

「物価高と働き方」意識調査

バイト探しをしている方の97%が、物価高の“家計への影響”を実感。
物価高への対応、最多は「副業を始める／増やす」。
バイト探して重視すること、「時給」に次いで「副業が歓迎されるか」。
－『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「物価高と働き方」に関するアンケートを実施。1,353名から回答を得ました。以下、結果をご報告いたします。

調査結果 概要

- ★ バイト探しをしている方の97%が、物価高の“家計への影響”を実感。9割が、物価高を受けて「もっと働いて収入を増やしたいと思った」。
- ★ 物価高への対応は「副業を始める／増やす」。続く「節約の強化」では“ポイ活”に取り組む声が多数。
- ★ 物価高を受けて、バイト探して重視するようになったこと、上位は「時給・給与の高さ」「副業・Wワークが歓迎されること」。

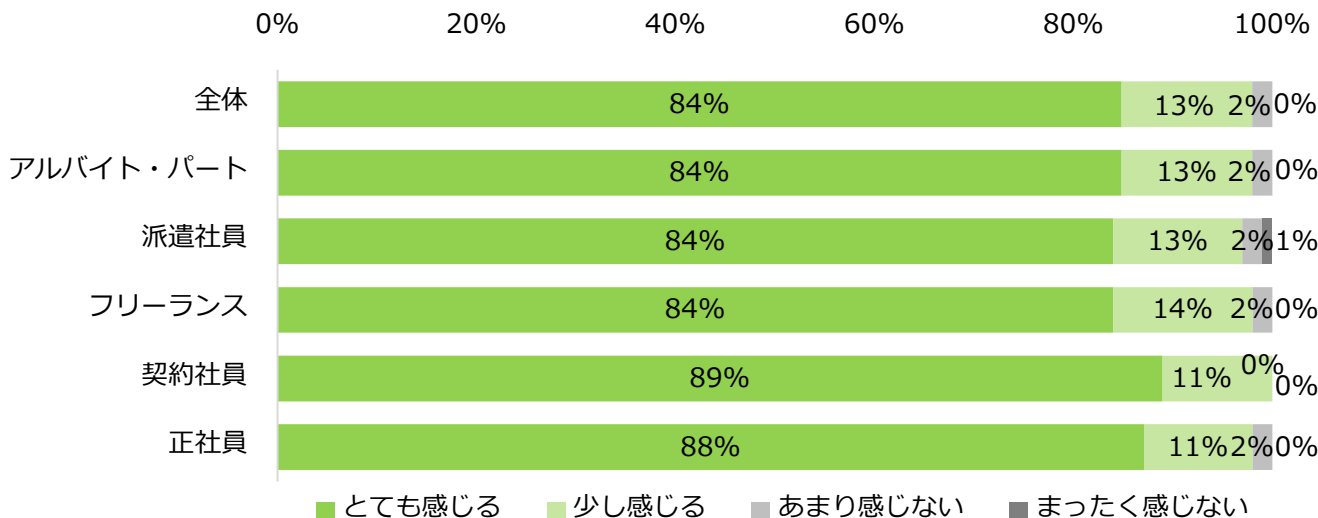
■調査結果 詳細

1：バイト探しをしている方の97%が、物価高の“家計への影響”を実感。 9割が、物価高を受けて「もっと働いて収入を増やしたいと思った」。（図1～4）

現在アルバイト・パート探しをしている方に「家計への“物価高”の影響を感じますか？」と質問すると、97%が「感じる」と回答（とても感じる：84%、少し感じる：13%）。雇用形態別では大きな差はありませんでしたが、年代別で見ると、年代が高くなるほど「感じる」と回答した方の割合が高くなりました（10代：89%、20代：96%、30代：97%、40代以上：98%）。

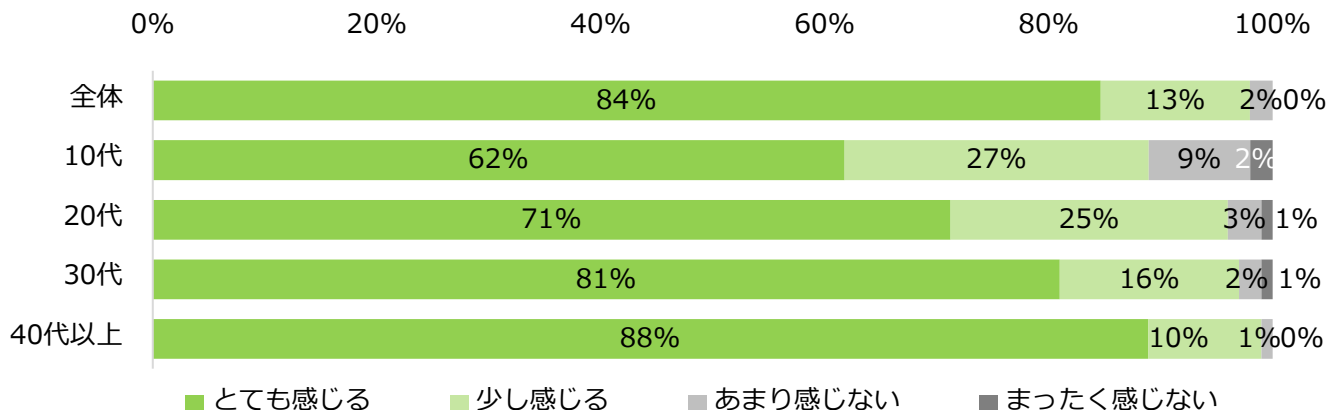
物価高を受けて、“もっと働いて収入を増やしたい”という気持ちが強まったかを伺うと、91%と大半が「強くなった」（とても強くなった：66%、少し強くなった：25%）と回答しました。

【図1】家計への「物価高」の影響を感じますか？（雇用形態別）



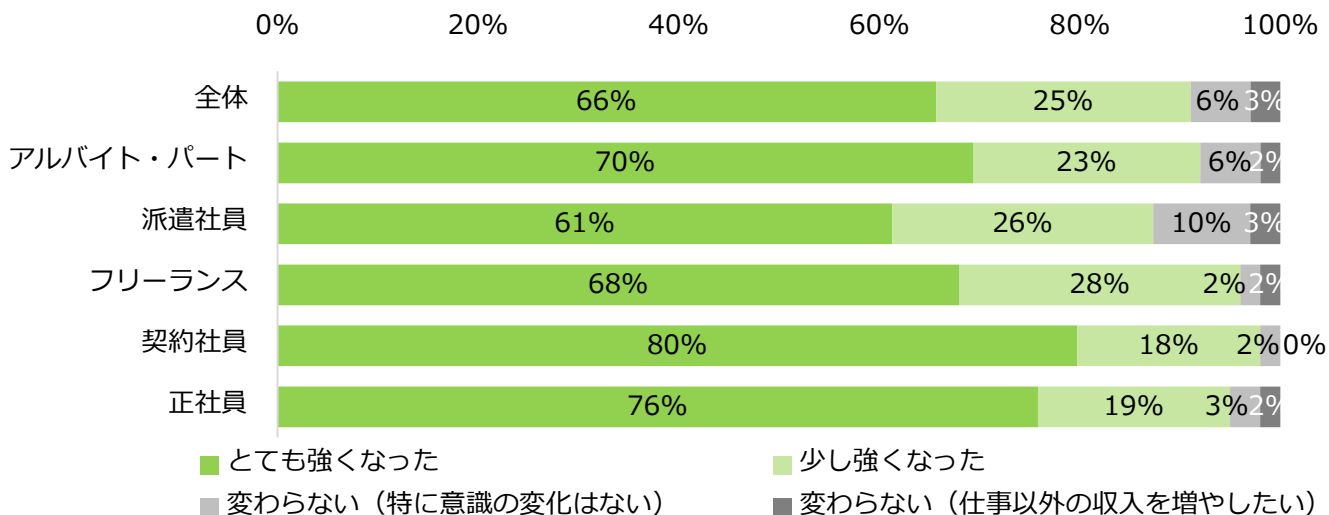
※小数点以下を四捨五入しているため、必ずしも合計が100にならない。

【図2】家計への「物価高」の影響を感じますか？（年代別）



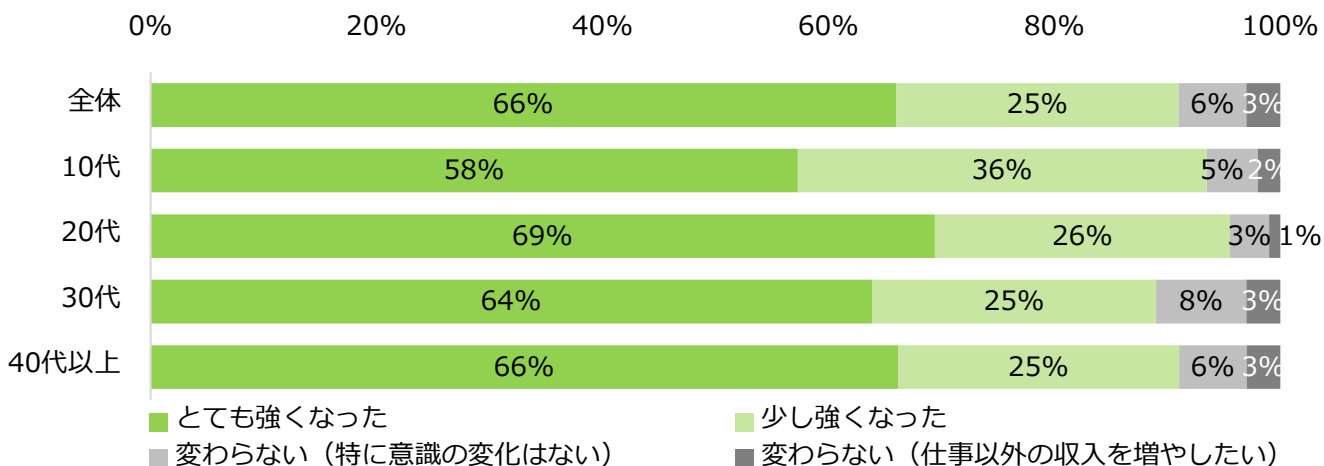
※小数点以下を四捨五入しているため、必ずしも合計が100にならない。

【図3】物価高を受けて「もっと働いて収入を増やしたい」という気持ちが強くなりましたか？（雇用形態別）



※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】物価高を受けて「もっと働いて収入を増やしたい」という気持ちが強くなりましたか？（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。

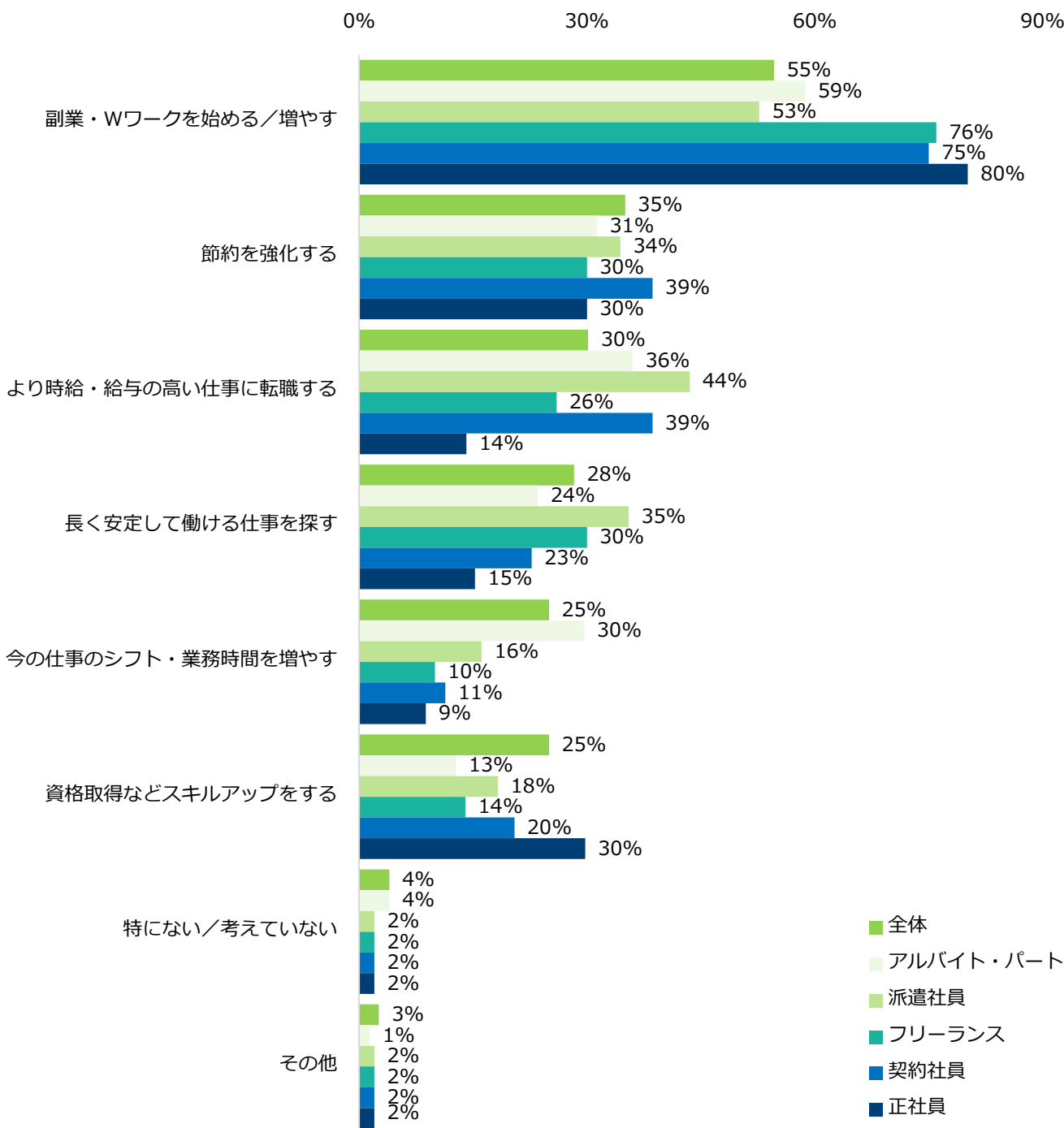
2：物価高への対応は「副業を始める／増やす」。

続く「節約の強化」では“ポイ活”に取り組む声が多数。（図5～6）

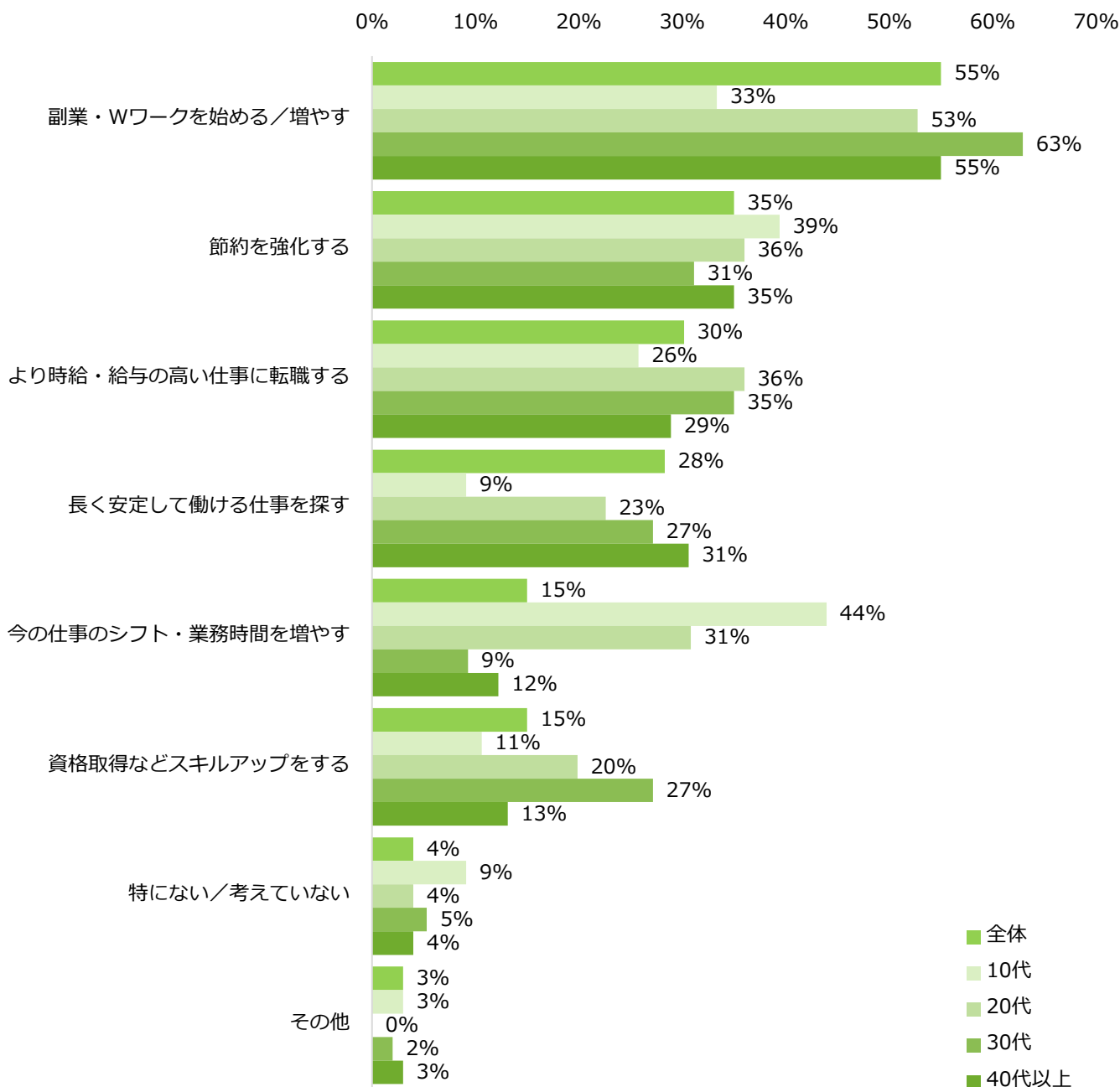
物価高に対応するために、“実際に行なったこと、これから行ないたいこと”を伺うと、トップは「副業・Wワークを始める／増やす」（55%）でした。雇用形態別で見ると、「副業・Wワークを始める／増やす」と回答した方は、派遣社員が53%で最も少なく、最多の正社員（80%）と27ポイントの差がありました。

上位には「節約を強化する」（35%）が続きました。物価高に対応するための節約術を伺うと、「ポイ活」（ポイント活動）に取り組む声が多数寄せられました。回答の一部を紹介します。

【図5】物価高に対応するために「実際に行なったこと、これから行ないたいこと」は何ですか？（雇用形態別）



【図6】物価高に対応するために「実際に行なったこと、これから行ないたいこと」は何ですか？（年代別）



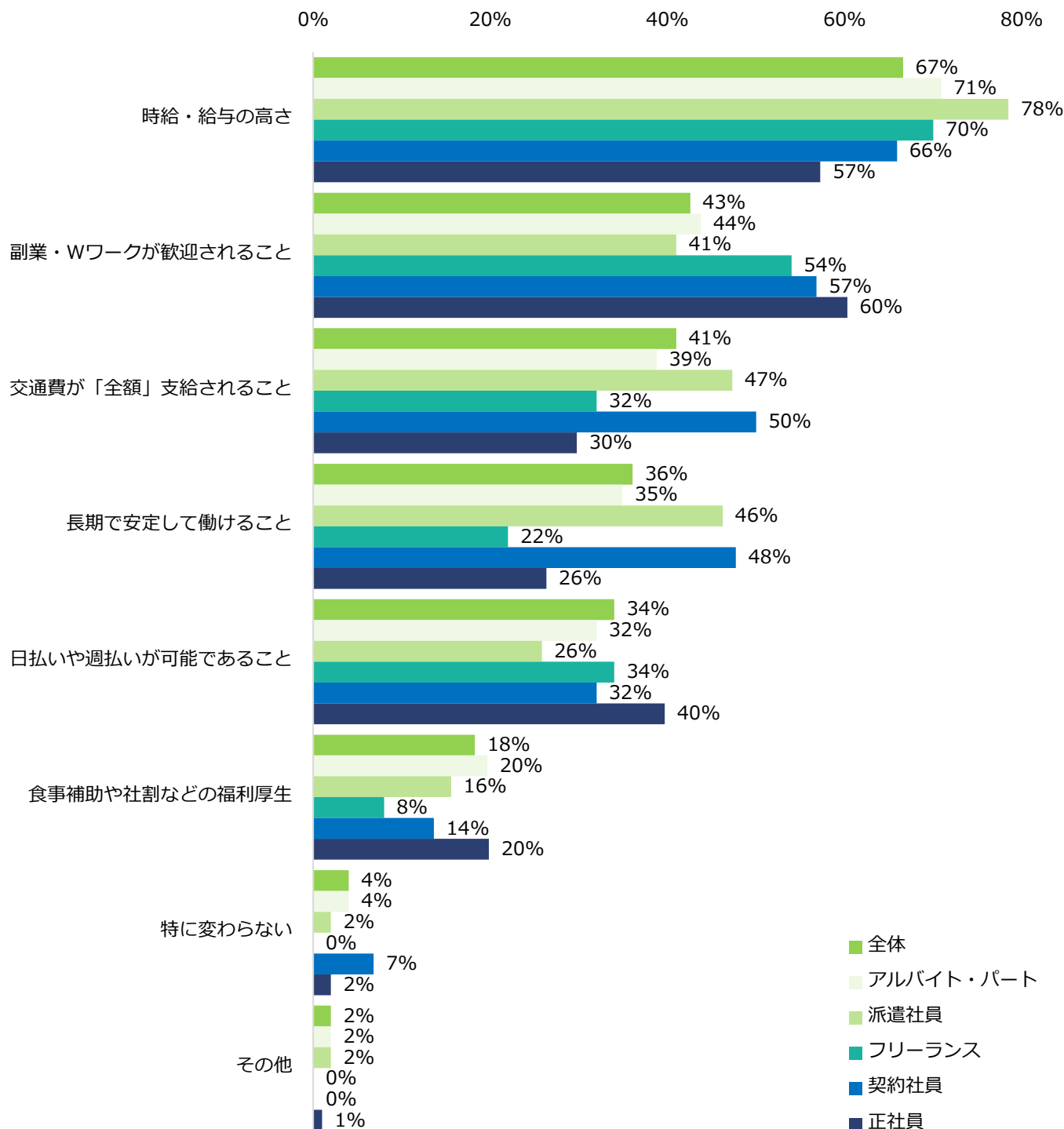
Q. 物価高に対応するための節約術や工夫があれば教えてください。

- ・ 普段のバイトのほかに短期バイトのシフトも入れている。（10代女性）
- ・ 現金ではなく、PayPayやauPayなどポイントが付くもので支払うようにしている。（20代女性）
- ・ 歩数やゲームなどでポイントを稼ぎ、様々なポイントや現金に換えている。（20代女性）
- ・ 歩数のアプリでポイントを貯めている。（20代男性）
- ・ 必要な物をメモして、無駄買いを防ぐ。何度もスーパーに行かないようにする。必要でなければ今あるものを工夫して使う。できるだけクーポンがある時に買い物をする。（30代女性）
- ・ 週予算を取り入れて、使いすぎを抑えられるようになったと思う。（30代女性）
- ・ ポイント運用、ポイントが貯まるお店の利用、割引商品の購入。（40代女性）
- ・ コンビニを利用しない。（40代男性）
- ・ 格安スマホに変えた。私の場合、月額料金が約半額になった。（40代男性）

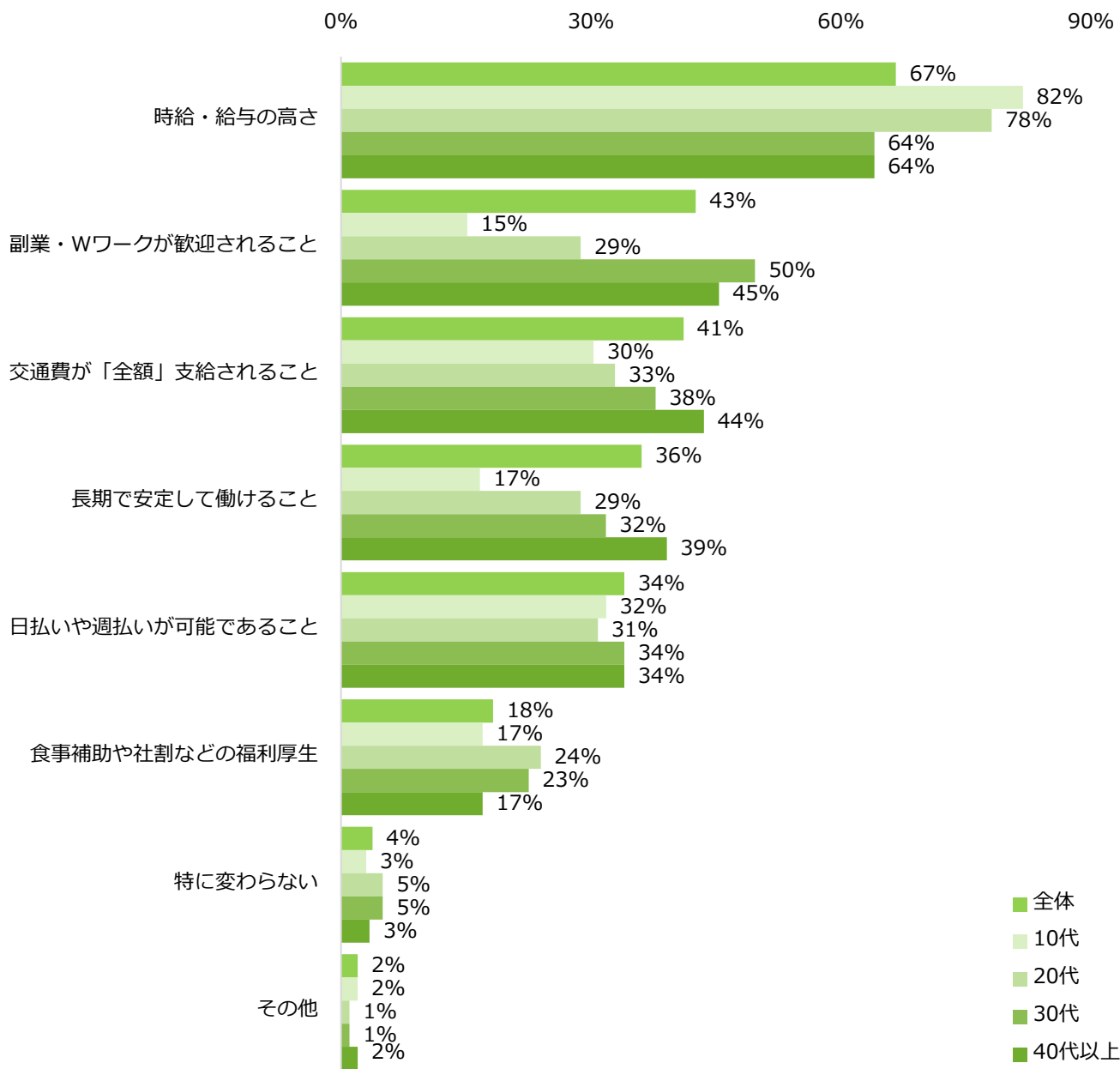
3：物価高を受けて、バイト探して重視するようになったこと、 上位は「時給・給与の高さ」「副業・Wワークが歓迎されること」。(図7～8)

物価高を受けて、仕事探して“以前より重視するようになった条件”を聞くと、上位は「給与・時給の高さ」（67%）、「副業・Wワークが歓迎されること」（43%）、「交通費が“全額”支給されること」（41%）でした。

【図7】物価高を受けて、仕事探して以前より重視するようになった条件は何ですか？（雇用形態別）



【図8】物価高を受けて、仕事探しで以前より重視するようになった条件は何ですか？（年代別）



【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：2025年10月23日～11月25日
- 有効回答数：1,353名

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