

「転職を考え始めたきっかけ」に関する調査

転職を考え始めたきっかけ、上位は「給与の低さ」「やりがい・達成感のなさ」。
転職への不安トップ3は「年齢」「転職したいと思える仕事の有無」「経験・スキルへの評価」。

ー『エン転職』ユーザーアンケートー

エン・ジャパン株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役会長兼社長：越智通勝）が運営する総合満足度No.1（※）日本最大級の総合求人サイト『エン転職』（<https://employment.en-japan.com/>）上で、ユーザーを対象に「転職を考え始めたきっかけ」についてアンケートを行ない、3,107名から回答を得ました。以下、概要をご報告します。※2018年～2024年オリコン顧客満足度調査「転職サイト」ランキング総合1位（<https://career.oricon.co.jp/rank-job-change/>）

結果 概要

- ★ 95%が転職を考えていると回答。
転職を考え始めたきっかけ、上位は「給与の低さ」「やりがい・達成感のなさ」。
- ★ 転職への不安トップ3は「年齢」「転職したいと思える仕事の有無」「経験・スキルへの評価」。
- ★ 転職への不安の解消方法、上位は「転職活動をしてみる」「家族に相談」「友人・知人に相談」。

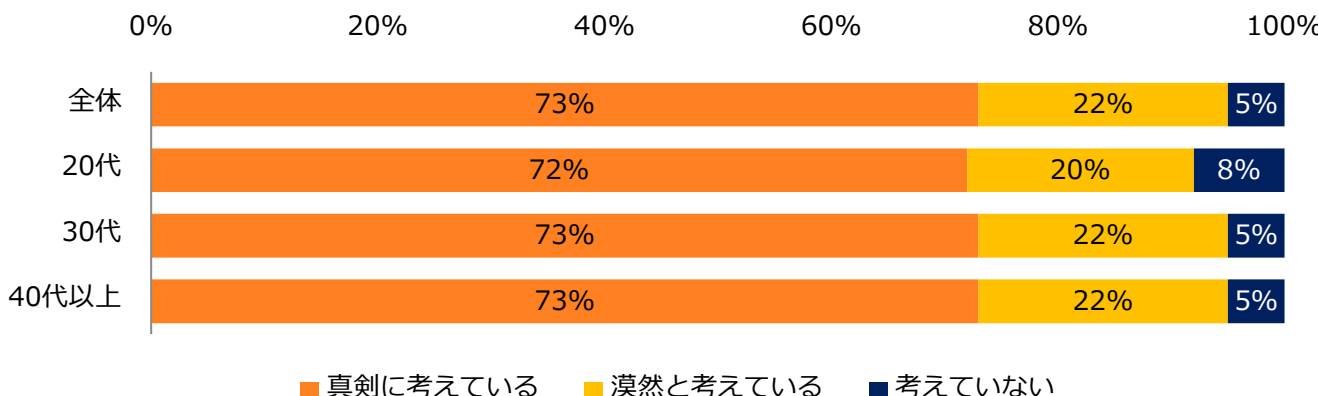
■ 調査結果 詳細

1：95%が転職を考えていると回答。

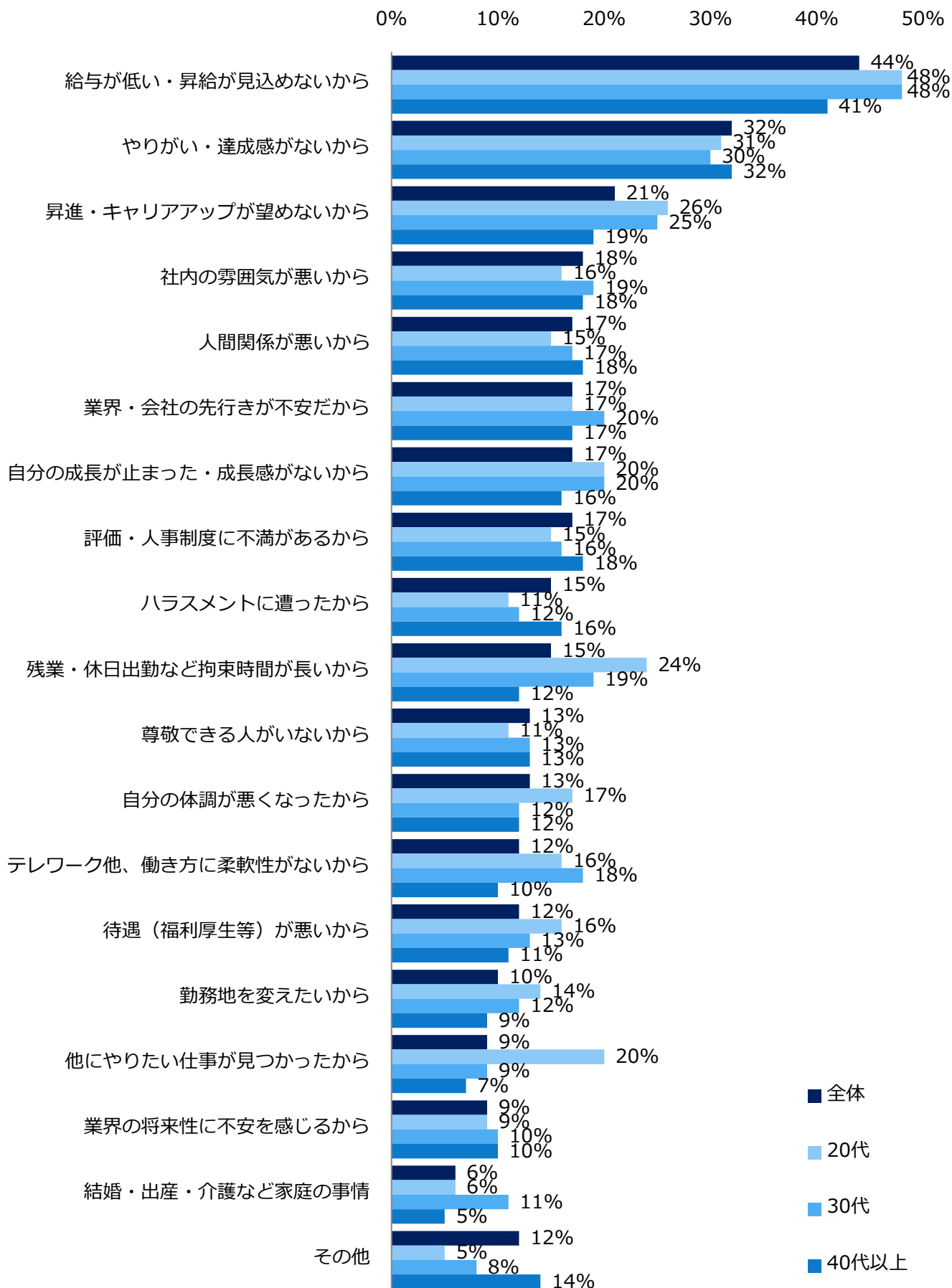
転職を考え始めたきっかけ、上位は「給与の低さ」「やりがい・達成感のなさ」。（図1～3）

「現在、転職を考えていますか？」と伺うと、95%が「考えている」（真剣に考えている：73%、漠然と考えている：22%）と回答。続けて、転職を考えていると回答した方に、転職を考え始めたきっかけについて伺うと、上位は「給与が低い・昇給が見込めないから」（44%）、「やりがい・達成感がないから」（32%）でした。男女別で最も回答の乖離が大きかったのは「テレワーク他、働き方に柔軟性がないから」（男性：7%、女性：17%）でした。転職を考え始めた具体的なきっかけについても紹介します。

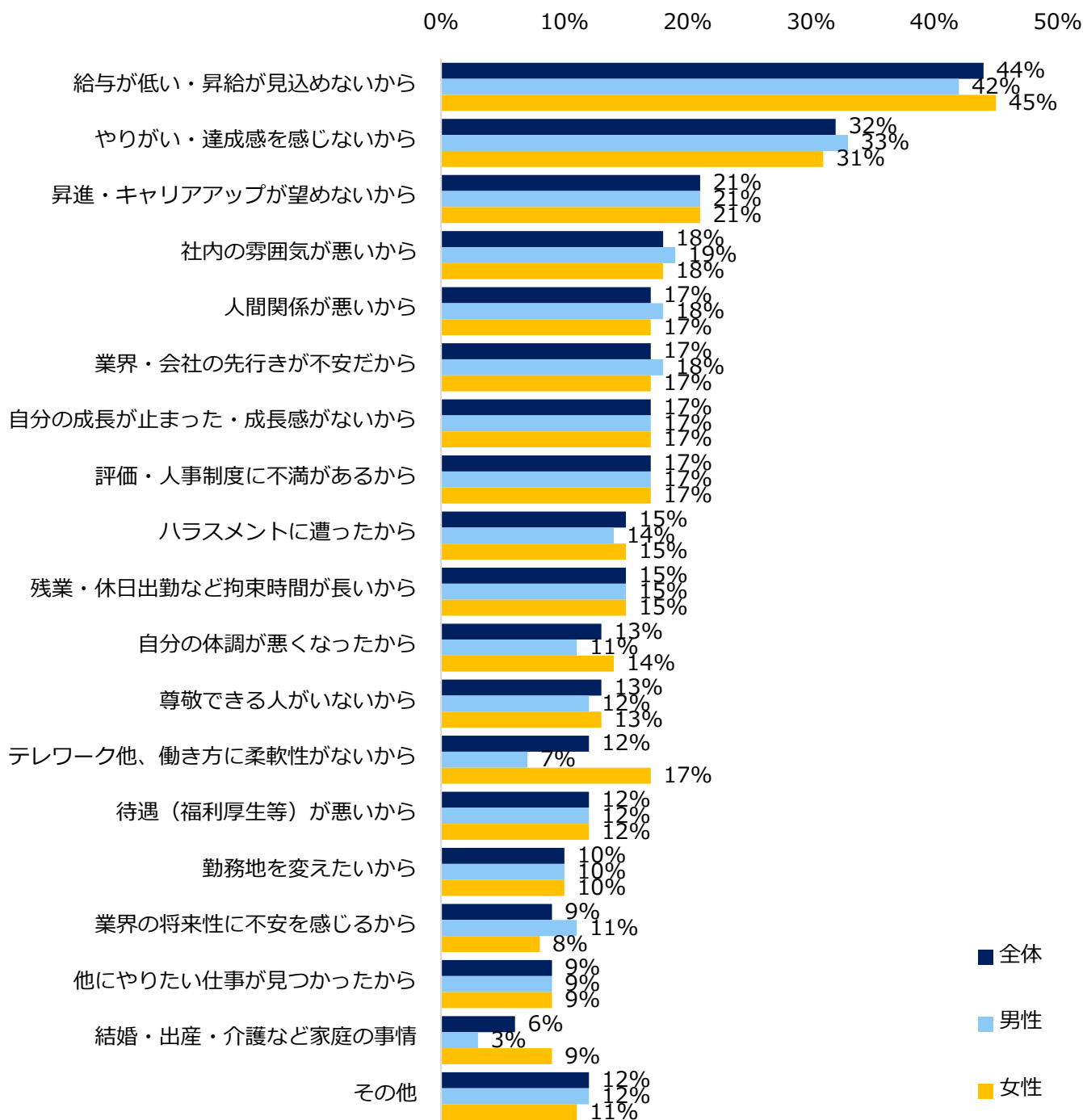
【図1】現在、転職を考えていますか？（年代別）



【図2】「真剣に考えている」「漠然と考えている」と回答した方に伺います。
転職を考え始めたきっかけを教えてください。（複数回答可／年代別）



【図3】「真剣に考えている」「漠然と考えている」と回答した方に伺います。
転職を考え始めたきっかけを教えてください。（複数回答可／男女別）



Q. 転職を考え始めたきっかけについて具体的に教えてください。**▼「給与が低い・昇給が見込めないから」と回答した方**

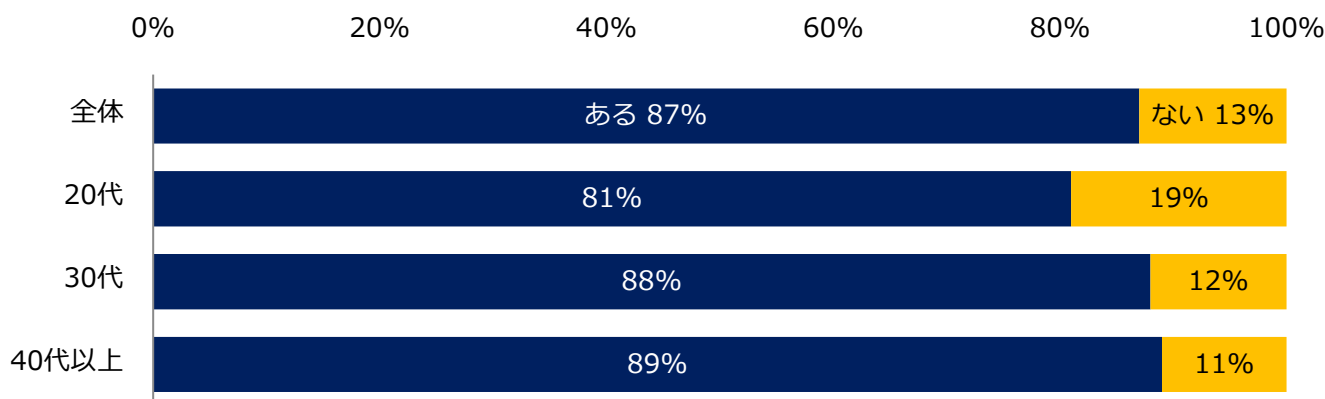
- ・業務量の多さに対して給与が見合っていると思えない。（20代女性）
- ・昇給の機会が少ないだけでなく、減給されることもある。（30代男性）
- ・5年以上賞与をもらっておらず、残業代も出ない。（40代女性）

▼「やりがい・達成感がないから」と回答した方

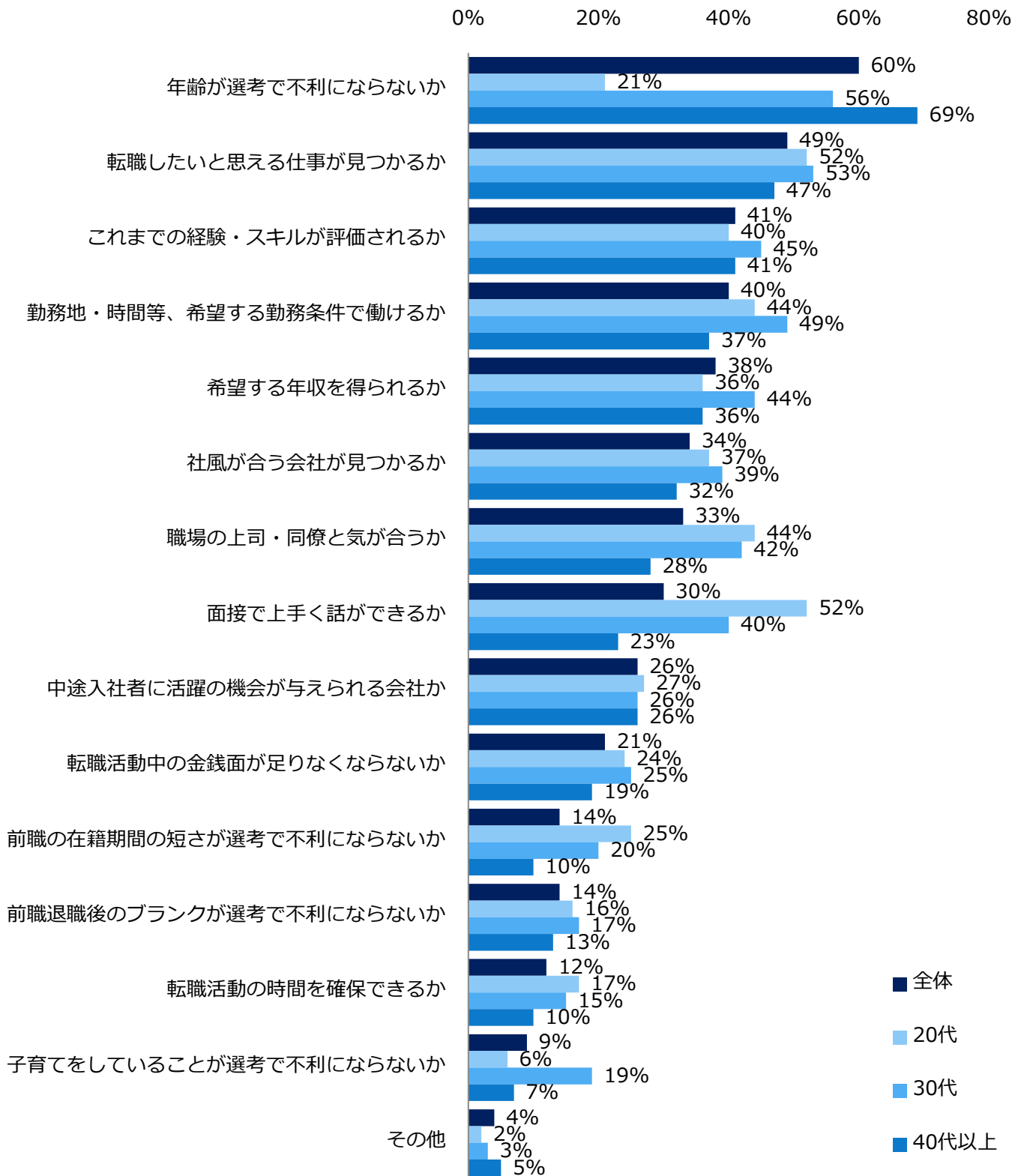
- ・入社時の面談で聞いていた仕事と異なる仕事をやらされている。（20代男性）
- ・簡単な仕事ばかりでやりがいを感じられない。自身の能力を出しきれないことが多かった。（20代女性）
- ・同じ仕事ばかりで変化がなく、人員が余剰なため手すきになる時間が発生してしまう。（40代女性）

2：転職への不安トップ3は「年齢」「転職したいと思える仕事の有無」「経験・スキルへの評価」。**（図4～6）**

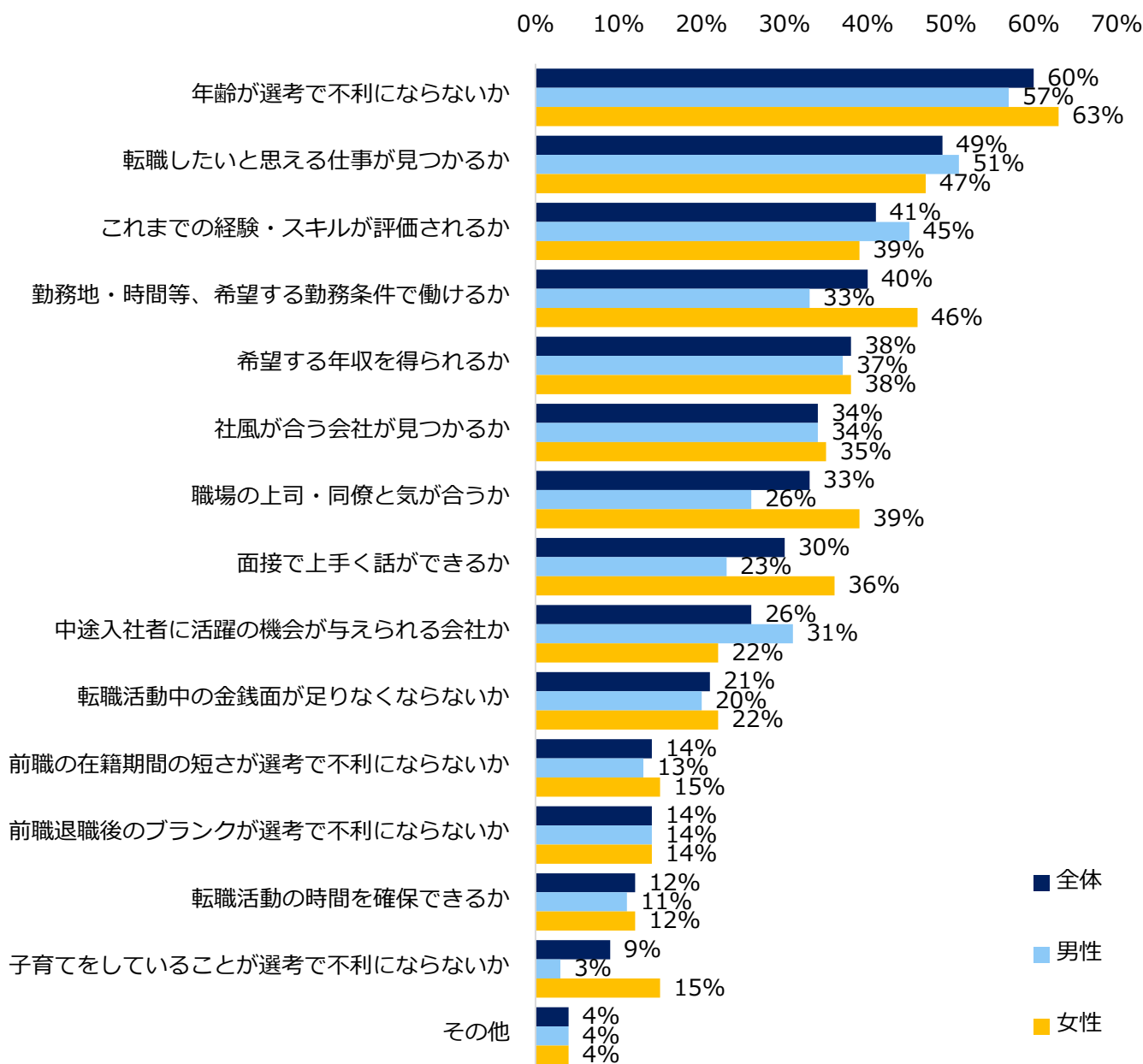
「転職を考える中で、不安な点・気になる点がありますか？」と伺うと、87%が「ある」と回答。具体的な不安な点・気になる点について質問すると、トップ3は「年齢が選考で不利にならないか」（60%）、「転職したいと思える仕事が見つかるか」（49%）、「これまでの経験・スキルが評価されるか」（41%）でした。不安な点に関する具体的なエピソードも紹介します。

【図4】 転職を考える中で、不安な点・気になる点がありますか？（年代別）

【図5】 不安な点・気になる点が「ある」と回答した方に伺います。
具体的に不安な点・気になる点を教えてください。（複数回答可／年代別）



【図6】 不安な点・気になる点が「ある」と回答した方に伺います。
具体的に不安な点・気になる点を教えてください。（複数回答可／男女別）



Q. 具体的な不安な点・気になる点の理由を教えてください。**▼「年齢が選考で不利にならないか」と回答した方**

- ・求人票に人柄重視と記載があっても、志望動機等を送る前に不合格にされたことがあり、年齢で落とされたと感じた。（30代女性）
- ・応募しようとした求人に、年齢制限が設けられていたことがある。（40代女性）
- ・管理職の経験がないまま今の年齢になってしまい、転職に不利な状態にあると感じる。（40代男性）

▼「転職したいと思える仕事が見つかるか」と回答した方

- ・長年勤めた会社を退職する勇気が出ない。今の会社よりも合わなかったらどうしようという不安がある。（30代女性）
- ・自分に合う、やりがいを感じられる仕事が見つからない。（40代女性）
- ・自分に合った仕事があるかどうか、またそこに転職できるかどうかは今後の人生にもかかわるため時間をかけてじっくり考えたい。（40代男性）

▼「これまでの経験・スキルが評価されるか」と回答した方

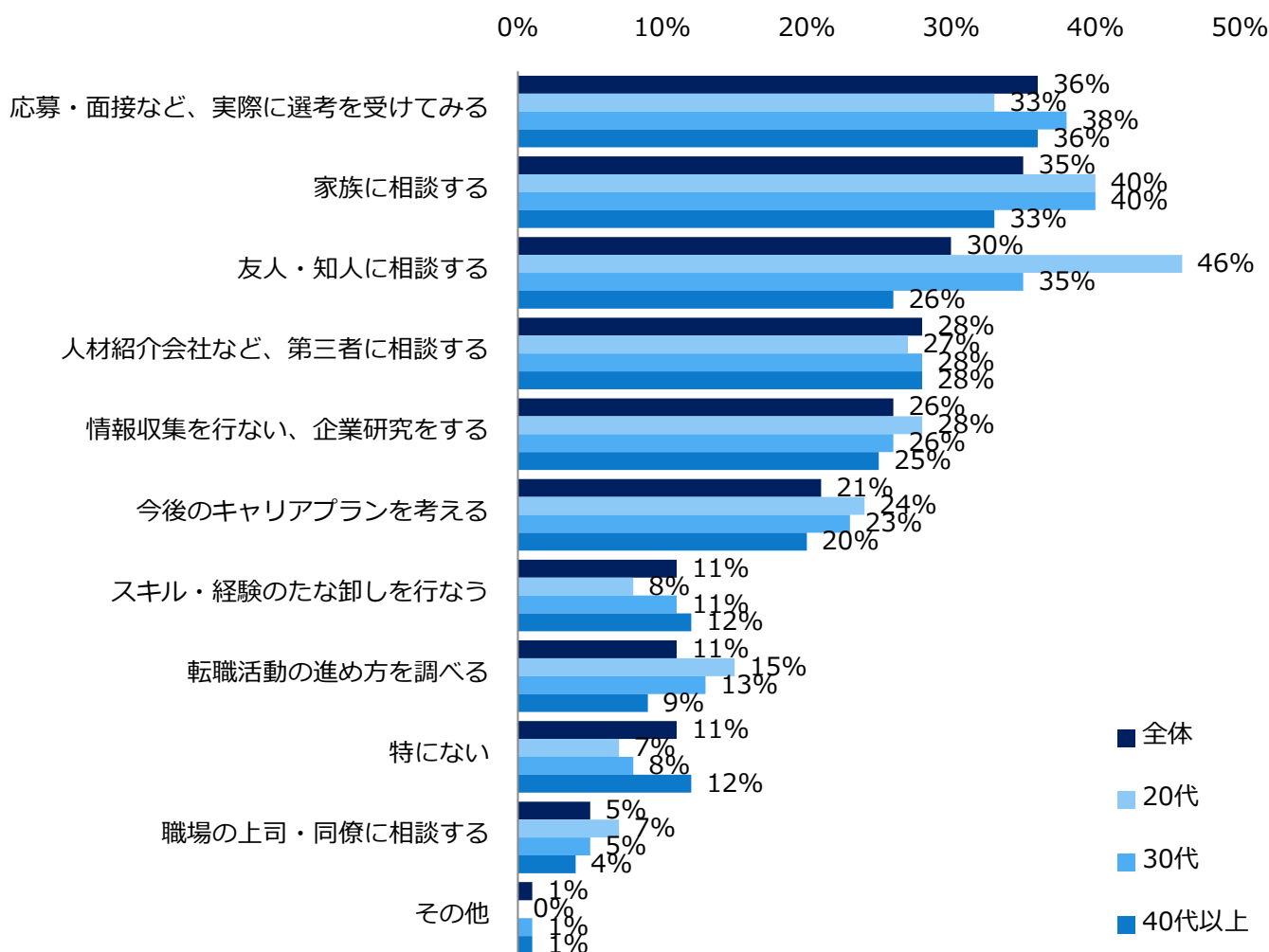
- ・経験やスキルが他業種でも通用するものなのか不安。（20代男性）
- ・複数の職種を経験しているが、それがどのように評価されるのか不安。（40代女性）
- ・今の職場に長く勤めているため、今の自分の市場価値が全くわからない。（40代女性）

3：転職への不安の解消方法、上位は「転職活動をしてみる」「家族に相談」「友人・知人に相談」。（図7）

転職に不安を抱えている方に、その不安な点をどのように解消するか伺うと、「応募・面接など、実際に選考を受けてみる」（36%）が最多でした。次いで、「家族に相談する」（35%）、「友人・知人に相談する」（30%）が続きます。それぞれの解消方法についての具体的なエピソードも紹介します。

【図7】 不安な点・気になる点が「ある」と回答した方に伺います。

転職を考える中で、不安な点・気になる点があった場合、どうやって解消しようと思いますか？
もしくは実際にどうやって解消できましたか？（複数回答可／年代別）



Q. 転職への不安な点・気になる点があった場合の解消方法についての具体的なエピソード**▼「応募・面接など、実際に選考を受けてみる」と回答した方**

- ・実際に面接を受けて求人の詳細や自身のイメージとの隔たりが無いかを確認している。(30代男性)
- ・気になることは面接時に直接聞いて解消する。(30代女性)
- ・求人票に書いていないことを面接で言われて驚いた経験から、実際に選考を受けてみないと知り得ない情報があることを学んだ。(40代女性)

▼「家族に相談する」と回答した方

- ・求人を一緒に見て、自分に合いそうか相談している。(20代男性)
- ・まずは家族に離職したことについて話し、親目線での意見を聞いてみるようにしている。(20代女性)
- ・転職経験のある姉から話を聞いて参考にしている。(30代女性)

▼「友人・知人に相談する」と回答した方

- ・人材業界で働く友人からアドバイスを受けている。(20代男性)
- ・同年代の友人に報告し、アドバイスをもらう。(30代男性)
- ・転職経験のある友人に相談したり、話を聞いてもらうだけで前向きな気持ちになれた。(40代女性)

【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：『エン転職』（<https://employment.en-japan.com/>）を利用するユーザー
- 調査期間：2025年2月26日～3月31日
- 有効回答数：3,107名

これが定番。総合満足度No.1(※)の求人情報サイト『エン転職』

<https://employment.en-japan.com/>

会員数1000万人超を誇る、日本最大級の総合求人サイトです。エンの担当者が求人企業を取材し、良い点もそうでない点も正直に記載。さらに現社員や元社員のクチコミ、それに対する企業担当者のコメントなど多面的な情報提供により、ミスマッチのない「人と企業の出会い」を支援します。

※2018年～2024年オリコン顧客満足度調査「転職サイト」
ランキング総合1位 (<https://career.oricon.co.jp/rank-job-change/>)

**本ニュースリリースに関する
お問い合わせ先**

エン・ジャパン株式会社 広報担当

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

〒163-1335 新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー

<https://corp.en-japan.com/>