

定年退職後に働いている 65～74 歳の男女対象 就労の実態や働き方に対する意識を調査 働くシニアの希望年収は「300～400 万円」、年収額と 100 万円の差 【シニアの仕事観とキャリアに関する実態調査 2025 vol.1】

教育を中心に人材・介護・保育・美容・スポーツ・IT 事業を傘下に持つヒューマンホールディングス株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：佐藤朋也、以下「当社」）は、定年退職後に就労している 65～74 歳の男女 1,000 名を対象として「シニアの仕事観とキャリアに関する実態調査 2025」を行いました。

【本件のポイント】

- 「定年後に働く理由」は、1 位「生活費を得るため」、2 位「社会とのつながり」、3 位「身体的健康の維持」。必ずしも“お金のため”だけの就労ではない様子が伺える
- 現在の職業に就いた経緯は、1 位「再雇用」、2 位「異なる業界・異なる職種で転職・再就職」。定年後に新たなキャリアを構築されている人も多数
- 「理想的な 1 週間の就労日数」は「3 日」が多数の一方、「実際の 1 週間の就労日数」は「5 日」が 47.7%
- 「希望する年収額」は「300 万円～400 万円未満」、実際の年収額は「200 万円～300 万円未満」で、100 万円の差

【本件の概要】

2025 年、日本では 5 人に 1 人が 75 歳以上という新たな局面を迎えています。高齢化の進行により、社会保障や労働市場への影響が懸念される一方で、労働人口減少への対応策のひとつとして、豊富な経験や知識を活かしたシニア世代の就労が期待され、定年延長や再雇用制度の充実、柔軟な働き方の推進などの取り組みが進められています。本調査は、定年退職後に働いている 65～74 歳の男女を対象に、就労の実態や働き方に対する意識を明らかにすることを目的として実施しました。

当社グループは 1985 年の創業より教育事業を中心に、人材・介護・保育・美容・スポーツ・IT と多岐に渡る事業を展開し、人と社会を結びつけ、社会課題の解決に取り組んでまいりました。深刻化する国内の労働人口減少という課題に対して、当社グループのリソースを活用し、「海外人材活用」「人材育成」「労働力確保」「生産性の向上」の 4 つの視点からソリューションを提供し重点的に取り組んでおります。

また、ヒューマンアカデミーをはじめとした教育事業においては、資格やスキル取得のための多様なリスティングの提供、人材事業を展開するヒューマンソシアにおいては、定年退職された方を中心としたシニア層を招き、経験・スキル・人脈などを活かして営業支援をしていただく独自の雇用制度「マスターズマネージャー制度」を導入するなど、セカンドキャリア構築のための事業・取り組みを展開しております。今後も各事業を通じて、すべての人が自分らしく生きられる豊かな社会の実現をめざしてまいります。

【調査概要】

[期間]2025 年 1 月 9 日～1 月 15 日

[対象]定年退職後に就労している 65～74 歳の男女

[回答数] 1000 名（男性：600 名／女性：400 名）

[方法]インターネット調査

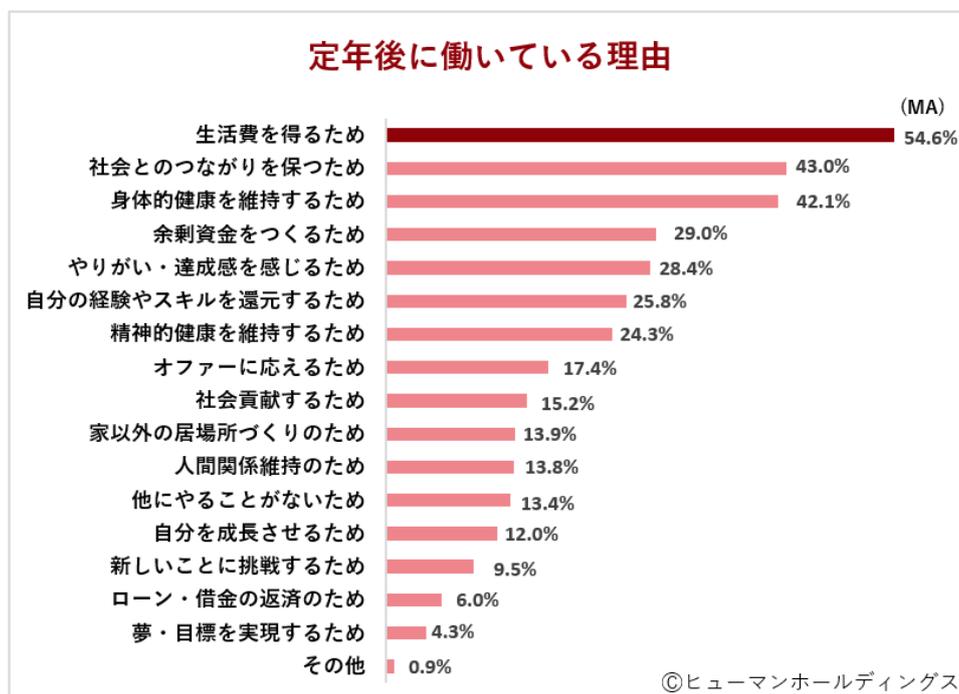
※調査結果の構成比は小数点 2 位以下を四捨五入して算出しているため、合計値は必ずしも 100%とはなりません

■ 本件に関するお問い合わせ ■ ヒューマンホールディングス株式会社 担当：若林、平
TEL：03-6846-8002 FAX：03-6846-1220 E-mail：kouhou@athuman.com

【調査結果】

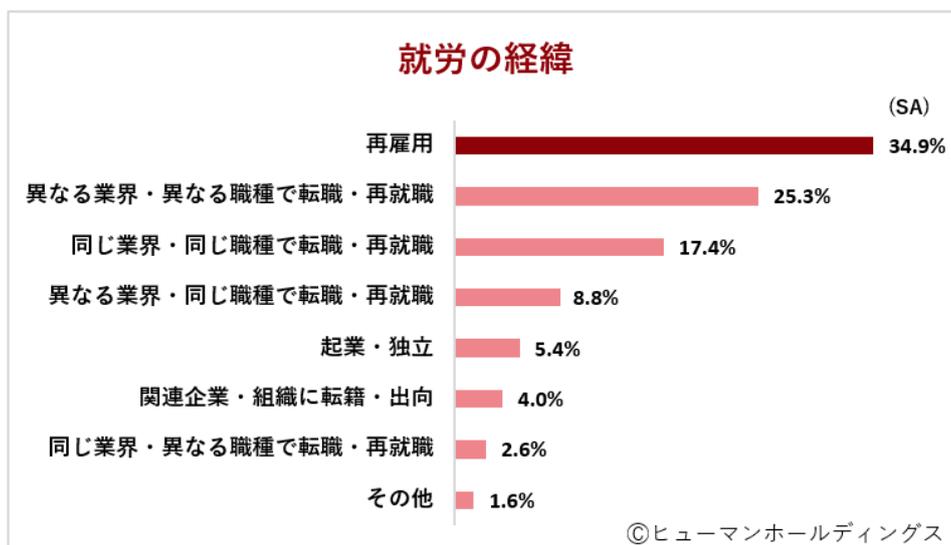
Q1. 「定年後に働く理由」は、1位「生活費を得るため」、2位「社会とのつながり」、3位「身体的健康の維持」

「定年後に働いている理由」（複数回答可）については、「生活費を得るため」が一番多く 54.6%が回答しましたが、「社会とのつながりを保つため」（43.0%）と「身体的健康を維持するため」（42.1%）が拮抗して続く結果となりました。必ずしも“お金のため”だけの就労ではない様子が伺えます。



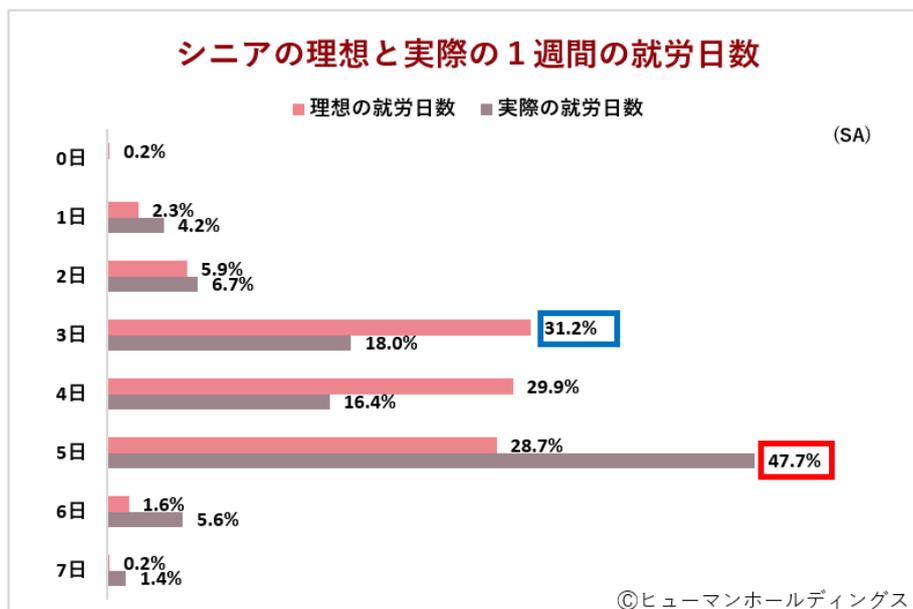
Q2. 現在の職業に就いた経緯は、1位「再雇用」、2位「異なる業界・異なる職種で転職・再就職」

「現在の職業に就いた経緯」については「再雇用」（34.9%）が最も多い結果となりました。次いで「異なる業界・異なる職種で転職・再就職」（25.3%）が挙げられ、定年後に新たなキャリアを構築されている人も多数いることが明らかになりました。



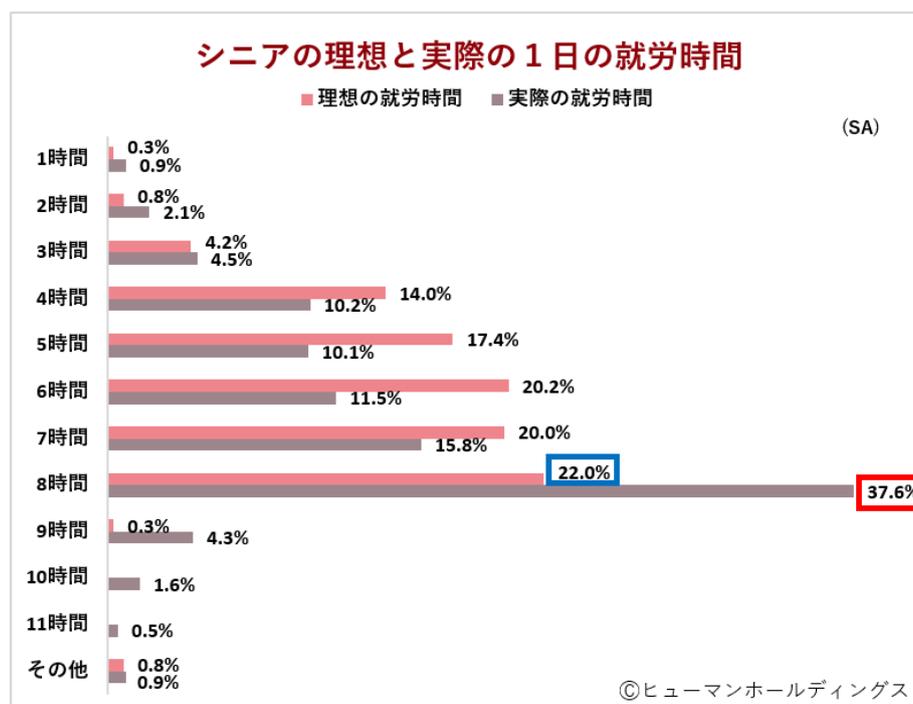
Q3. 「理想的な1週間の就労日数」は「3日」が多数の一方、「実際の1週間の就労日数」は「5日」が47.7%

理想的な1週間の就労日数については、「3日（31.2%）」、「4日（29.9%）」、「5日（28.7%）」と続く一方で、実際の就労日数は「5日（47.7%）」が最も多い結果となりました。今回の調査対象の半数が正規雇用者であることから、一般的なフルタイム勤務の就労日数である「5日」が半数に近い結果になったものと推察されますが、就労日数は減らしたいと思っている人が多い状況にあるかもしれません。



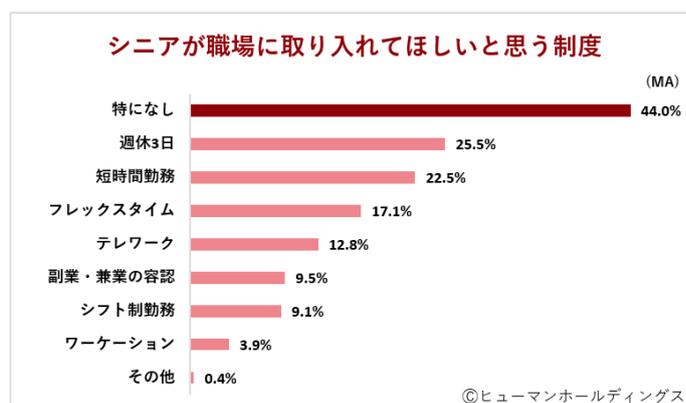
Q4.「理想的な1日の就労時間」「実際の1日の就労時間」ともに「8時間」が一番多い

理想的な1日の就労時間については「8時間（22.0%）」「6時間（20.2%）」「7時間（20.0%）」と続き、実際の就労時間においては「8時間（37.6%）」が最も多い結果となりました。



Q5.「職場に取り入れてほしいと思う制度」への希望は「特になし」が最も多いが、就労日数や就労時間は減らしたい傾向が強い

「職場に取り入れてほしいと思う制度」（複数回答可）については「特になし（44.0%）」が最も多く、現状に対して不満はないように思われる一方で、「週休3日（25.5%）」「短時間勤務（22.5%）」と、休日や就労時間に対する総計は48%にのぼり、働く日数や時間を減らしたい意向も見受けられます。

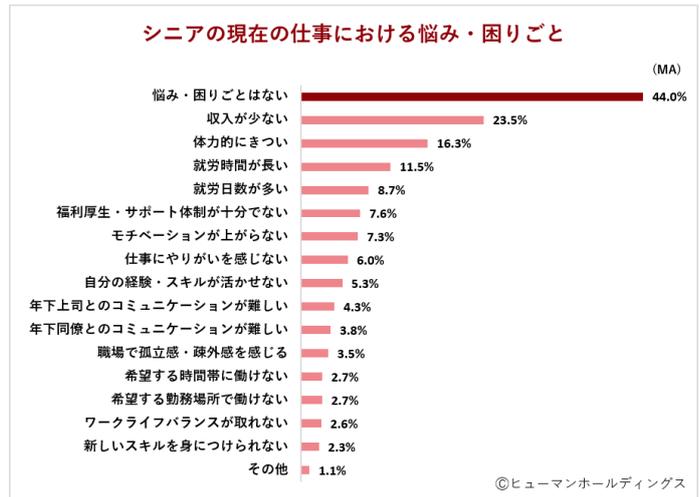


■ 本件に関するお問い合わせ ■ ヒューマンホールディングス株式会社 担当：若林、平
 TEL：03-6846-8002 FAX：03-6846-1220 E-mail：kouhou@athuman.com

Q6.「現在の仕事における悩み・困りごと」は「無し」が最も多く、働くシニアは現状に不満を抱いていない傾向

「現在の仕事における悩み・困りごと」（複数回答可）においても、「悩み・困りごとはない（44.0%）」が最も多い結果となりました。ここでも現状に対して不満がない状況が見受けられます。

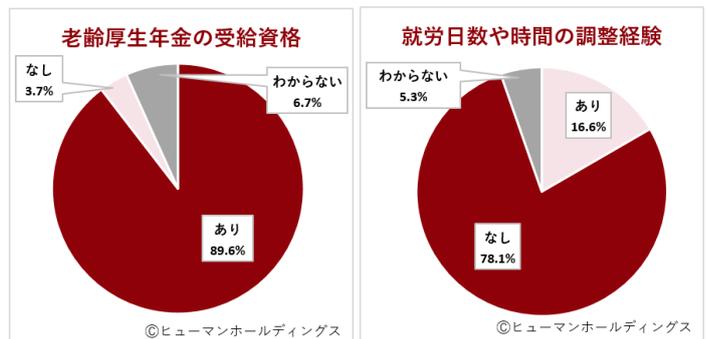
2 番目には「収入が少ない（23.5%）」が挙げられ、「体力的にきつい（16.3%）」「就労時間が長い（11.5%）」「就労日数が多い（8.7%）」が続く結果となりました。



Q7.「高齢厚生年金の支給停止を避けるために就労日数や就労時間を調整した経験」は、78.1%が「なし」

「高齢厚生年金の支給停止を避けるために就労日数や就労時間を調整したことがありますか」という質問には、78.1%が「なし」と回答しました。

（高齢厚生年金の「受給資格がない」「受給資格についてわからない」は、「なし」を選択）

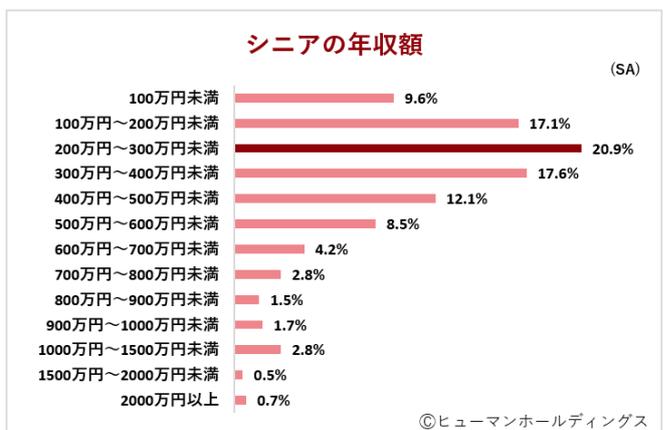
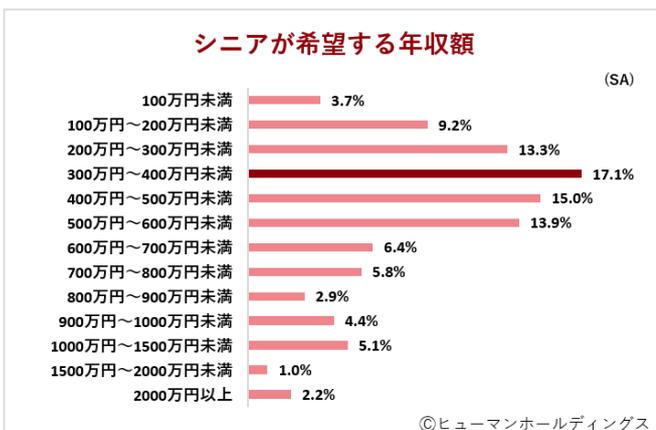


Q8.「希望する年収額」は「300万円～400万円未満」、実際の年収額は「200万円～300万円未満」で、理想と現実では100万円の差

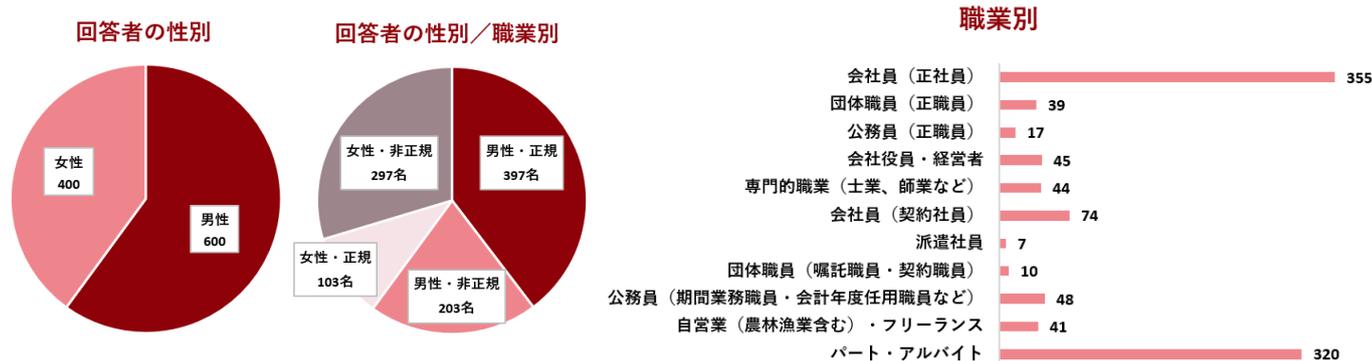
「現実的に希望する年収額」についての質問には、「300万円～400円未満（17.1%）」が一番多い結果となり、「400万円～500万円未満（15.0%）」が続きました。一方、「実際の年収額」については「200万円～300万円未満（20.9%）」が最多、次いで「300万円～400万円未満（17.6%）」という結果になりました。

厚生労働省が公表した2023年の「国民生活基礎調査」による、世帯人員1人あたりの平均所得金額は、60～69歳では248万4000円、70歳以上では193万5000円である結果と比較すると、働くシニアの年収額は所得額の平均値を上回っている状況が多いことが明らかになりました。

また、Q7にあるように、高齢厚生年金の減額や支給停止にならない年収額を希望する側面もあるかもしれません。



【本調査対象者の属性詳細】



■ヒューマングループについて

ヒューマングループは、教育事業を中核に、人材、介護、保育、美容、スポーツ、IT と多岐にわたる事業を展開しています。1985 年の創業以来「為世為人（いせいじん）」を経営理念に掲げ、教育を中心とする各事業を通じて、労働力不足、高齢化社会、待機児童問題など、時代とともに変化するさまざまな社会課題の解決に取り組み、独自のビジネスモデルを展開してきました。現在、国内 330 拠点以上、海外 5 カ国 6 法人のネットワークでお客様に質の高いサービスを提供しています。



人と社会に向き合い続けてきたヒューマングループは、いま世界全体で達成すべき目標として掲げられた SDGs（持続可能な開発目標）にも積極的に取り組み、より良い社会づくりに貢献していきます。

●ヒューマンホールディングス WEB サイト：<https://www.athuman.com/>

会社概要

ヒューマンホールディングス株式会社

- 代表者：代表取締役社長 佐藤 朋也
- 所在地：東京都新宿区西新宿 7-5-25 西新宿プライムスクエア 1 階
- 資本金：12 億 9,990 万円 ●URL：<https://www.athuman.com/>

■ 本件に関するお問い合わせ ■ ヒューマンホールディングス株式会社 担当：若林、平
TEL：03-6846-8002 FAX：03-6846-1220 E-mail：kouhou@athuman.com