

No. 24-0198HG

報道関係各位

2025 年 2 月 20 日

ヒューマンホールディングス株式会社

**定年退職後に働いている 65～74 歳の男女対象
【シニアの仕事観とキャリアに関する実態調査 2025 vol.2】**

**定年後のキャリア検討時期「60 代後半」、貯蓄額「3000 万円～5000 万円未満」
～「年下上司になってほしい人」ランキングも発表～**

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】

- 65～74 歳の半数以上が、今後の“なりたい自分”を思い描いている。Z 世代と比較するとシニアは“なりたい自分”の姿が明確な人が多い
- 定年後のキャリアプランを持っている 41.4%のうち、キャリアプランを検討し始めたのは「60 代後半」が 34.5%と最多。次いで「50 代後半」が 21.5%で、定年退職前から定年後のキャリアプランを検討していた層も多い
- 「目標とする貯蓄額」「実際の貯蓄額」とともに「3000 万円～5000 万円未満」が最多。一方で、「実際の貯蓄額」が「1 万円～100 万円未満」も多数で、二極化状態
- 「年下上司になってほしい芸能人・著名人」は、1 位「天海祐希」、2 位「大谷翔平」、3 位「所ジョージ」

【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。vol.1 では、働く理由や就労の状況について発表しています。

シニアの仕事観とキャリアに関する実態調査 2025 vol.1 : <https://www.athuman.com/news/2025/22135/>

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「マスタースマネージャー制度」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）

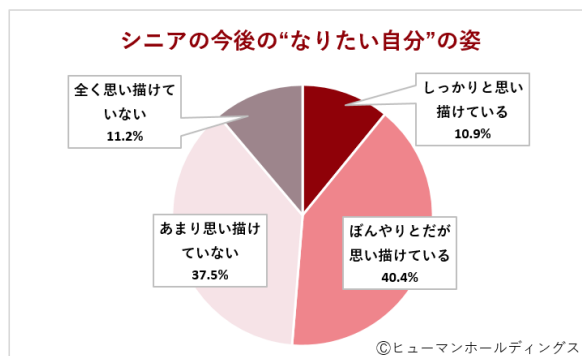
[方法]インターネット調査

※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. 65～74 歳の半数以上が「今後の“なりたい自分”を思い描けている」



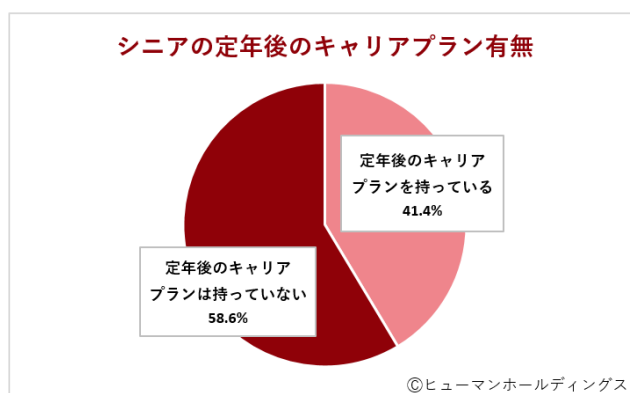
「今後の“なりたい自分”の姿を思い描けていますか」という質問には51.3%が思い描けていると回答しています（「しっかりと思い描けている」（10.9%）と「ぼんやりとだが思い描けている」（40.4%）の合計値）。

以前、当社が実施した [Z世代を対象とした調査（※）](#) では、「思い描けている」と回答したのは約3割だった結果と比較すると、シニアは“なりたい自分”の姿を思い描けている人が多いことが明らかになりました。

※Z世代の仕事観と自分らしさに関する調査 2024 vol.2

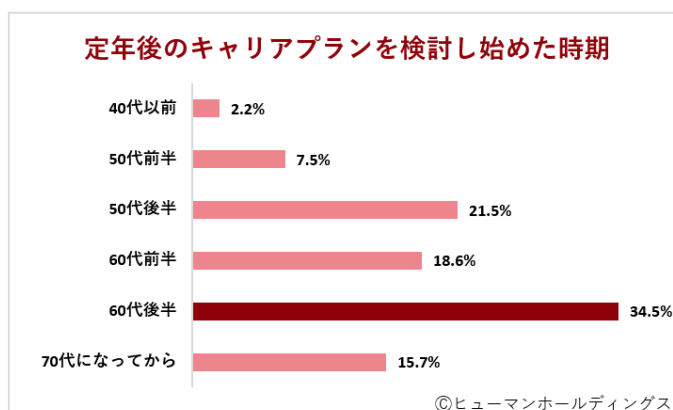
Q2. 6割近くは「定年後のキャリアプランを持っていない」

Q1 で“なりたい自分”については半数以上が思い描けていますが、「定年後のキャリアプランをお持ちですか」という質問に対しては、6割近くが「持っていない」（58.6%）と回答しています。これは、定年退職後も働く世代として初めてのケースが多く、ロールモデルが少ないこと、また、2020年以降、“キャリア自律”が注目され、企業では30～40代の従業員を対象としたキャリア研修が行われることが増えていますが、このようなキャリアプランを考える指針や知見が不足していることなどが考えられます。今後、定年後のキャリア構築のための研修やツールが求められるかもしれません。



Q3. 「定年後のキャリアプランの検討時期」は、1位「60代後半」、2位「50代後半」。定年退職前にセカンドキャリアについて検討を始める層も多数

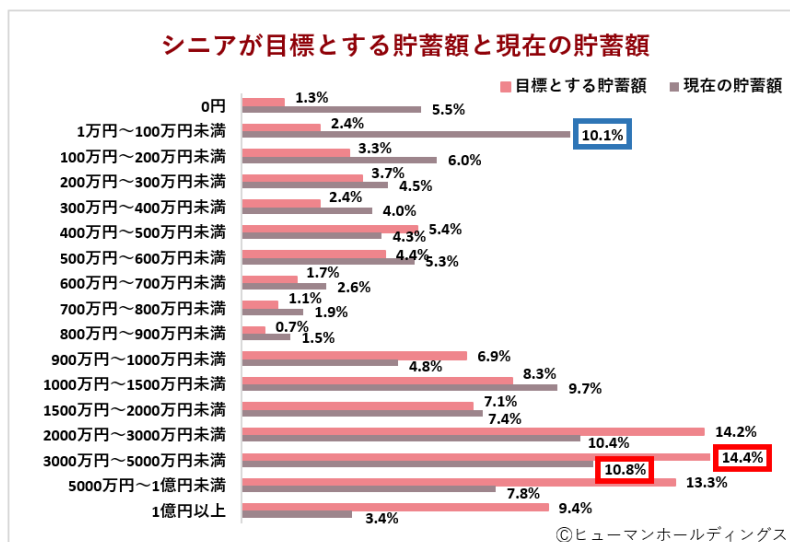
一方、Q2 で「定年後のキャリアプランを持っている」と回答した414名に検討を始めた時期を聞いたところ、「60代後半」（34.5%）が最多で、次いで「50代後半」（21.5%）、「60代前半」（18.6%）という結果になりました。定年退職の年齢は異なるため一概には言えませんが、定年退職後に検討を始める人が多い傾向はありますが、定年退職前からセカンドキャリアについて検討していた層も多いことが推察されます。



Q4.「目標とする貯蓄額」は「3000 万円～5000 万円未満」が最多。「現在の貯蓄額」も「3000 万円～5000 万円未満」が最多の一方で、「1 万円～100 万円未満」も多く、二極化

「目標とする貯蓄額」については、「3000 万円～5000 万円未満」（14.4%）が一番多い結果となり、「2000 万円～3000 万円未満」（14.2%）が続きました。「現在の貯蓄額」についても「3000 万円～5000 万円未満」（10.8%）が最多、次いで「2000 万円～3000 万円未満」（10.4%）と、目標額と大きな差がない状況が見られる一方、「1 万円～100 万円未満」（10.1%）が3 番目に多く挙げられています。

シニアの現在の貯蓄額については、「2000 万円以上」と「100 万円未満」の二極化の状況にあることが伺えます。



Q5.「自分らしく働いていると思うシニア芸能人・著名人」は、

1 位「所ジョージ」、2 位「明石家さんま」、3 位「タモリ」

「自分らしく働いていると思うシニア（65 歳以上）の芸能人・著名人」（自由回答）の 1 位は、「所ジョージ」さんでした。理由としては「いきいきしている」「楽しそう」「仕事と好きな事、趣味との両立」が多くを占めました。

2 位は、「明石家さんま」さんで、こちらも「いきいきしている」「元気」などが多い理由でした。

3 位は、「タモリ」さんで、「自由」「知識が豊富」「無理なく仕事をしているように見える」という理由が挙げられました。

シニアが選ぶ 自分らしく働いていると思うシニア芸能人・著名人

	(敬称略)	件数
1位	所ジョージ	69
2位	明石家さんま	68
3位	タモリ	41
4位	黒柳徹子	26
5位	吉永小百合	21
6位	草笛光子	16
7位	松平健	14
8位	加山雄三	13
8位	桑田佳祐	13
10位	高橋英樹	10
10位	高田純次	10
10位	水谷豊	10
10位	渡辺謙	10

©ヒューマンホールディングス

Q6.「年下上司になってほしい芸能人・著名人」は 1 位「天海祐希」、2 位「大谷翔平」、3 位「所ジョージ」

「年下上司になってほしい芸能人・著名人」（自由回答）の 1 位は、「天海祐希」さんで、「ついていきたいと思わせる何かがある」「公正な判断力」「的確な指導力」などの理由が多く挙げられました。

2 位は「大谷翔平」選手で、「自分を持っている」「説得力がある」「生き方が素晴らしい」などが多い理由でした。

3 位は「所ジョージ」さんで、「楽しそう」「あまり細かいことを言わない」「見守ってくれる」「ある程度権限を与えて任せてくれそう」「自分を否定されないように思う」という理由が挙げられる結果となりました。

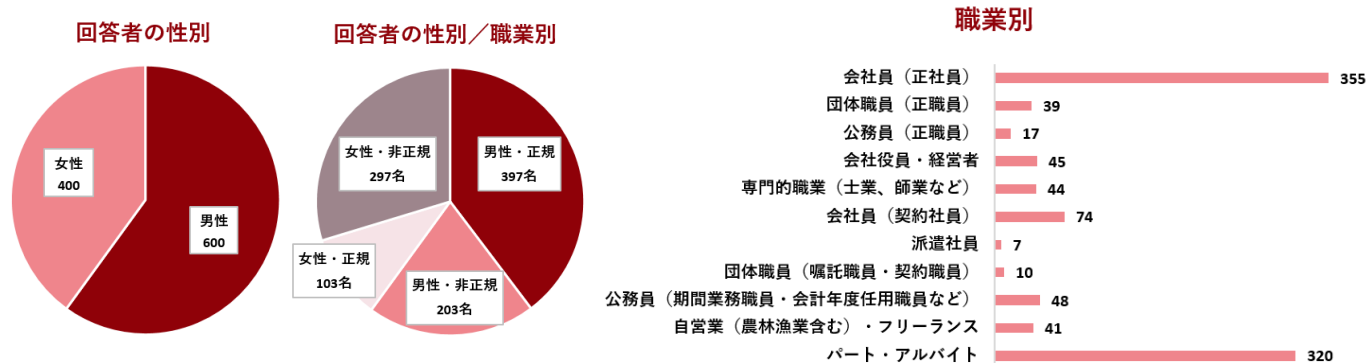
働くシニアが年下上司に求めるものは、公正な評価や信頼、そして尊敬できる姿勢などかもしれません。

年下上司になってほしい芸能人・著名人

	(敬称略)	件数
1位	天海祐希	34
2位	大谷翔平	30
3位	所ジョージ	20
4位	木村拓哉	19
5位	大泉洋	16
6位	明石家さんま	10
7位	福山雅治	9
8位	イチロー	8
8位	渡辺謙	8
10位	堺雅人	6

©ヒューマンホールディングス

【本調査対象者の属性詳細】



■SELing シート

目標達成のためのフレームワーク「マンダラチャート」を元に、考案したクローバ経営研究所と共同で開発したヒューマングループのSELing ツール。縦横 3 マスずつ、合計 9 マスが描かれており、中心に達成したい目標を書き、その周囲の 8 マスに目標を達成するために必要な要素を書き込みます。

SELing シートには「人生目標」（人生を通した目標設定）と「3 年後の自分」（短期の目標設定）の 2 種類があり、「人生目標」シートは、真ん中に「人生目標」、周囲 8 マスには人生を構成する 8 大分野「健康」「仕事」「経済」「家庭」「社会」「人格」「学習」「遊び」が設定されています。「3 年後の自分」シートは、主に人生目標シートの「仕事」で設定した目標から発展させて作成します。

SELing シートは、なりたい自分を見つけ、実現するためのサポートツールであり、自らデザインする人生の“設計図”としてヒューマングループ各社で導入しています。

人格	経済	学習
F	C	G
仕事	人生目標	家庭
B		D
社会	健康	遊び
E	A	H

■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 ウェブサイト：<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