

2026 年 7 月 30 日
株式会社ビズリーチ

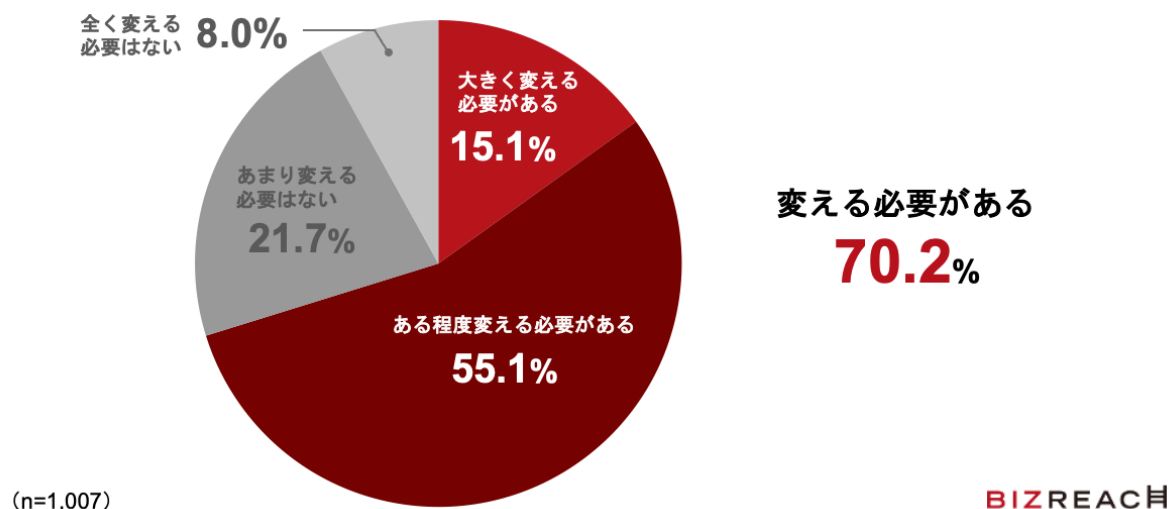
<ビズリーチ、「AI 時代のキャリア観」を調査>

**約 7 割が「AI 時代に向けて、スキルセットを変える必要がある」と回答
年収 1,500 万円以上の約 5 割は、すでにキャリアプランを見直し済み
～ 44.7%が生成 AI にキャリア相談。「客観性」や「本音の話しやすさ」の面で支持～**

株式会社ビズリーチ（所在地：東京都渋谷区/代表取締役社長：酒井哲也）が運営する、即戦力人材と企業をつなぐ転職サイト「ビズリーチ」は、生成 AI と対話しながらキャリアを整理し、客観的に自身の強みや市場価値を把握できる「[キャリア相談 AI 機能](#)」の提供開始に伴い、年収 800 万円以上かつ業務での生成 AI の利用頻度が週 1 日以上の方を対象に「AI 時代のキャリア観」に関するアンケート※を実施しました（有効回答数：1,007 件）。

その結果、70.2%が「AI 時代に向けて、スキルセットを変える必要がある」と回答し、生成 AI の普及を受けてキャリアプランを「見直した・見直す必要性を感じる」と回答した割合は 79.2%にのびりました。また、年収が高いほど、すでにキャリアプランを見直している傾向が見られました。

Q. AI時代に向けて、ご自身のスキルセットをどの程度変える必要があると思いますか。

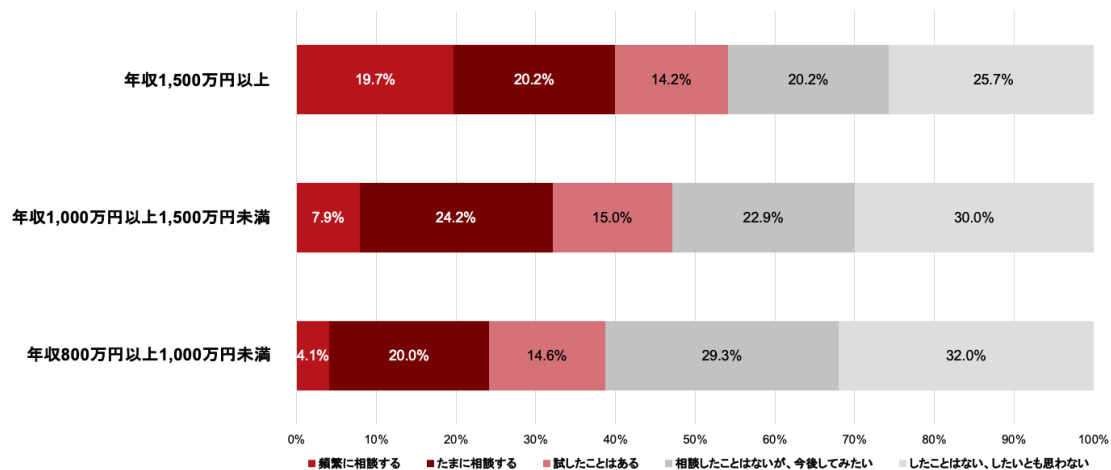


■約 4 割が生成 AI にキャリア相談の経験あり。年収が高いほど、頻繁に生成 AI を活用

多くのビジネスパーソンがスキルセットの見直しが必要と感じているなか、身近にキャリア相談できる人がいると回答した人は、約 5 割にとどまりました。多くの人が身近にキャリアを相談できる人がいないなか、転職やキャリアに関する悩みを「生成 AI に相談したことがある」と回答した人は 44.7%となりました。

また、年収が高いほど、生成 AI に相談する傾向が見られ、「頻繁に相談する」と回答した割合は、年収 1,500 万円以上の層が年収 800 万円以上 1,000 万円未満の層の約 5 倍となりました。人への相談と比べて優れている点としては、「客観的なアドバイスをもらえた（46.0%）」「本音を話せた（24.0%）」が上位に挙がり、7 割が人への相談より優れている点があると回答しました。

Q. 転職やキャリアに関する悩みを生成AIに相談したことはありますか。



(n=1,007)

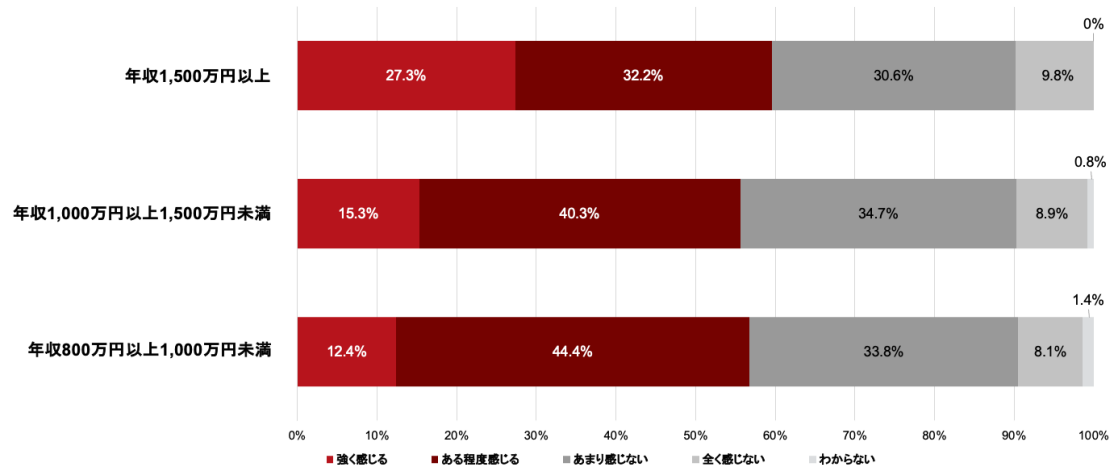
BIZREACH

■専門・汎用スキルの双方に生成 AI による代替の波。年収 1,500 万円以上の約 3 割が「生成 AI によるスキルの代替を強く感じる」と回答

自身が強みとしてきたスキルや専門性が、生成 AI によって代替・侵食されているかをたずねたところ、全体では「感じる（強く感じる・ある程度感じる）」と回答した人の割合は 56.8% となりました。特に「強く感じる」と回答した割合は、年収 1,500 万円以上の層が年収 800 万円以上 1,000 万円未満の層の 2 倍以上となり、年収が高いほど実感している傾向が見られました。

また、生成 AI による代替・侵食が進んでいる・または今後進むと思うスキルについてたずねたところ、専門スキルでは「データ分析、予測モデリング（55.1%）」「翻訳・言語処理（50.5%）」「専門的な文書作成・執筆（47.1%）」が、汎用スキルでは「情報の収集・整理・集計（58.5%）」「定型的な文章作成・ドキュメンテーション（58.1%）」「計画立案・タスク管理（49.4%）」が上位に挙がりました。

Q. これまで、あなたがキャリアの強みとしてきたスキルや専門性が、生成AIによって代替・侵食されていると感じますか。



(n=1,007)

BIZREACH

Q. 生成AIによる代替・侵食が進んでいる、または今後進むと思うスキルを全てお選びください。

順位	専門スキル	順位	汎用スキル
1	データ分析・予測モデリング 統計解析、市場トレンド分析など (55.1%)	1	情報の収集・整理・集計 データを集める、グラフ化する、必要な情報をまとめるなど (58.5%)
2	翻訳・言語処理 多言語翻訳、専門用語のローカライズ、要約など (50.5%)	2	定型的な文章作成・ドキュメンテーション 議事録、報告書、標準的なメール、マニュアルの作成など (58.1%)
3	専門的な文書作成・執筆 レポート、プレスリリース、専門記事の執筆など (47.1%)	3	計画立案・タスク管理 スケジューリング、進捗管理、手順の最適化など (49.4%)

(n=1,007)

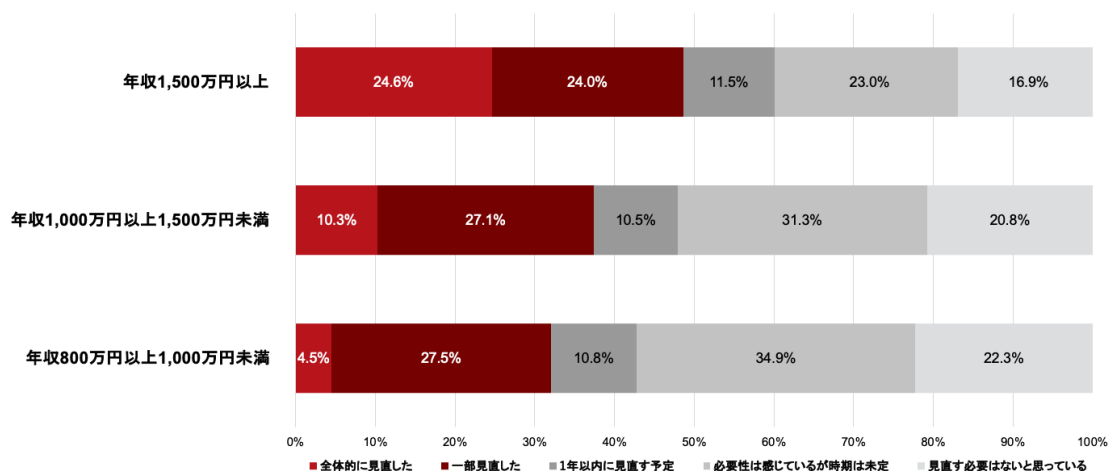
BIZREACH

■生成 AI の普及を受けてキャリアプランを「見直した・見直す必要性を感じる」人が約 8 割。「全体的に見直した」割合は、年収 1,500 万円以上の層が年収 800 万円以上 1,000 万円未満の層の 5 倍超

生成 AI の普及を踏まえて、自身のキャリアプランを「見直した・見直す必要性を感じる（全体的に見直した・一部見直した・1 年以内に見直す予定・必要性は感じているが時期は未定）」と回答した割合は、79.2%にのびりました。

すでにキャリアプランを「見直した（全体的に見直した・一部見直した）」と回答した割合は、年収が高くなるにつれて上昇する傾向が見られます。特に「全体的に見直した」と回答した割合は、年収 1,500 万円以上の層が年収 800 万円以上 1,000 万円未満の層の 5 倍以上となりました。

Q. 生成AIの普及を踏まえて、ご自身のキャリアプランを見直しましたか。



(n=1,007)

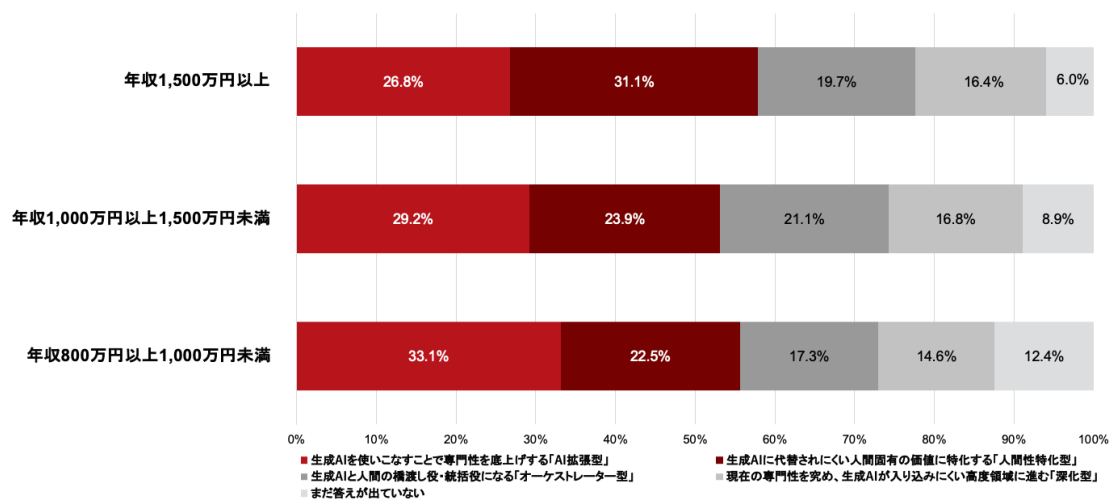
BIZREACH

■年収帯によって、AI 時代におけるキャリアの希少性の高め方に違い。年収 1,500 万円以上では、生成 AI に代替されにくい人間固有の価値に特化する「人間性特化型」が最多に

AI 時代におけるキャリアの希少性の高め方についてたずねたところ、全体では生成 AI を使いこなすことで専門性を底上げする「AI 拡張型」が最多となりました。年収別に比較すると、年収 800 万円以上 1,000 万円未満の層では「AI 拡張型」が 1 位だったのに対し、年収 1,500 万円以上の層では、生成 AI に代替されにくい人間固有の価値に特化する「人間性特化型」が 1 位となりました。

AI 時代における自身のキャリアプランや希少性の高め方について意見を求めたところ、「生成 AI によって定型業務の自動化が進むなか、人と人の信頼関係の構築や課題発見力、提案力の重要性は今後さらに高まる」「生成 AI を使いこなしながらも、代替されにくい価値を磨くことで、自身の希少性を高めていきたい」といった声が寄せられ、生成 AI の活用を前提としながらも、人間固有の価値を重視する姿勢が見られました。

Q. AI時代における希少性の高め方として、ご自身の考えに最も近いものをお選びください。



(n=1,007)

BIZREACH

■株式会社ビズリーチ 執行役員 CSMO ビズリーチ事業部 事業部長 枝廣 憲 コメント

生成 AI の普及の影響を踏まえ、ビジネスパーソンの間でスキルやキャリアプランを見直す動きが強まっています。しかし、変化の激しい労働市場において、個人の志向や市場価値を自力で客観的に整理することは容易ではなく、キャリア相談に生成 AI を活用するケースが増えています。

一方で、汎用的な生成 AI は一般論に終始しやすい側面があります。これに対してビズリーチの「[キャリア相談 AI 機能](#)」は、17 年間にわたり蓄積された日本の転職市場データを学習した「[ビズリーチ AI](#)」を活用しています。会員一人一人の職務経歴を読み込み、志向や強みを客観的に整理することで、自身の真の市場価値の把握を支援します。

不確実性の高い現代だからこそ、定期的なキャリアの棚卸しと、主体的・自律的なキャリア形成を強力にバックアップしてまいります。

※調査概要

調査内容：AI 時代のキャリア観に関する意識調査

調査対象：年収 800 万円以上かつ業務での生成 AI の利用頻度が週 1 日以上のビジネスパーソン

調査期間：2026 年 6 月 18 日～2026 年 6 月 22 日

有効回答数：1,007

- ・回答率は端数処理の関係で合計が 100%にならない場合があります。
- ・本調査を引用される際には、「ビズリーチ調べ」と必ずご記載ください。

■即戦力人材と企業をつなぐ転職サイト「ビズリーチ」について

ビズリーチは企業と求職者が直接やりとりできるプラットフォームがなかった人材業界において、人材データベースを企業に開放することで採用市場を可視化しました。また、企業が求職者へ自らアプローチできるプラットフォームを提供することで、企業が必要としている人材を採用するために、あらゆる手段を主体的に考え、能動的に実行する採用活動「ダイレクトリクルーティング」を推進し、優秀な人材のスピーディーな採用をご支援しています。また、求職者も今まで知りえなかった企業からアプローチを受けることで、キャリアの選択肢と可能性を最大化することが可能です。

URL：求職者向け <https://www.bizreach.jp/>

企業向け <https://bizreach.biz/service/bizreach/>

■株式会社ビズリーチについて

「キャリアに、選択肢と可能性を」をミッションとし、2009 年 4 月より、働き方の未来を支えるさまざまなインターネットサービスを運営。東京本社のほか、大阪、名古屋、福岡、静岡、広島に拠点を持つ。即戦力人材と企業をつなぐ転職サイト「ビズリーチ」、社内スカウトで人材流出を防ぐ「社内版ビズリーチ by HRMOS」、人財活用プラットフォーム「HRMOS（ハーモス）」シリーズ、OB/OG 訪問ネットワークサービス「ビズリーチ・キャンパス」を展開。産業のデジタルトランスフォーメーション（DX）を推進するさまざまな事業を展開する Visional グループにおいて、主に HR Tech のプラットフォームや SaaS 事業を担う。

URL：<https://www.bizreach.co.jp/>