

## 20代転職希望者の半数近くが「転職活動で生成AIを利用」。 「自己PR作成・添削」が最多。応募書類・面接対策・企業研究など様々な場面で活用

株式会社学情（本社：東京都中央区）は、20代の仕事観や働く意識をひも解くため、20代の転職希望者を対象に生成AIの活用についてインターネットアンケートを実施しました。就職・転職活動で生成AIを利用している人は「よく利用」と「時々利用」を合わせて半数近くに上りました。具体的には「自己PRの作成・添削」「応募書類（履歴書・職務経歴書）などの作成・添削」が6割を超えたほか、「面接対策」「業界・企業研究」など転職活動で必須とされる様々な作業で活用していることが分かりました。一方、転職先の企業で生成AIなどの最新技術を活用できるかどうかは、「重視しない」「あまり重視しない」が合わせて6割に。採用選考での企業側の生成AI利用に関しては「特に印象は変わらない」が過半数を占めました。現状では、企業の生成AI活用姿勢は企業選びにはあまり影響していないという結果となりました。

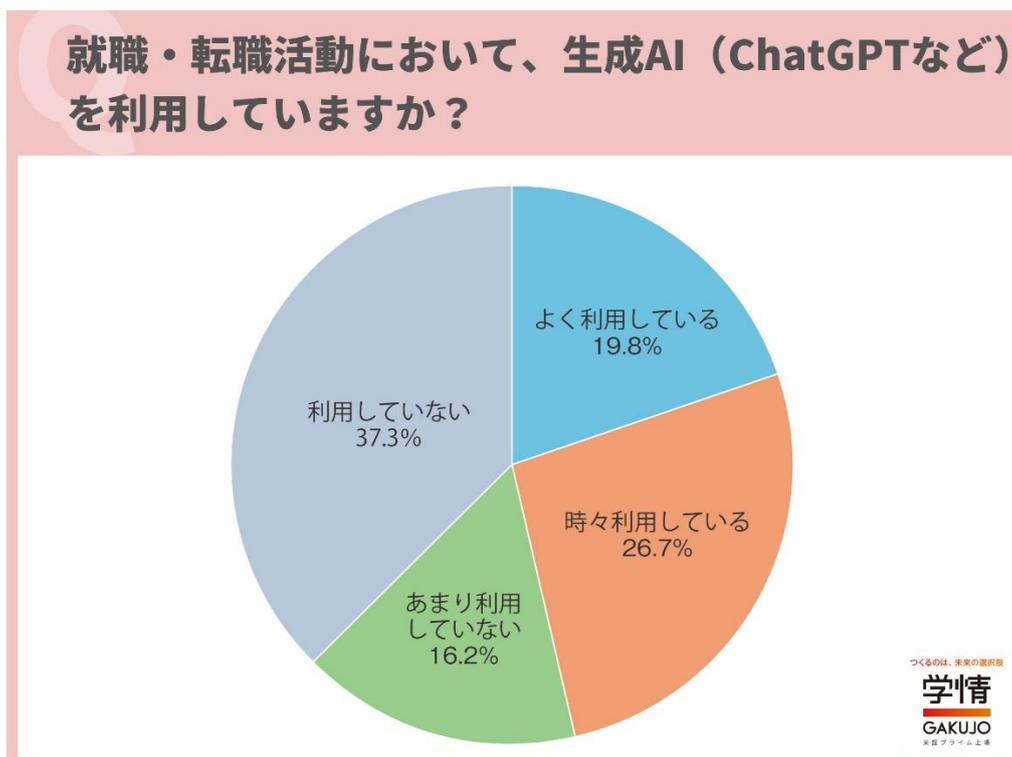
### 【TOPICS】

- (1) 20代転職希望者の半数近くが「転職活動で生成AIを利用」
- (2) 生成AIの活用場面は「自己PRの作成・添削」が最多。応募書類・面接対策・企業研究などにも
- (3) 生成AI活用の意識は「時短・効率化」が最多。「情報が正しいか不安」「企業のマイナス評価が心配」な人も
- (4) 転職先で生成AIなど最新技術を活用できるかどうか、「重視する」は4割ほど
- (5) 採用選考で企業の生成AI活用に対しては、「印象は変わらない」が過半数

### 【調査の背景】

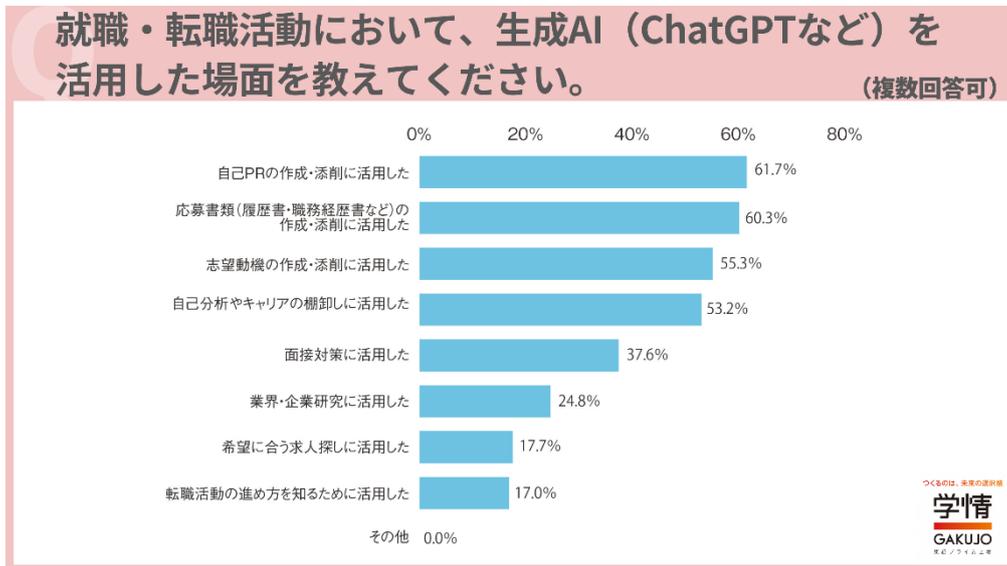
ChatGPTが登場して以降、生成AIは急速に普及するとともに、さらに進化しています。就職・転職市場においても、求職者は転職活動に、企業は選考において活用を始めています。20代転職希望者は生成AIにどう向き合い、どう活用しているのか、意識や活用事例などについてアンケートを実施しました。

### (1) 20代転職希望者の半数近くが「転職活動で生成AIを利用」



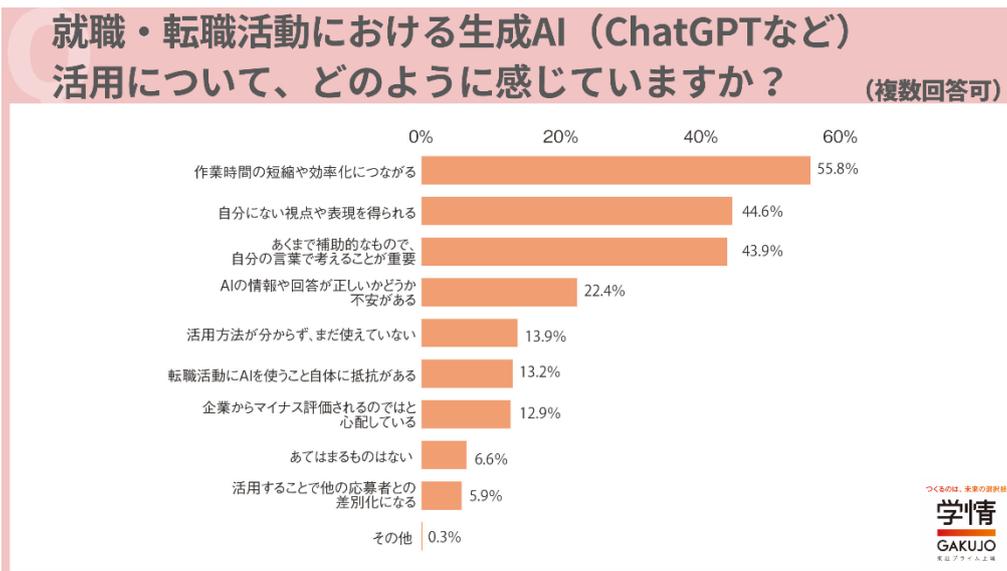
就職・転職活動において生成 AI を利用しているかを尋ねたところ、「よく利用している」との回答が 19.8%、「時々利用している」26.7%を合わせると計 46.5%。20 代転職希望者の半数近くが、転職活動に利用していることが分かりました。「利用していない」は 37.3%、「あまり利用していない」は 16.2%でした。

**(2) 生成 AI の活用場面は「自己 PR の作成・添削」が最多。応募書類・面接対策・企業研究などにも**



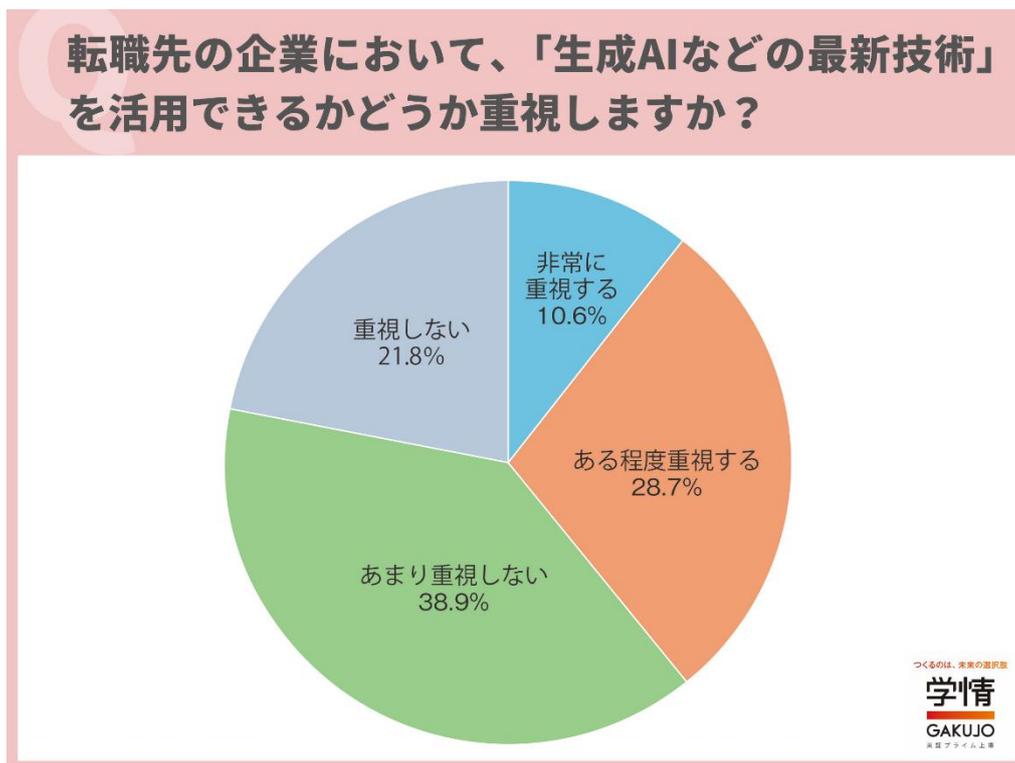
転職活動において生成 AI を活用した人にどのように使ったかを聞くと（複数回答可）、「自己 PR の作成・添削」61.7%が最多。以下「応募書類（履歴書・職務経歴書）などの作成・添削」60.3%、「志望動機の作成・添削」55.3%、「自己分析やキャリアの棚卸し」53.2%、「面接対策」37.6%、「業界・企業研究」24.8%など、転職活動で必須とされる様々な作業で活用していることが分かりました。

**(3) 生成 AI 活用の意識は「時短・効率化」が最多。「情報が正しいか不安」「企業のマイナス評価が心配」な人も**



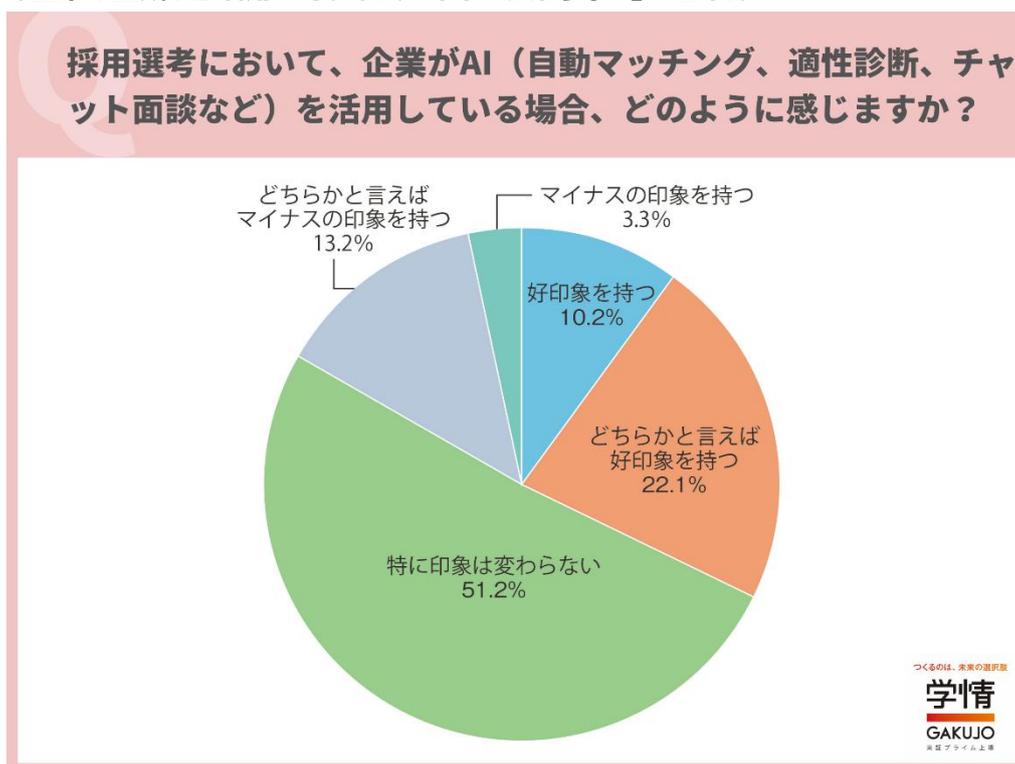
転職活動での生成 AI 活用をどう感じているかについて（複数回答可）は、「作業時間の短縮や効率化につながる」55.8%が最多。次いで、「自分にはない視点や表現を得られる」44.6%、「あくまで補助的なもので、自分の言葉で考えることが重要」43.9%が続きました。「AI の情報や回答が正しいかどうか不安がある」22.4%、「転職活動に AI を使うこと自体に抵抗がある」13.2%、「企業からマイナス評価されるのではと心配」12.9%など、利用を不安視する回答も少なからずありました。

(4) 転職先で生成 AI など最新技術を活用できるかどうか、「重視する」は 4 割ほど



転職先の企業で生成 AI などの最新技術を活用できるかどうかは、「重視しない」21.8%と「あまり重視しない」38.9%を合わせると 60.7%に上り、多数派を占めました。「重視する」派は4割ほどで、今のところ企業選びにはあまり影響していないことが分かりました。

(5) 採用選考で企業の生成 AI 活用に対しては、「印象は変わらない」が過半数



採用選考で企業が生成 AI（自動マッチング、適性診断、チャット面談など）を活用している場合、どう感じるかを尋ねると、「マイナスの印象」よりも「好印象」のほうが多いものの、「特に印象は変わらない」が

51.2%で過半数を占めました。比較的淡々と受け止めている人が多いようです。

## ■調査概要

- ・調査期間：2025年8月2日～2025年8月18日
- ・調査機関：株式会社学情
- ・調査対象：20代就職・転職希望者（20代専門転職サイト「Re就活」のサイト来訪者）
- ・有効回答数：303件
- ・調査方法：Web上でのアンケート調査

※各項目の数値は小数点第二位を四捨五入し小数点第一位までを表記しているため、択一式回答の合計が100.0%にならない場合があります。

## ■株式会社学情とは

東証プライム上場・経団連加盟企業。2004年から、「20代通年採用」を提唱。会員数260万人の「20代向け転職サイト6年連続No.1・20代専門転職サイト〈Re就活〉」（2019年～2024年 東京商工リサーチ調査 20代向け転職サイト 第1位）や「30代向けダイレクトリクルーティングサービス〈Re就活30〉」、会員数60万人の「スカウト型就職サイト〈Re就活キャンパス〉（2025年3月1日より、あさがくナビからブランドリニューアル）」を軸に、20代・30代の採用をトータルにサポートする大手就職・転職情報会社です。また日本で初めて「合同企業セミナー」を開催し（自社調べ）、「転職博」や「就職博」を運営。2019年には外国人材の就職・採用支援サービス「Japan Jobs」を立ち上げるなど、若手人材の採用に関する多様なサービスを展開しています。

[創業/1976年 資本金/15億円 加盟団体/一般社団法人 日本経済団体連合会、公益社団法人 全国求人情報協会、一般社団法人 日本人材紹介事業協会、日本就職情報出版懇話会、公益財団法人 森林文化協会]

<https://company.gakujo.ne.jp>

---

## ■お問い合わせ先

株式会社学情 広報担当

東京都中央区銀座6-10-1 GINZA SIX 9階

TEL：03-6775-4510 FAX：03-6263-9033

メール：press@gakujo.ne.jp

コーポレートサイト：<https://company.gakujo.ne.jp/>

株式会社学情のプレスリリース一覧：[https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company\\_id/13485](https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/13485)