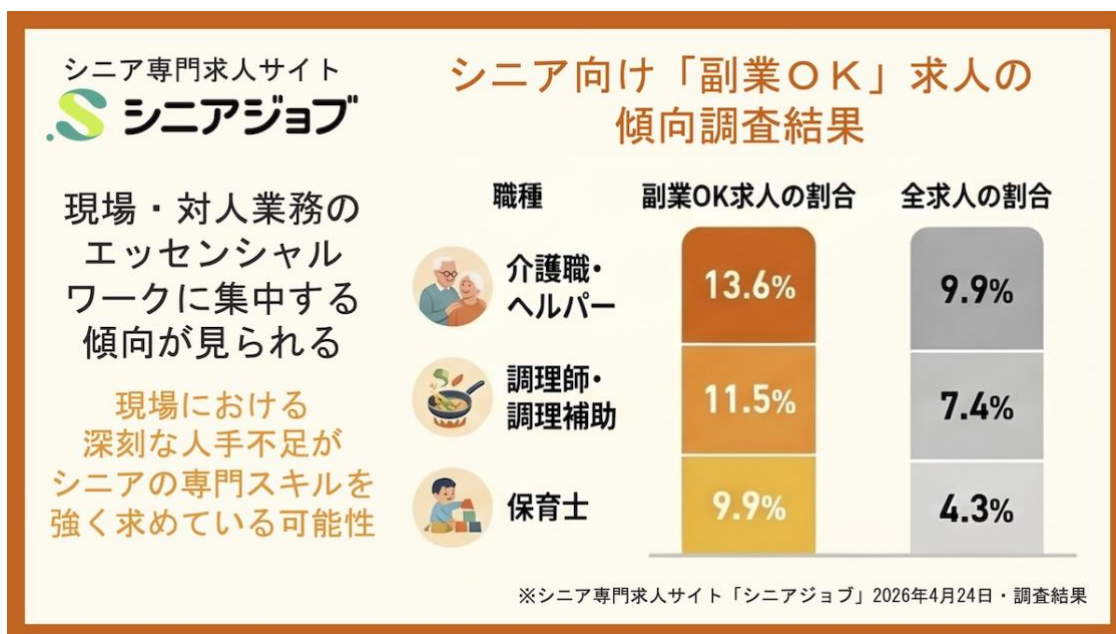




報道関係各位

**副業 OK のシニア向け求人、介護や調理など現場の専門職種に集中する傾向
現場の深刻な人手不足が影響か？シニア専門求人サイト「シニアジョブ」求人調査結果**

シニア転職支援の株式会社シニアジョブ(本社:東京都新宿区/代表取締役 中島康恵)は、運営するシニア専門求人サイト「シニアジョブ」に掲載された「副業 OK」の求人を調査した結果、求人の多い職種上位に、介護職、調理、保育士、マッサージ師など、現場での対人業務となる専門職種の求人が多く含まれることがわかりました。



現場の専門職種が多い結果となった、シニア向け副業 OK 求人の傾向調査結果

■パート求人が 74.9%と極めて高い割合となった副業 OK 求人の傾向調査結果まとめ

シニア専門求人サイト「シニアジョブ」(<https://seniorjob.jp/>)に掲載された求人のうち、「副業 OK」の傾向を調査しました。その結果、下記 3 点の主な特徴が見られました。

・シニア向け副業 OK 求人は、介護職(13.6%)、調理職(11.5%)のような専門職や現場作業職に集中

・シニア向け副業 OK 求人は、関東(54.5%)や東京(23%)に一極集中する傾向

・リモートワーク OK 求人が「正社員」比率が高いのに対し、副業 OK 求人は「パート・アルバイト」の比率が高め

■多少分散するものの関東への集中傾向が見られる、副業 OK 求人の傾向調査結果詳細

シニア専門求人サイト「シニアジョブ」の就業決定者を含めて、シニア求職者にダブルワーク(副業)の希望や、結果的に副業に就業するケースが見られることから、副業 OK のシニア向け求人についての調査を行いました。

まず、副業 OK の求人が多い職種については、もっとも多い介護職(13.6%)や2番目に多い調理職(11.5%)など、専門職や現場作業職に集中している傾向がありました。

副業 OK 求人の3位以降においてもその傾向は見られ、3位の保育士は副業 OK 求人の割合が9.9%であるのに対し、すべての求人では4.3%、リモートワーク OK 求人では0.1%と割合が低く、9位のマッサージ師では同様に副業 OK 求人が3.2%、すべての求人では0.7%、リモートワーク OK では求人がないといった結果となりました。

こうした現場作業をとまなう対人の専門職種のシニア向け求人が多いことは、現場における人手不足の深刻さが背景にあるものと思われます。

次に、シニア向け副業 OK 求人の多いエリアについてデータを見ると、関東に54.5%、東京に23%と一極集中していることがわかります。

関東や東京への一極集中はリモートワーク OK 求人にも見られる傾向ですが、リモートワーク OK 求人における関東58.5%、東京40.5%といった数値の高さに比べると、副業 OK では多少分散する傾向が見られ、埼玉(10.2%)や神奈川(10.9%)などの関東各県の割合は、リモートワーク OK 求人よりも高めとなっており、他のエリアもリモートワーク OK 求人よりも高めであるため、地方でも就業の選択肢があると考えられます。

雇用形態についてのデータでは、リモートワーク OK 求人において「正社員」の求人が49.6%もっとも多いこととは対比的に、副業 OK の求人では「パート・アルバイト」がもっとも多く、その割合も74.9%と高くなっています。求人サイト「シニアジョブ」のすべての求人における「パート・アルバイト」の求人の割合が47.9%であり、副業 OK 求人の「パート・アルバイト」の占める割合が極めて高いことがわかります。

こうした雇用形態の割合に関する、リモートワーク OK 求人やすべての求人との対比からは、シニア向け副業 OK 求人では、「副業を許可している正社員求人」ではなく、「本業とは別に就業可能なパート・アルバイト求人」が多くを占める可能性があります。

求人サイト「シニアジョブ」においては、実質的にも「本業とは別に就業可能なパート・アルバイト求人」を探すシニア求職者の割合が高いように思われますが、「副業を許可している正社員求人」がないわけではないものの、「副業を許可している正社員求人」を探す場合にはその求人件数に注意が必要です。

■シニア向け副業 OK 求人への傾向調査結果データ

●シニア向け副業 OK 求人が多い職種 TOP10

- ・1位: 介護職・ヘルパー・看護助手 13.6% (リモート 0.4%、全求人 9.9%)
- ・2位: 調理師・調理補助・料理長 11.5% (リモート 0.8%、全求人 7.4%)
- ・3位: 保育士 9.9% (リモート 0.1%、全求人 4.3%)
- ・4位: 看護師・准看護師 7.1% (リモート 0.8%、全求人 5%)
- ・5位: 交通誘導警備 6.1% (リモート 0.1%、全求人 4.4%)
- ・6位: 清掃員・清掃スタッフ 5.2% (リモート 0.2%、全求人 3.7%)
- ・7位: 接客・販売スタッフ 3.9% (リモート 0.1%、全求人 3.3%)
- ・8位: 生活支援員・世話人 3.4% (リモート 0%、全求人 1.5%)
- ・9位: マッサージ師 3.2% (リモート 0%、全求人 0.7%)
- ・10位: ホールスタッフ・フロアスタッフ 2.9% (リモート 2.5%、全求人 1.9%)

●参考: シニア向けリモートワーク求人が多い職種 TOP10

- ・1位: エンジニア・SE (Web系) 17.5% (副業 OK 0.7%、全求人 1.2%)
- ・2位: 会計事務所スタッフ 13.2% (副業 OK 0.6%、全求人 0.7%)
- ・3位: 営業 7.3% (副業 OK 1.6%、全求人 2.5%)
- ・4位: エンジニア・SE (制御・組み込み) 5.5% (副業 OK 0.4%、全求人 0.3%)
- ・5位: エンジニア・SE (汎用系) 5.1% (副業 OK 0.2%、全求人 0.1%)
- ・6位: ネットワーク/サーバ監視・運用・保守・技術サポート 4.7% (副業 OK 0.1%、全求人 0.2%)
- ・7位: ネットワーク/サーバ設計・構築 4.4% (副業 OK 0.3%、全求人 0.2%)
- ・8位: その他 (システム設計・SE・インフラ) 4.1% (副業 OK 0.3%、全求人 0.1%)
- ・9位: 建築施工管理 3.7% (副業 OK 0.5%、全求人 2.1%)
- ・10位: プロジェクトマネージャー (PM)・リーダー 3.6% (副業 OK 0.1%、全求人 0.1%)

●参考: 全ての求人におけるシニア向け求人が多い職種 TOP10

- ・1位: 介護職・ヘルパー・看護助手 9.9% (副業 OK 13.6%、リモート 0.4%)
- ・2位: 調理師・調理補助・料理長 7.4% (副業 OK 11.5%、リモート 0.8%)
- ・3位: 看護師・准看護師 5% (副業 OK 7.1%、リモート 0.8%)
- ・4位: 交通誘導警備 4.4% (副業 OK 6.1%、リモート 0.1%)

- ・5位:保育士 4.3%(副業 OK9.9%、リモート 0.1%)
- ・6位:清掃員・清掃スタッフ 3.7%(副業 OK5.2%、リモート 0.2%)
- ・7位:接客・販売スタッフ 3.3%(副業 OK3.9%、リモート 0.1%)
- ・8位:営業 2.5%(副業 OK1.6%、リモート 7.3%)
- ・9位:建築施工管理 2.1%(副業 OK0.5%、リモート 3.7%)
- ・10位:一般事務・営業事務・受付 2%(副業 OK1.3%、リモート 3.1%)

●求人エリア

- ・北海道・東北:副業 OK4.8%、リモート 4.4%、全求人 12.7%
- ・関東:副業 OK54.5%、リモート 58.5%、全求人 38%
- ・北陸・甲信越:副業 OK4.4%、リモート 3.1%、全求人 6%
- ・東海:副業 OK11.5%、リモート 7.9%、全求人 10.5%
- ・関西:副業 OK15.2%、リモート 14.9%、全求人 15.6%
- ・中国:副業 OK2.2%、リモート 2.8%、全求人 5%
- ・四国:副業 OK2.3%、リモート 0.5%、全求人 2.8%
- ・九州・沖縄:副業 OK5.7%、リモート 9%、全求人 9%

●求人件数の多い都道府県

- ・埼玉:副業 OK10.2%、リモート 4.6%、全求人 6%
- ・千葉:副業 OK7%、リモート 3.9%、全求人 5.2%
- ・東京:副業 OK23%、リモート 40.5%、全求人 15.8%
- ・神奈川:副業 OK10.9%、リモート 10.4%、全求人 7.1%
- ・愛知:副業 OK6.4%、リモート 6%、全求人 5.2%
- ・大阪:副業 OK7.3%、リモート 9.9%、全求人 7.2%
- ・兵庫:副業 OK3.4%、リモート 4.2%、全求人 3.8%
- ・福岡:副業 OK3.3%、リモート 6.4%、全求人 3.7%

●雇用形態

- ・正社員:副業 OK12.1%、リモート 49.6%、全求人 41.2%
- ・契約社員:副業 OK4.8%、リモート 21.1%、全求人 7%
- ・パート・アルバイト:副業 OK74.9%、リモート 14.9%、全求人 47.9%
- ・派遣社員:副業 OK2.5%、リモート 5.9%、全求人 2.7%
- ・業務委託:副業 OK5.7%、リモート 8.4%、全求人 1.2%

●求人件数

・求人件数:副業 OK9677 件(全求人の 14.7%)、リモート 1061 件(全求人の 1.6%)、全求人 65845 件

■調査概要

シニア専門求人サイト掲載の副業 OK 求人の傾向調査

- ・調査日: 2026 年 4 月 24 日
- ・調査機関: 自社調査
- ・調査対象: 2026 年 4 月 24 日時点でシニア専門求人サイト「シニアジョブ」に掲載されていた土日休みの求人、計 9677 件(※1)(※2)
- ・対象地域: 全国
- ・調査方法: 上記調査対象について傾向を調査、また、同調査日時点のすべての求人、およびテレワーク・リモートワーク・在宅勤務 OK の求人と比較調査

(※1)調査対象は副業 OK の求人であるが、比較対象として、調査日 2026 年 4 月 24 日時点のすべての求人 65845 件、リモートワーク OK の求人 1061 件も調査した。なお、これら調査対象の求人には、過去に求人を掲載していたものの掲載を取り下げた求人または登録を取り消した企業の求人を含まないが、募集を停止している求人は含む。

(※2)求人件数についてはシニア専門求人サイト「シニアジョブ」の求人検索機能を用いて、結果に表示された求人件数を集計した。

■シニア専門求人サイト「シニアジョブ」について

50 歳以上のシニアに特化した求人サイト事業として、2022 年 8 月にオープンしました。求人の対象が主に 50 歳以上になることを了承した企業のみが求人を掲載しており、また、求人企業の平均年齢や、50 代・60 代・70 代以上の勤務人数といったシニアの活躍情報がわかるなど、シニアが安心して応募や就職活動ができる機能が揃っています。求人企業は初期費用無料、成果報酬制で、採用決定までは求人を何件掲載しても無料で使用できます。

お仕事をお探しのシニアの方や、シニア人材採用をお考えの企業の採用担当者の方は、サイトからご登録・お問い合わせをお願いいたします。

- ・お仕事をお探しのシニアの方はこちら <https://seniorjob.jp/>
- ・企業の採用担当者の方はこちら <https://seniorjob.jp/landing/client/>

【会社概要】

代表 : 代表取締役 中島 康 恵

本社 : 東京都新宿区大久保 2 丁目 5-22 セキサクビル 8F

URL : <https://corp.senior-job.co.jp/>

事業内容 : シニアの人材ビジネス提供

運営サイト:

シニアジョブ: <https://seniorjob.jp/>

シニアジョブエージェント: <https://senior-job.co.jp/>

シニアジョブコネクト: <https://connect.seniorjob.jp/landing/>

シニア採用マガジン: <https://seniorjob.jp/landing/client/recruit-guide/>

シニアタイムズ: <https://senior-job.co.jp/magazine/>

本件に関するお問い合わせ先
株式会社シニアジョブ 広報部 安彦(あびこ)
TEL:080-4107-5851 e-mail:m-abiko@senior-job.co.jp