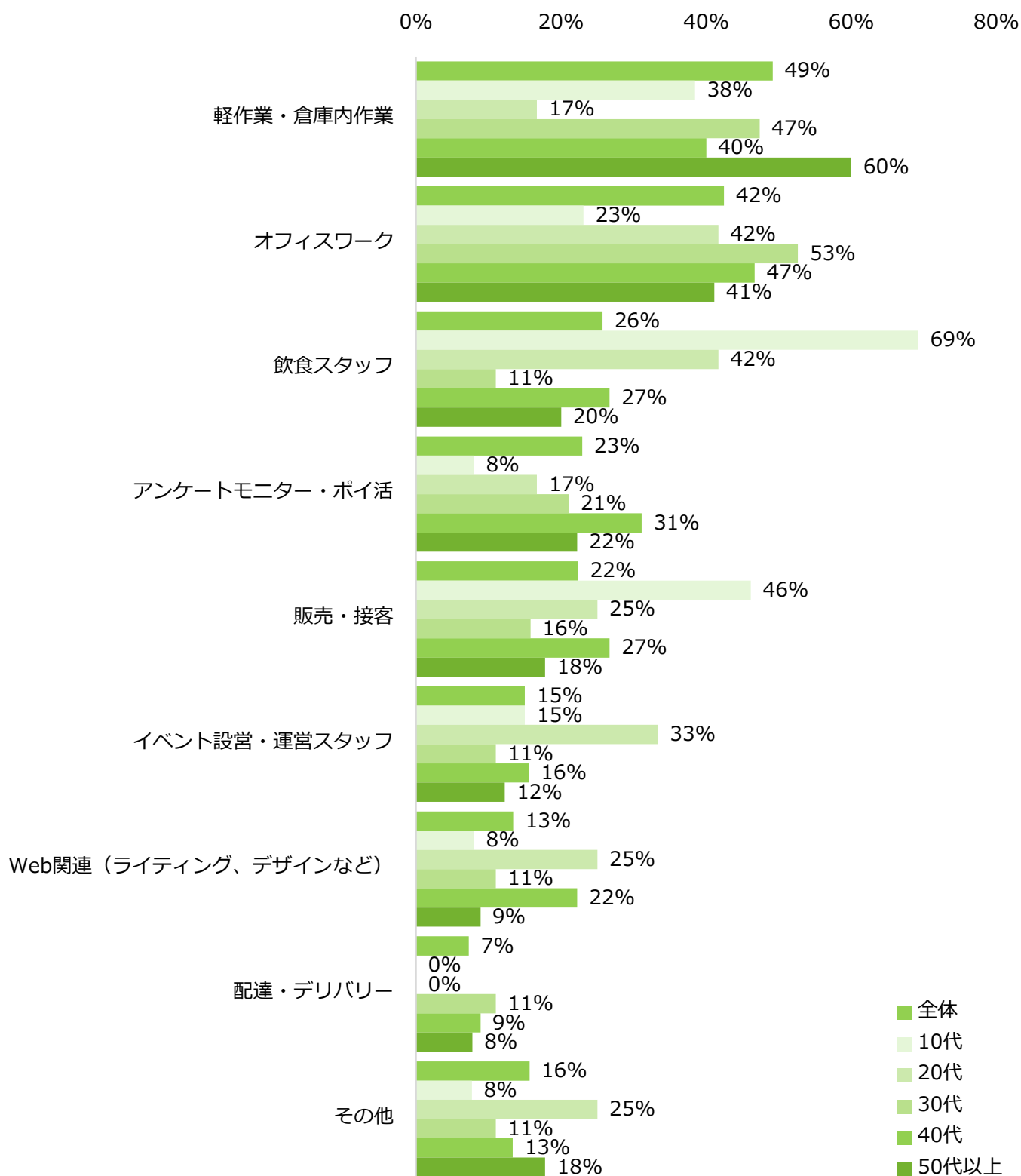
3：副業で経験してみたい仕事は「軽作業」「オフィスワーク」。 20代は「オフィスワーク」に並び「飲食スタッフ」が最多に。（図5～6）

副業について「現在している」「現在はしていないが、興味がある」と回答した方に、具体的にどのようなお仕事に興味があるか（現在しているか）を伺うと、上位は「軽作業・倉庫内作業」（49%）、「オフィスワーク」（42%）でした。

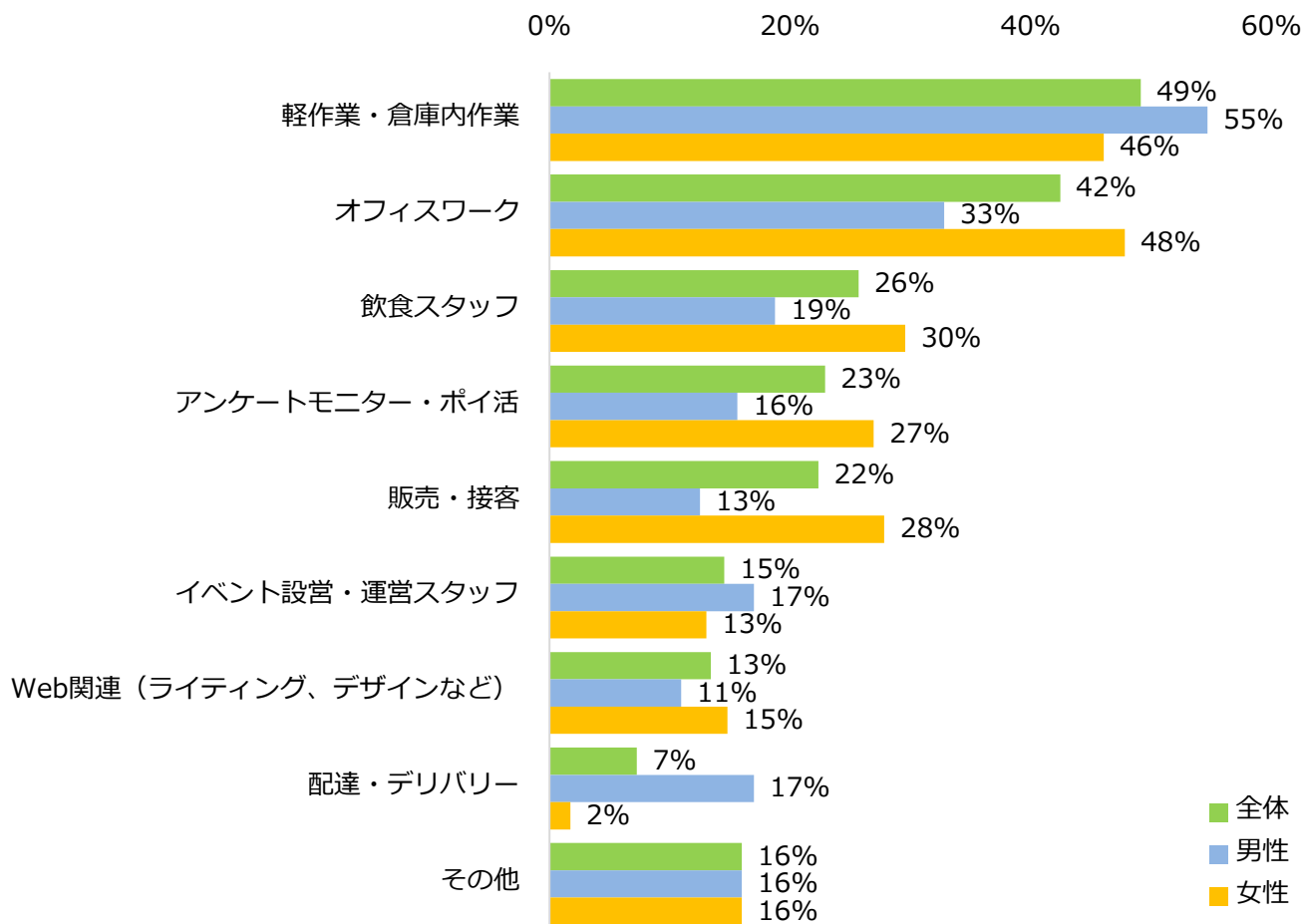
年代別で見ると、20～40代の最多が「オフィスワーク」（20代：42%、30代：53%、40代：47%）で、10代は「飲食スタッフ」（69%）、50代以上は「軽作業・倉庫内作業」（60%）で差異が見られました。20代は、同率42%で「飲食スタッフ」も最多になりました。

男女別では、男性の最多が「軽作業・倉庫内作業」（55%）、女性は「オフィスワーク」（48%）で、順位にやや違いが見られました。

【図5】副業を「現在している」「現在はしていないが、興味がある」と回答した方に伺います。
具体的に、どのようなお仕事に興味がありますか？またはしていますか？（年代別／複数回答可）



【図6】 副業を「現在している」「現在はしていないが、興味がある」と回答した方に伺います。
具体的に、どのようなお仕事に興味がありますか？またはしていますか？（男女別／複数回答可）



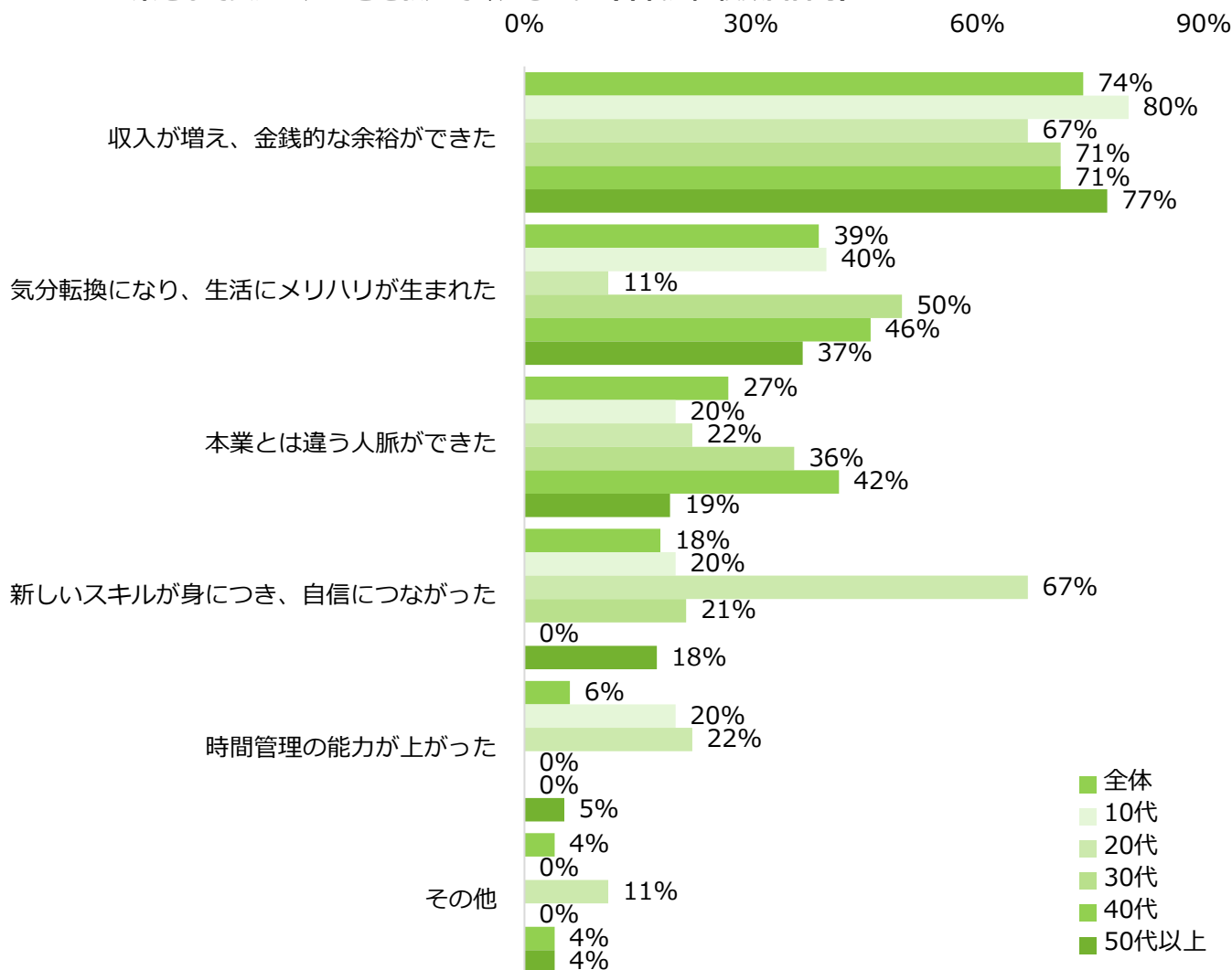
4：副業をして良かったことは「収入が増え、金銭的な余裕ができた」。 大変だったことは「体力的なきつさ」。（図7～10）

副業について「現在している」「現在はしていないが、過去にしていた」と回答した方に、副業をして良かったことを伺うと、最多は「収入が増え、金銭的な余裕ができた」（74%）でした。年代別で見ると、20代のみ「新しいスキルが身につく、自信につながった」（67%）が同率で1位になりました。男女別での大きな違いは見られませんでした。

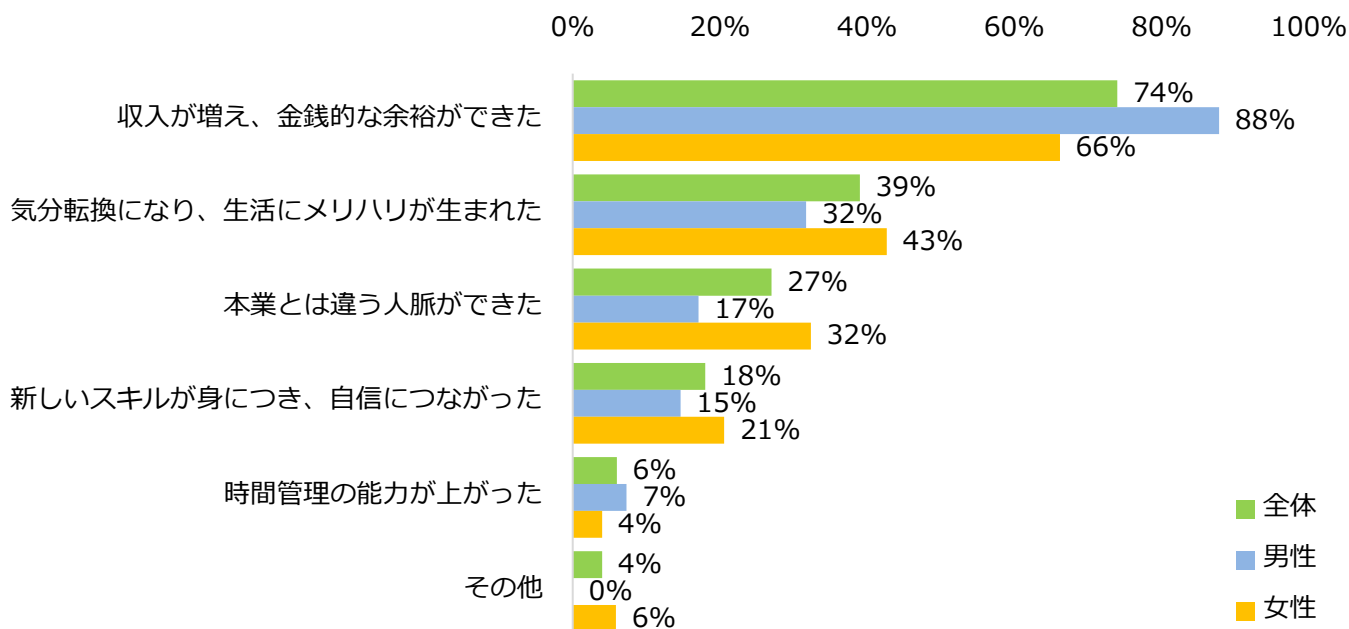
一方で、副業をして大変だと感じたことを伺うと、最多は「体力的にきつい」（56%）でした。年代別では、30代のみ最多が「確定申告などの事務手続きが面倒」（57%）でした。

男女別では、「体力的にきつい」が最多である点は共通していましたが、男性の次点は「確定申告などの事務手続きが面倒」（44%）、女性は「本業とのスケジュール調整が難しい」（44%）でやや違いが見られました。副業に関するメリット・デメリットについて、具体的な声も紹介します。

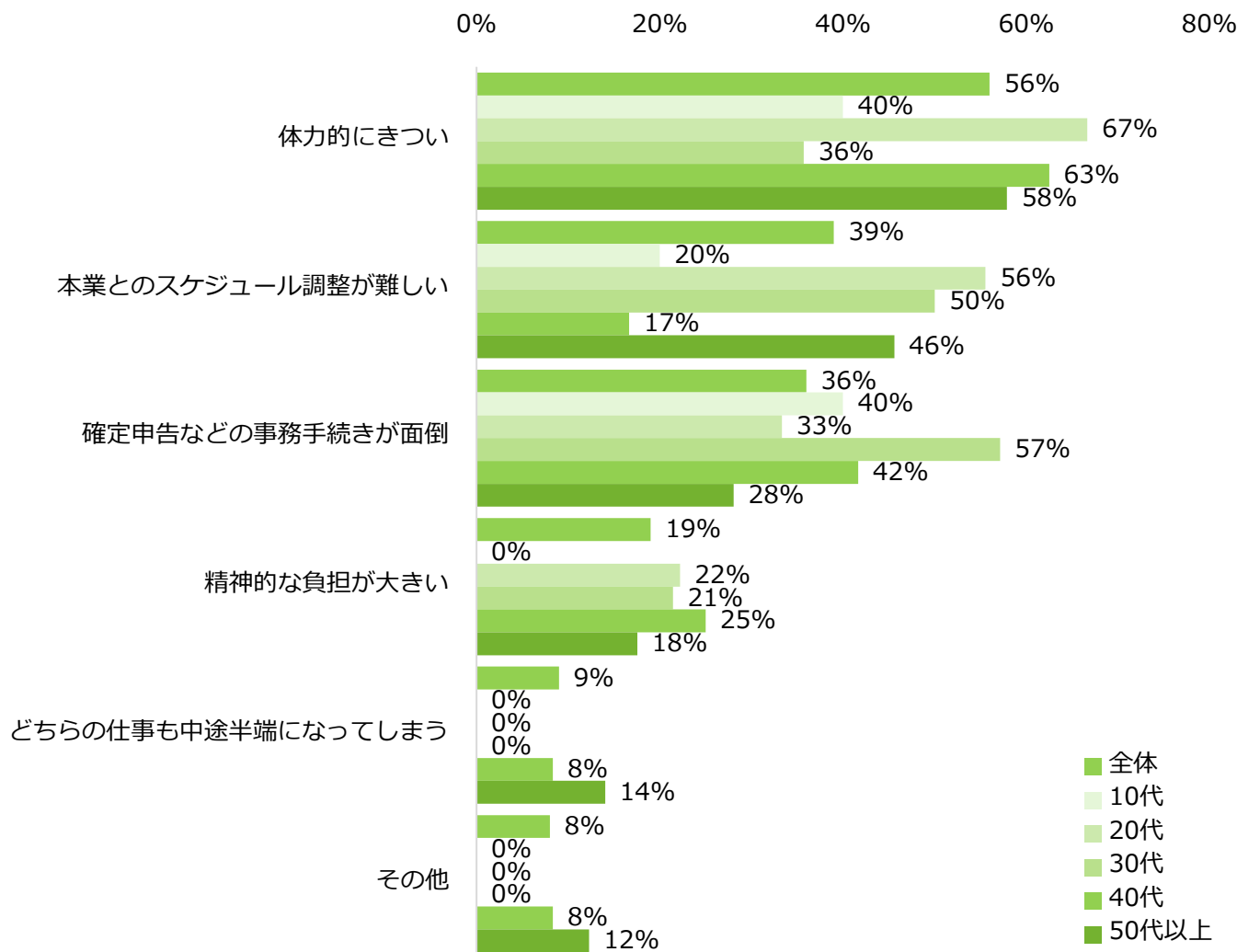
【図7】 副業を「現在している」「現在はしていないが、過去にしていた」と回答した方に伺います。
副業をして良かったことを教えてください。（年代別／複数回答可）



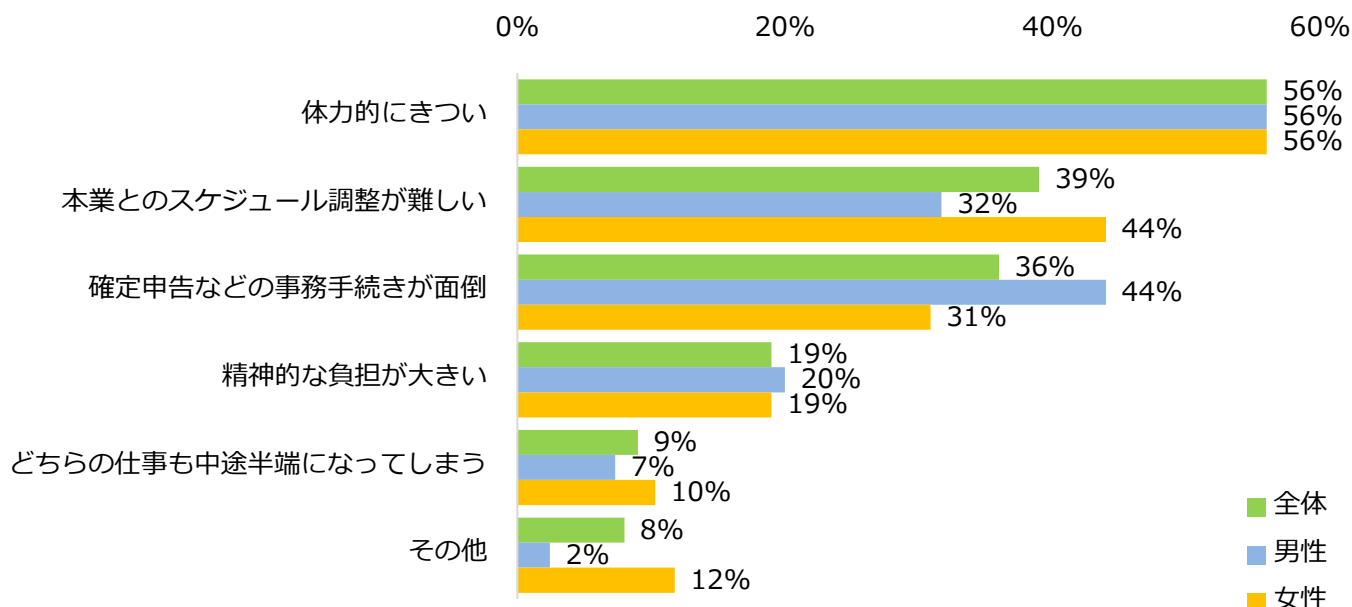
【図8】 副業を「現在している」「現在はしていないが、過去にしていた」と回答した方に伺います。
副業をして良かったことを教えてください。（男女別／複数回答可）



【図9】 副業を「現在している」「現在はしていないが、過去にしていた」と回答した方に伺います。
副業をして大変だと感じる／感じたことを教えてください。（年代別／複数回答可）



【図10】 副業を「現在している」「現在はしていないが、過去にしていた」と回答した方に伺います。
副業をして大変だと感じる／感じたことを教えてください。（男女別／複数回答可）



Q. 副業に関するメリットやデメリット、感想などを教えてください。

- ・メリットは収入の増加。デメリットは、休みが減るので肉体的または精神的にも疲労が蓄積しやすい。それはかけもちの仕事にも影響がでやすい。（30代男性）
- ・メリットは収入が増えること。デメリットは税申告の面倒さ。（30代女性）
- ・複業は何かを犠牲にしてまで行なう必要はないと思うが、新しい人脈やスキルを得ることで視野が広がり、生活のメリハリにも繋がると感じた。（40代女性）
- ・Wワークができると収入が増え生活が楽になるが、時間の調整がかなり負担になる。以前の副業先は時間の融通が利くという理由で5年も続いた。（50代男性）

【調査概要】

- 調査方法：インターネットによるアンケート
- 調査対象：『エンバイト』（<https://hb.en-japan.com/>）を利用するユーザー
- 調査期間：2026年5月26日～6月22日
- 有効回答数：265名

オフィスワークなど「派遣バイト」中心のアルバイト情報サイト『エンバイト』<https://hb.en-japan.com/>

オフィスワークを中心とした「派遣型のアルバイト」情報をご紹介します。高時給、単発&日払い、時短シフトなどさまざまな働き方に合う、派遣会社ならではのアルバイト情報を多数掲載。従来型の求人検索に加え、AIによるレコメンド、編集スタッフが探し出したおすすめ求人情報、企業側からの「面談確約」や「応募歓迎」通知機能など、自分に合った求人を見つけるためのサポートを充実させています。

レポートの引用について

当社の調査結果やレポートは、事業会社様の宣伝や商業活動などでのご利用はお断りさせていただいております。

※報道や公的な調査、学術用途での引用は問題ございません。

※エン株式会社（旧：エン・ジャパン株式会社）は、2025年10月に商号変更を行ないました。

**本ニュースリリースに関する
お問い合わせ先**

エン株式会社 広報担当<https://corp.en-japan.com/>

〒163-1335 新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー

TEL : 03-3342-6590 MAIL : en-press@en-japan.com