



2026年3月25日
パーソルイノベーション株式会社

副業マッチングサービス『lotsful』、副業に関する定点調査（2025 冬）を実施 ～副業者の約4割がエッセンシャルワークを経験、 「週末ファーマー」や都市型農業など体験価値を重視した副業に注目～

「はたらいて、笑おう。」をビジョンに掲げるパーソルグループのパーソルイノベーション株式会社 lotsful Company（本社：東京都港区、lotsful Company代表：田中 みどり）が運営する副業人材マッチングサービス『lotsful（ロツフル）』（<https://lotsful.jp/>）は、副業に関する定点調査を四半期ごとに実施しています。このたび、2026年2月に実施した調査の結果をお知らせします。16回目となる今回は、従来の定点項目に加え、デスクワーク以外の現場仕事への関心や、エッセンシャルワーク※に該当する仕事の副業経験についても調査しました。

※医療・介護、物流、インフラ、生活必需サービスなど、社会や生活の維持に不可欠な仕事



■調査サマリー

- ・副業実施率は41.0%。前回調査からは微減するも、前年同月比では増加し、副業が引き続き生活者に定着。
- ・業種別の副業実施率は「情報通信機械・器具製造業」で最も高く、職種別では「広報」や「Webデザイナー」など専門性の高い職種で高い割合となった。
- ・副業意向は48.3%と約5割を維持。企業の制度環境が意欲を後押し。
- ・副業月収「30万円以上」は17.9%、前回（2025年11月）から0.6ポイント増加。

■参考データ

- ・「現場で手を動かす仕事」に全体の54.4%が関心を示し、20代男性では68.8%が「興味あり」と回答。
- ・現場での仕事に関心を持つ理由は、「体を動かすことでリフレッシュできそう（31.2%）」「スキルや経験が将来に活きそう（23.4%）」など、収入以外の理由が上位を占めた。
- ・「現場で手を動かす仕事」を副業として「やってみたい」と回答した人は54.9%にのぼり、「週末ファーマー（27.8%）」が最多。
- ・エッセンシャルワークの副業経験者は全体の約4割に達し、「介護職員・ヘルパー」など人材不足の職種が上位に。

■前回の調査結果リリース

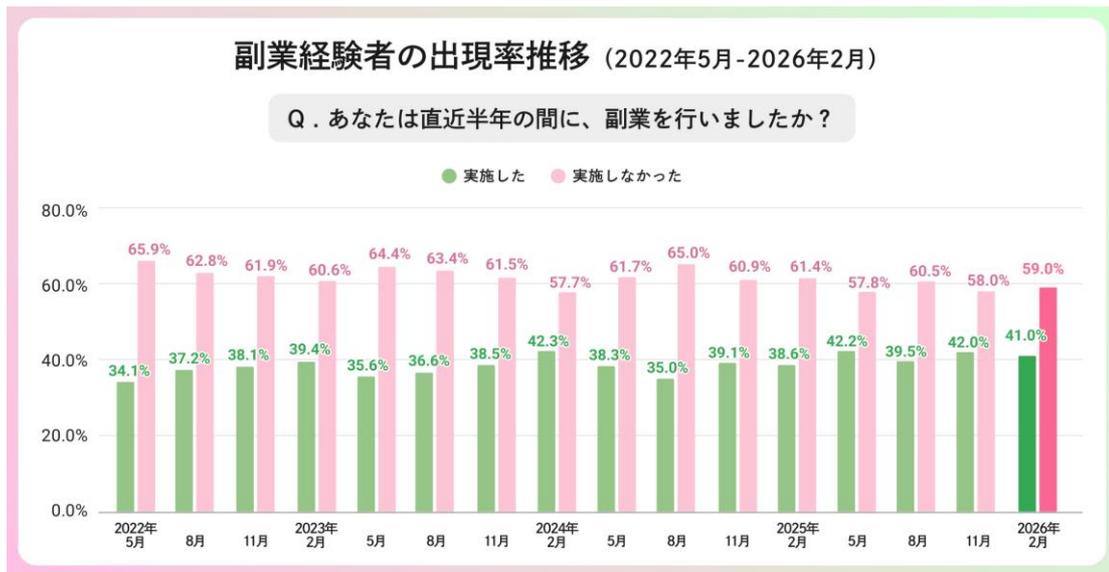
<https://www.persol-innovation.co.jp/news/2025-1224-1>

■調査結果

・副業実施率は41.0%、前回からは微減も前年同月比では増加

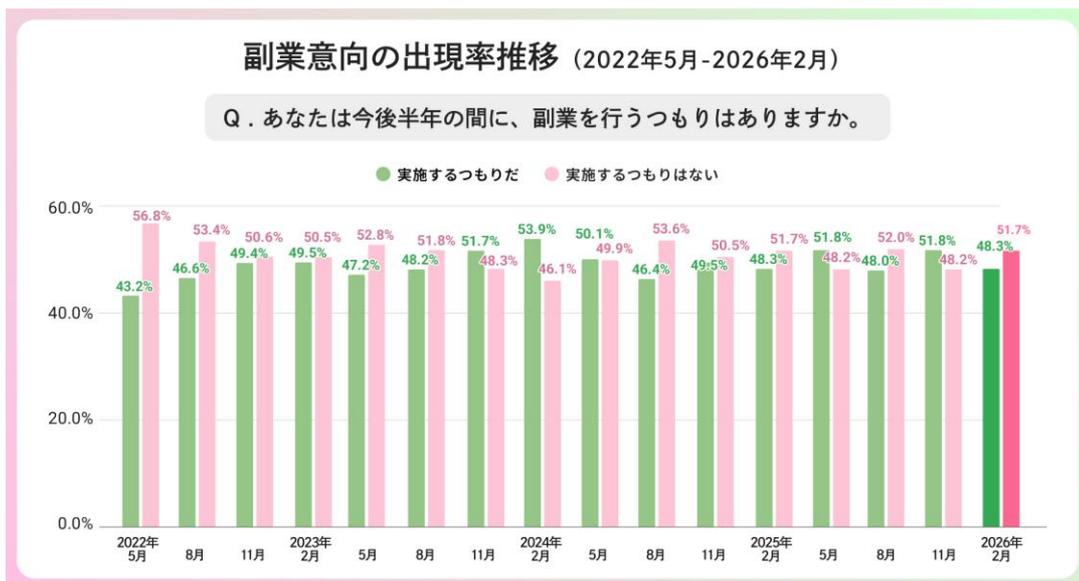
副業の実施率の推移を見ると、直近半年間で副業を「実施した」と回答した人は41.0%となり、前回調査からは1.0ポイント減少したものの、前年同月比では2.4ポイント増加しており、副業が一過性の動きではなく、生活者の選択肢として定着している様子がうかがえます。

直近半年の間に副業を実施した人を所属企業（本業）の業種別に見ると、「情報通信機械・器具製造業（90.0%）」で副業実施率が最も高く、次いで「農林業・水産業・鉱業（81.8%）」、「電子部品・デバイス・電子回路製造業（74.3%）」となりました。また本業の職種別では、「広報（100.0%）」、「Webデザイナー（91.7%）」、「Webディレクター（83.3%）」で副業実施率が高い結果となり、引き続き、専門性やアウトプットが明確な職種で副業が浸透している傾向が見られました。

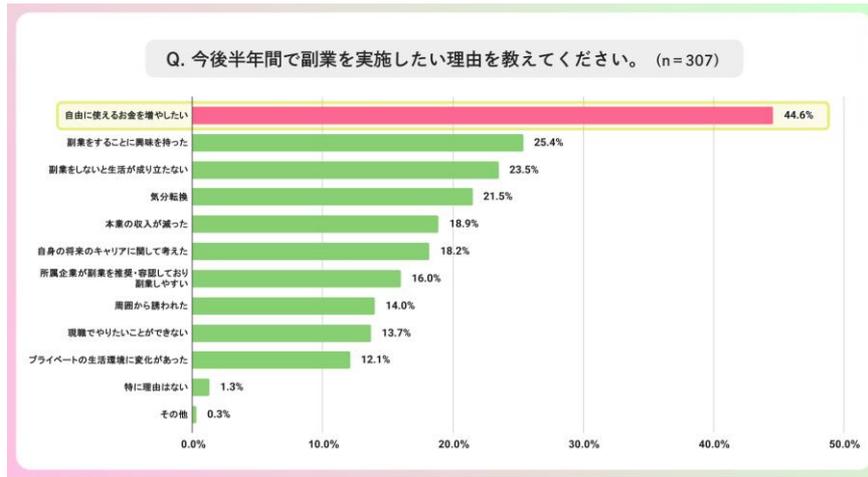


・副業意向は48.3%と約5割を維持、企業の容認姿勢が副業を後押し

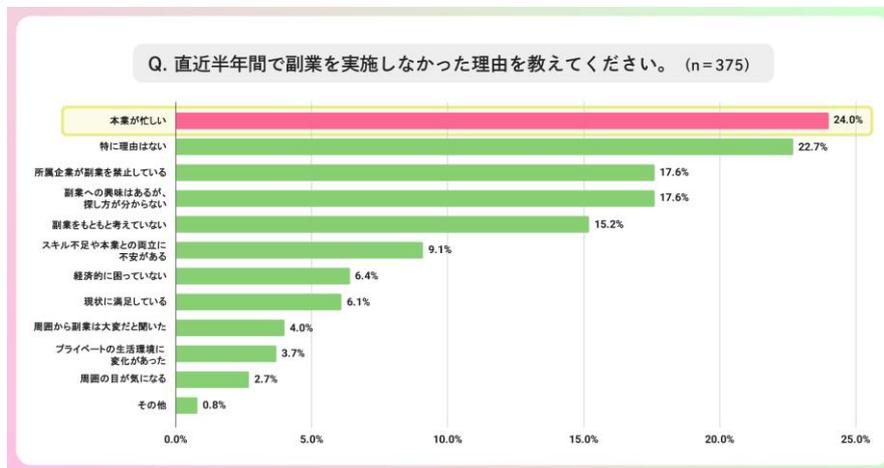
今後半年間の副業意向について尋ねたところ、「副業を実施するつもり」と回答した人は48.3%となりました。前回調査（51.8%）からは3.5ポイント減少したものの、前年同月比では横ばいとなっており、引き続き約半数が副業に前向きな姿勢を示しています。



副業を実施する意向がある人にその理由を尋ねたところ、「自由に使えるお金を増やしたい（44.6%）」が引き続き最多となりました。前回調査（2025年11月：39.5%）と比べて5.1ポイント増加しており、経済的な理由が副業意向をより強く後押ししている実態がうかがえます。加えて、「所属企業が副業を推奨・容認しており副業しやすい（16.0%）」が前回調査（15.7%）に続いて過去最多を更新しており、企業側の制度整備や風土醸成が進んでいることも示唆されています。

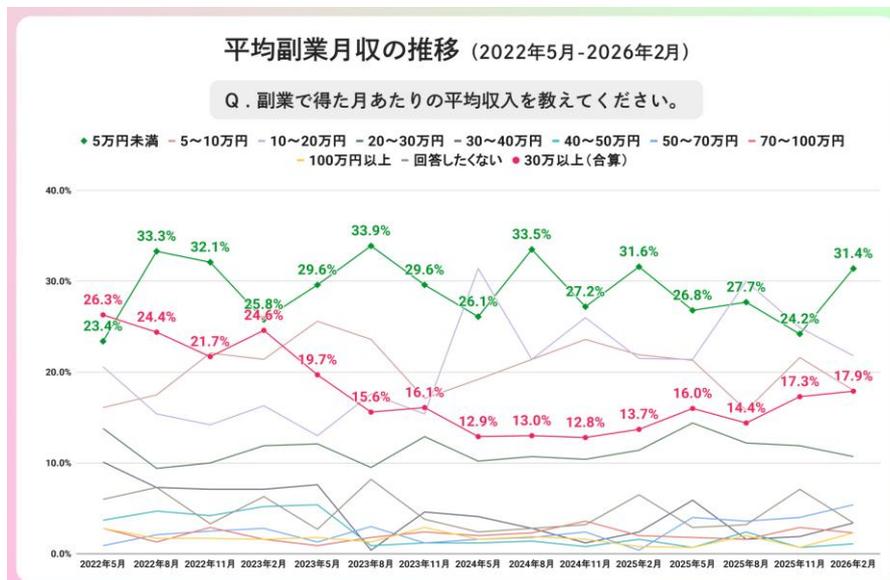


一方、副業を実施していない理由としては、「本業が忙しい（24.0%）」が引き続き最多となっており、時間的制約が副業実施の大きな壁となっています。



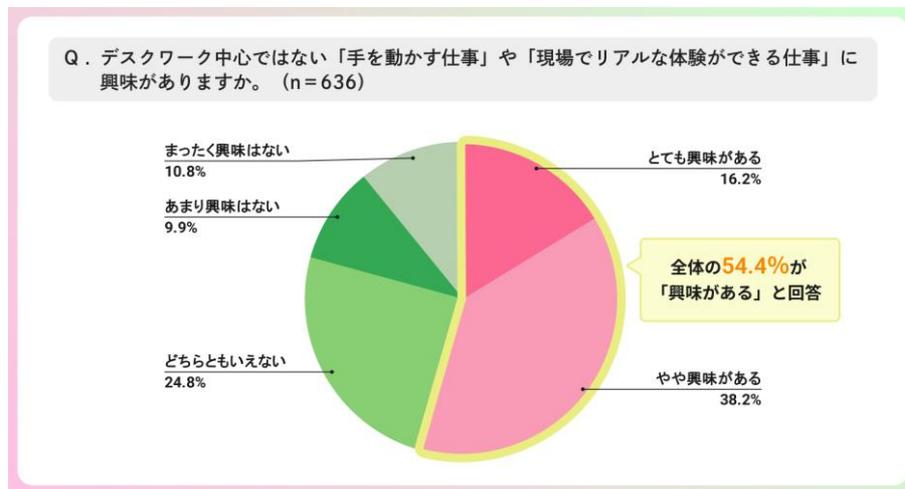
■副業月収「30万円以上」は17.9%、前回（2025年11月）から0.6ポイント増加

副業経験者を対象に、副業で得た月あたりの平均収入について尋ねたところ、「30万円以上」と回答した人の割合は17.9%となりました。前回調査（2025年11月：17.3%）と比較しても0.6ポイント微増しており、副業で高収入を得ている層が一定数存在する一方で、副業収入は「5万円未満（31.4%）」を中心とした少額帯が引き続きボリュームゾーンとなっており、副業が本業を補完する収入源として広く活用されている実態がうかがえます。

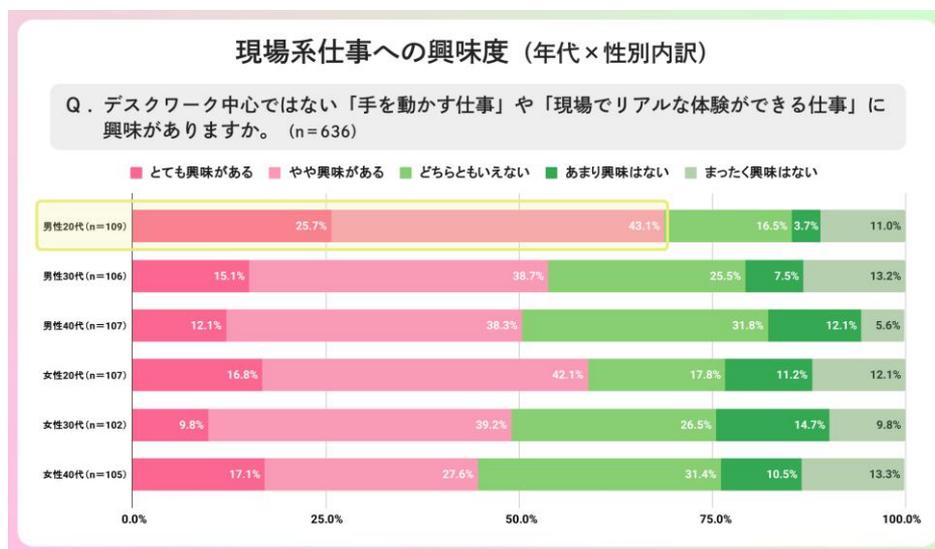


・若年層、特に20代男性で「現場で手を動かす仕事」への関心が高い

デスクワークではない「手を動かす仕事」や「現場でリアルな体験ができる仕事」への興味について尋ねたところ、「とても興味がある（16.2%）」「やや興味がある（38.2%）」という結果となり、全体の過半数となる54.4%が「興味がある」と回答しました。

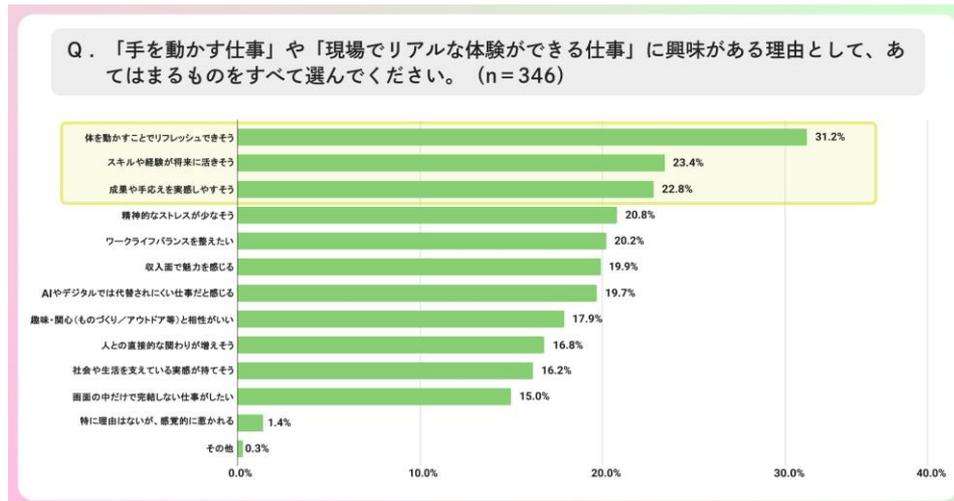


また、年代×性別ごとに分析したところ、男女ともに20代で現場仕事への関心が高い傾向が見られました。特に20代男性では、「とても興味がある（25.7%）」、「やや興味がある（43.1%）」となり、合計68.8%が「興味がある」と回答。全体傾向（54.4%）を大きく上回る結果となりました。また、20代女性においても「興味がある」と回答した割合は併せて58.9%と他年代と比較して高い水準になりました。こうした結果から、若年層においては、デスクワークとは異なる手を動かす実働的な体験や、リアルな現場感を伴う仕事への関心が相対的に高い可能性が示唆されます。副業という柔軟な形態が、その関心を具体的な挑戦へとつなぐ役割を果たす可能性も考えられます。



・「現場で手を動かす仕事」への関心を持つ理由は「リフレッシュ」「将来への活用」

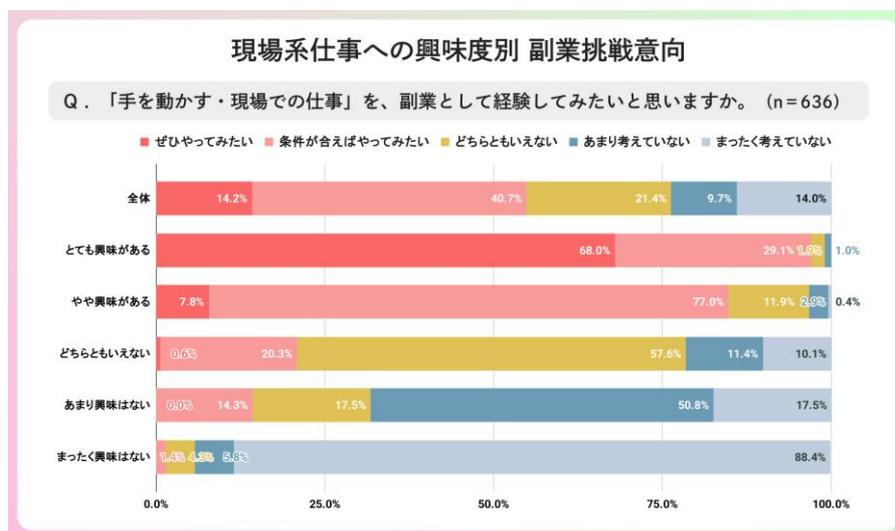
「現場で手を動かす仕事」に「とても興味がある（16.2%）」「やや興味がある（38.2%）」と回答した人にその理由を尋ねたところ、「体を動かすことでリフレッシュできそう（31.2%）」が最多となり、次いで「スキルや経験が将来に活きそう（23.4%）」、「成果や手応えを実感しやすそう（22.8%）」が続きました。デスクワーク中心の会社員が、デジタル疲れの解消や「本業とは違うタイプの仕事」の体験価値に期待し、一次産業などの現場仕事にポジティブな関心を持っていることが分かります。



・「週末ファーマー」を筆頭に広がる、体験価値を重視した副業への関心

「現場で手を動かす仕事」を副業として経験したいかを尋ねたところ、「ぜひやってみたい(14.2%)」「条件が合えばやってみたい(40.7%)」という結果となり、半数以上の54.9%が前向きな意向を示しました。

また、前問で現場での仕事に「まったく興味はない」と回答した人の1.4%、「あまり興味はない」と回答した人の14.3%が副業であれば「条件が合えばやってみたい」と回答しており、現場仕事への関心が低い層にも、副業を通じた挑戦意向が見られる結果となりました。



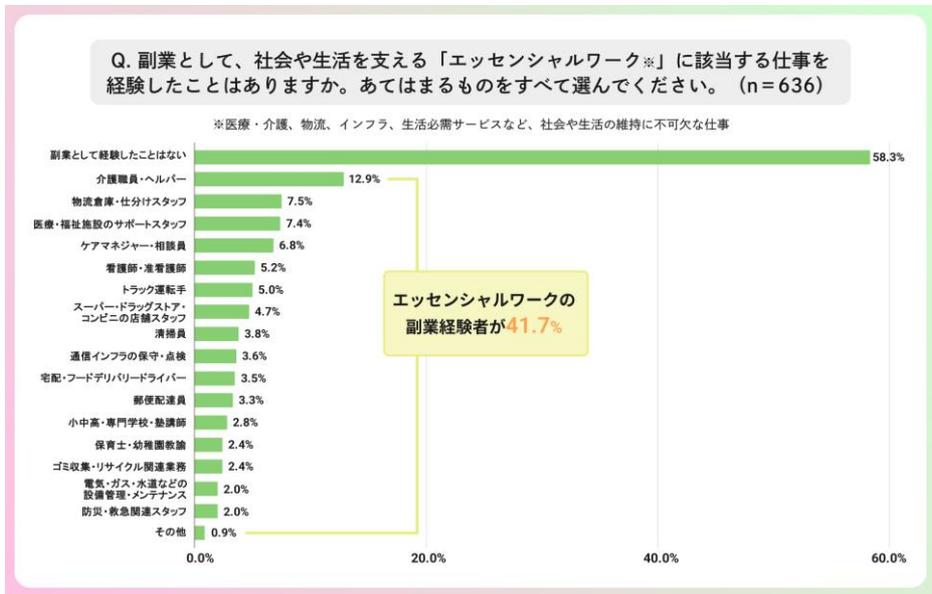
副業としてやってみたい「手を動かす・現場での仕事」は何かを尋ねたところ、「週末ファーマー(農業・収穫サポート)(27.8%)」が最多となり、次いで「都市型農業・屋上ファーム(21.8%)」、「工房アシスタント(木工/陶芸/革など)(19.8%)」が続きました。これらはいずれも、週末や空き時間など、限られた時間で関われる点に加え、成果や手応えを実感しやすい仕事であることから、収入面だけでなく、「体験価値」や日常業務では得られにくい実感を求める意識が背景にあると考えられます。また、いずれも未経験からでも関わりやすく、成果が目に見える形で実感できる仕事である点も、関心を集めた要因と考えられます。



・人材不足を背景に拡大かーエッセンシャルワークの副業経験は約4割

エッセンシャルワーク(※)に該当する仕事の副業経験の有無を尋ねたところ、「副業として経験したことはない(58.3%)」が過半数を占める一方で、約4割は何らかの形で現場系の副業を経験していることが分かりました。副業で経験した職種の内訳を見ると、「介護職員・ヘルパー(12.9%)」が最も多く、次いで「物流倉庫・仕分けスタッフ(7.5%)」、「医療・福祉施設のサポートスタッフ(7.4%)」が続きました。これらは、資格を要する専門業務に限らず、補助的な業務を含む職種であり、人材不足の現場において、役割の中に副業人材を組み込みやすい点が特徴です。また、生活や社会を支える現場での仕事であることから、収入面だけでなく、社会への貢献を実感できる点も副業として選ばれている要因の一つと考えられます。

※医療・介護、物流、インフラ、生活必需サービスなど、社会や生活の維持に不可欠な仕事



■ 調査結果概要

調査手法：インターネット調査 (Fastask)
 調査対象：全国の企業に勤める会社員 20～40歳代の男女
 調査期間：2026年2月2日(月)～2月8日(日)
 対象人数：667人

■ 利用企業数は 2,000 社超！

4 万件以上の案件を支援してきた副業人材サービス『lotsful』の特徴※2025 年 4 月時点



<副業人材へのメリット> <https://lotsful.jp/>

『lotsful』は企業側の副業受け入れに関する啓蒙を積極的に行っています。事業開発、営業、マーケティング、人事、広報、経営企画など、**ビジネス職を中心に多様な案件**を取り揃えています。これまでの実績やスキルについて、**専任のタレントプランナーが無料カウンセリングを実施**するため、副業未経験者も安心してチャレンジが可能です。原則リモートでチャレンジできる案件がほとんどのため、週に 1 回・4 時間からなど、**柔軟なはたらき方で副業をスタート**することが可能です。

<副業受け入れ企業側へのメリット> <https://lotsful.jp/brand/lp>

スキルアップや事業貢献を目的にした豊富な経験や実績を持つ人材をターゲットにしているため、社内のリソースでは不足している分野に関して、領域ごとに確立・洗練された**事業運営ノウハウを活用**できます。タレントの業務委託費用のみで、業務切り出しのサポートから、副業スタート時の煩雑な契約周りまでパーソルグループの豊富な人材支援ノウハウを活かしたオンボーディングサポートを実施し、契約関連・労務管理等、**副業人材活用の仕組み構築まで支援**します。（契約形態は業務委託となります。）

■ パーソルイノベーション株式会社について < <https://persol-innovation.co.jp/> >

パーソルイノベーション株式会社は、パーソルグループの次世代の柱となる事業創造を目的として、2019年4月に事業を開始しました。人材紹介分野では、若年層・未経験を中心としたエッセンシャルワーク領域の人材紹介サービス『ピタテン』、採用管理・マーケティングツールを提供する『HITO-Link（ヒトリンク）』を展開しており、人材育成関連分野では、企業のDX組織構築の支援サービスを提供する『TECH PLAY』（テックプレイ）、リスキリング支援サービス『Reskilling Camp（リスキリング キャンプ）』や、コミック教材を活用した研修サービス『コミックラーニング』、副業マッチングサービス『lotsful（ロットツフル）』などを運営しています。また、新たな事業開発やデジタルトランスフォーメーションを通じて、パーソルグループのイノベーションを加速していくことを目指しています。

■ 『lotsful』サービスご利用に関するお問い合わせは、以下メールアドレスからお願いいたします

support@lotsful.jp