

「AI面接」に関する調査

AI面接について、半数以上が「良いと思う」と回答。20代は75%が好印象。
AI面接を受けてよかったこと「時間の自由」「緊張せずに話せる」「質問が分かりやすい」。

－『エン転職』ユーザーアンケート－

エン株式会社（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8年連続満足度No.1（※）の総合転職サイト『エン転職』（<https://employment.en-japan.com/>）上で、ユーザーを対象に「AI面接」についてアンケートを行ない、1,172名から回答を得ました。以下、概要を報告します。※2018年～2025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

結果 概要

- ★ AI面接について、半数以上が「良いと思う」と回答。20代は75%が好印象。年代が低いほど割合が高まるも、40代以上でも50%が好印象に。
- ★ AI面接を受けたことがある方は7%。良かったことは「時間の自由」「緊張せずに話せる」「質問が分かりやすい」。
- ★ AI面接を受けてみたい方は53%で半数超。受けた理由は「時間と環境を自分で選べる」。受けたくない理由は「評価軸が分からない」「人柄や熱意が伝わるか不安」。

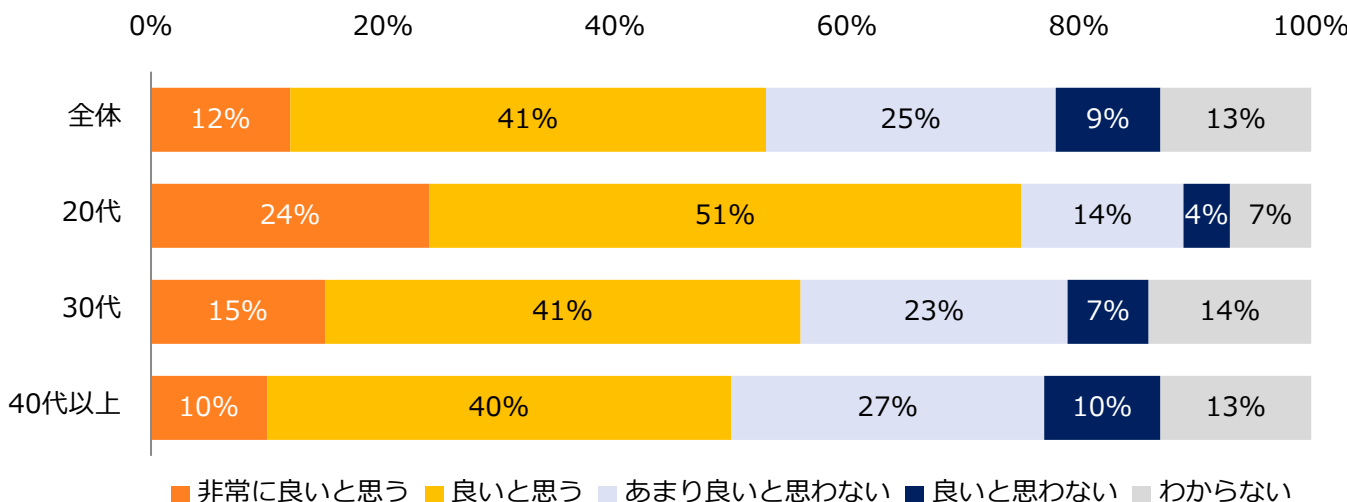
■調査結果 詳細

1：AI面接について、半数以上が「良いと思う」と回答。20代は75%が好印象。
年代が低いほど割合が高まるも、40代以上でも50%が好印象に。（図1）

AI面接は、面接の相手がAIであるため「夜間・休日など、自分に都合の良い時間・場所で面接が受けられる」「対面より緊張せず話せる」などのメリットがあります。そんなAI面接について印象を伺うと、53%が「良いと思う」と回答（非常に良いと思う：12%、良いと思う：41%）。

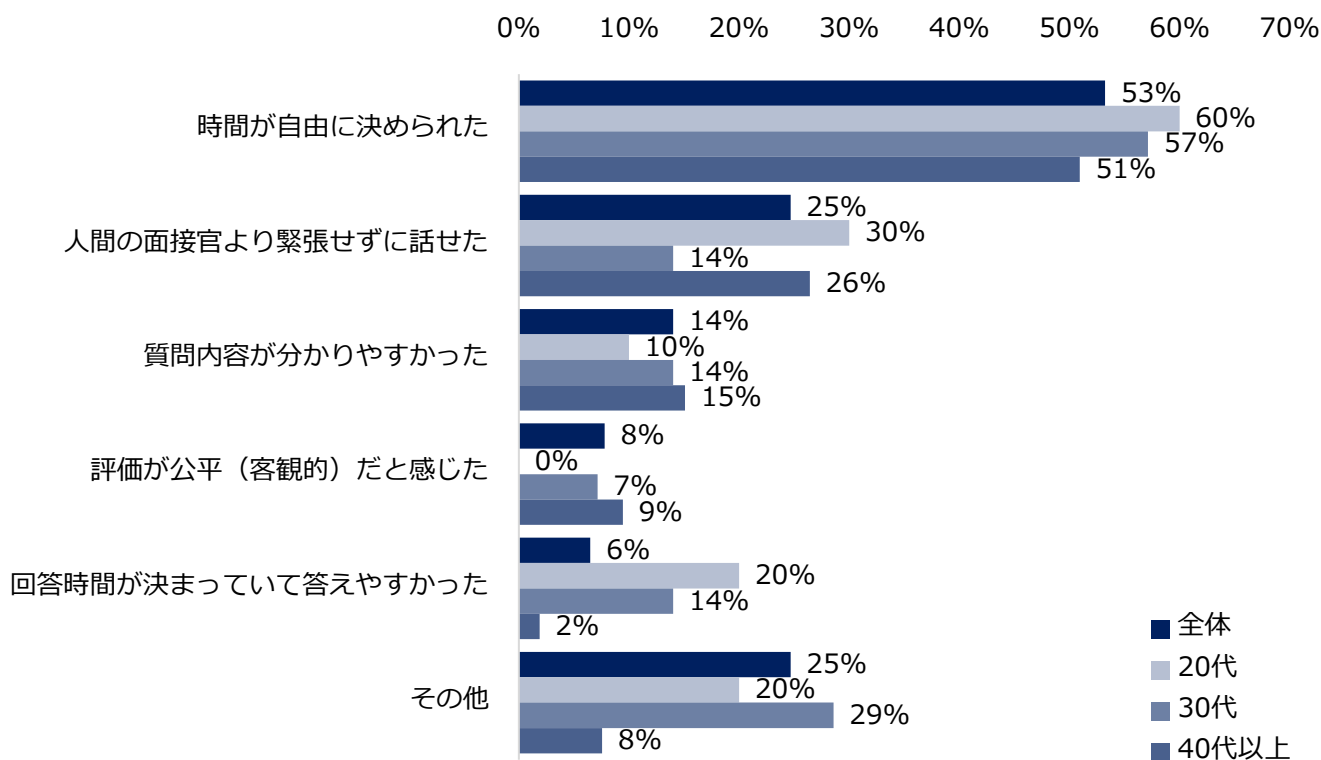
年代別で見ると、最多の20代は75%（非常に良いと思う：24%、良いと思う：51%）に及びました。年代が低いほどポジティブな割合が高まりましたが、最も低い40代以上でも50%（非常に良いと思う：10%、良いと思う：40%）が好印象となりました。

【図1】AI面接について、どう思いますか？（年代別）



2：AI面接を受けたことがある方は7%。**良かったことは「時間の自由」「緊張せずに話せる」「質問が分かりやすい」。（図2～3）**

AI面接を受けたことがあるかを伺うと、「ある」は7%でした。経験したことがある方に良かったことを伺うと、「時間が自由に決められた」（53%）、「人間の面接官より緊張せずに話せた」（25%）、「質問内容が分かりやすかった」（14%）でした。具体的なコメントも紹介します。

【図2】AI面接を受けたことはありますか？（年代別）**【図3】AI面接を受けたことがある方に伺います。良かったことを教えてください。（年代別／複数回答可）****Q. 具体的なエピソードを教えてください。**

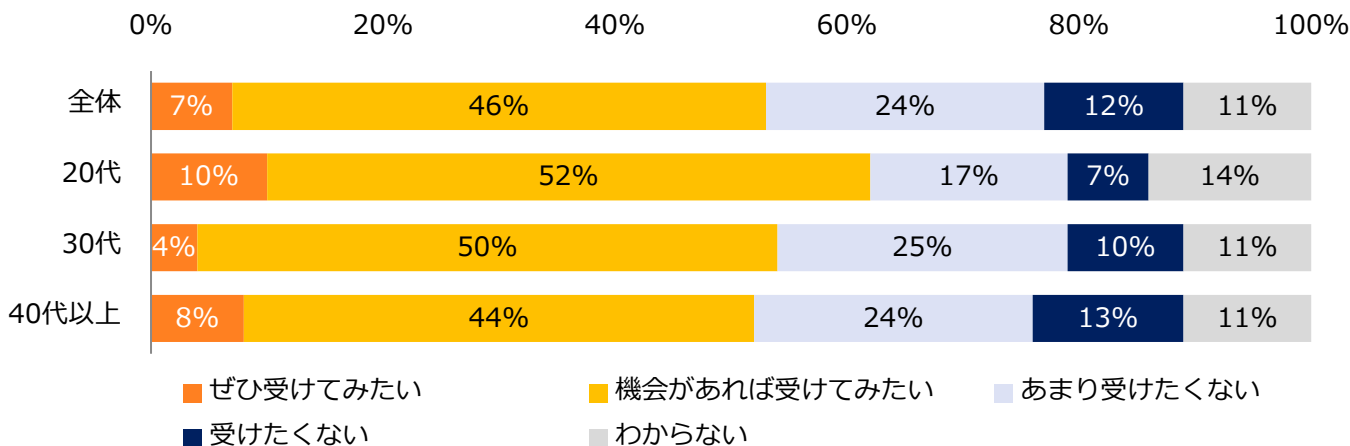
- ・仕事終わりに夜間でも受検できることは便利だと思った。（30代男性）
- ・人間の面接官以上に気を遣っていただけたことで、非常にリラックスして会話できた。
話も聞き取り易く、時間も気兼ねなく対応可能。交通費もかからず便利だった。（50代女性）
- ・言ってることと違うことが入力されて少し困った。（20代男性）
- ・相手の顔を見て話す内容を変更することができないため、何を話せば相手に好印象を持ってもらえるかが分からなかった。また制限時間が厳しく、話したい内容のすべては話すことができない。（30代男性）

3：AI面接を受けてみたい方は53%で半数超。受けたい理由は「時間と環境を自分で選べる」。 受けたくない理由は「評価軸が分からない」「人柄や熱意が伝わるか不安」。（図4～6）

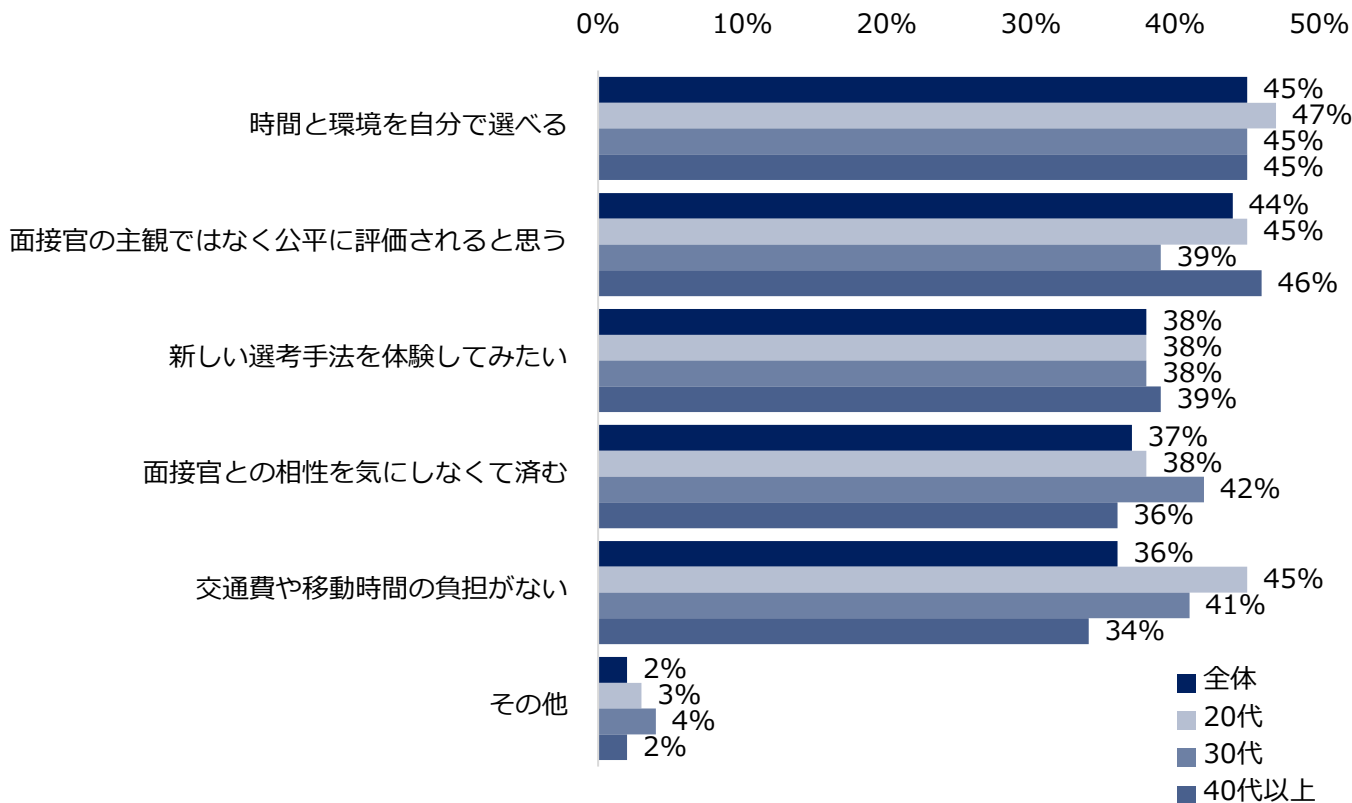
AI面接を受けてみたいと思うかを伺うと、53%が「受けてみたい」（ぜひ受けてみたい：7%、機会があれば受けてみたい：46%）と回答しました。年代別で見ると、最多は20代で62%（ぜひ受けてみたい：10%、機会があれば受けてみたい：52%）でした。年代が低いほど前向きな意向割合が高まりましたが、最も低い40代以上でも52%（ぜひ受けてみたい：8%、機会があれば受けてみたい：44%）と半数以上が前向きな回答でした。具体的な理由も紹介します。

AI面接の利用意向について「あまり受けたくない」「受けたくない」「わからない」と回答した方に理由を伺うと、上位は「評価軸が分からない」（56%）、「人柄や熱意がAIに正しく伝わるか不安」（51%）でした。

【図4】今後、選考の中でAI面接を「受けてみたい」と思いますか？（年代別）



【図5】AI面接を「ぜひ受けてみたい」「機会があれば受けてみたい」と回答した方に伺います。
理由を教えてください。（年代別／複数回答可）



Q. AI面接を「ぜひ受けてみたい」「機会があれば受けてみたい」と回答した方に伺います。
具体的な理由を教えてください。

▼「時間と環境を自分で選べる」と回答した方

- ・自分の万全の状態です臨めるから。（20代女性）
- ・興味はある。現職がテレワークの導入がなく、最寄り駅に面接を受けられるようなカフェもないため、時間に制約がないAI面接はメリットも多いと感じられる。（40代女性）

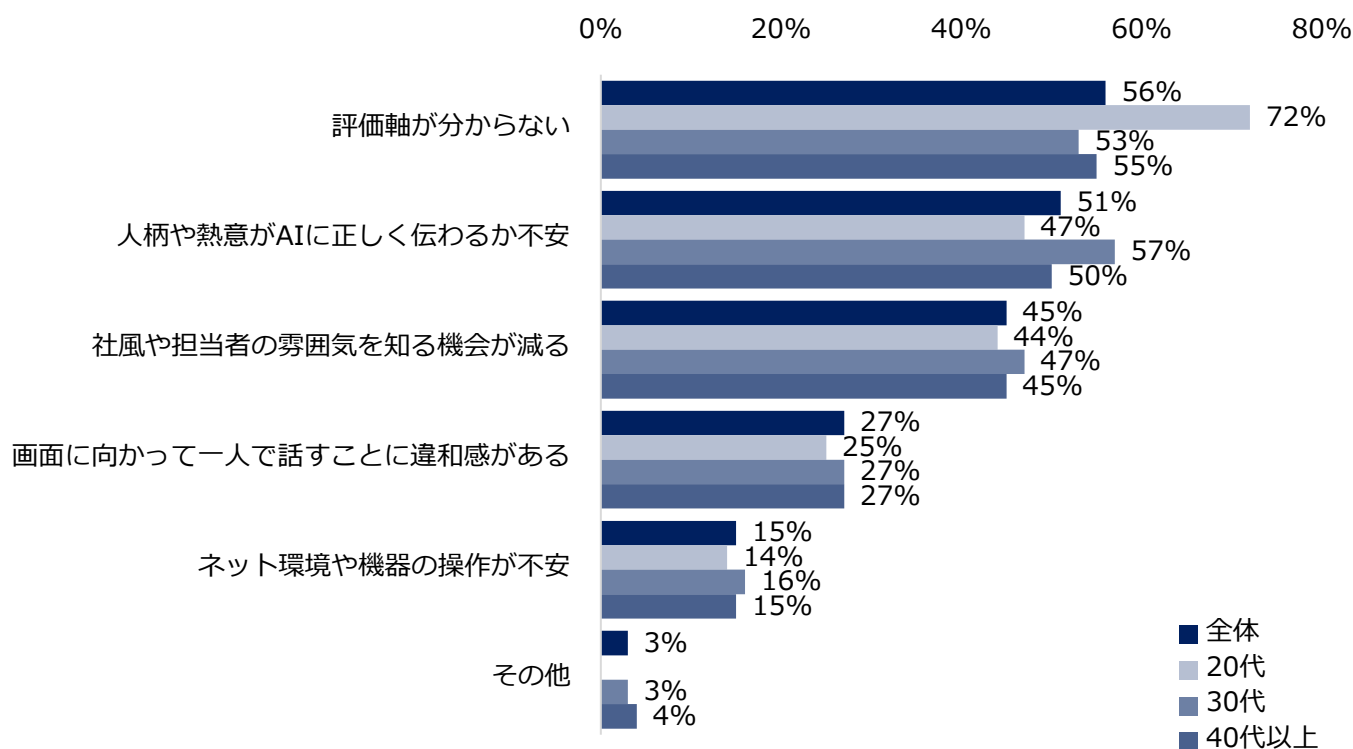
▼「面接官の主観ではなく公平に評価されると思う」と回答した方

- ・不公平な判断がなくなりそうだから。（30代女性）
- ・フラットな評価には期待ができると思う。（30代男性）

▼「新しい選考手法を体験してみたい」と回答した方

- ・単純にAIがどのように面接をしてくれるのかが気になる。（20代女性）
- ・どのような面接になるのか想像ができないので、実際に試してみたいと思った。（30代男性）

【図6】 AI面接を「あまり受けたくない」「受けたくない」「わからない」と回答した方に伺います。
理由を教えてください。（年代別／複数回答可）



【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：2026年6月3日～6月30日
- 有効回答数：1,172名

解説

今回の調査から、AI面接の受検経験者は7%とまだ少数であるものの、半数以上（53%）が好印象を抱き、受検を希望している現状が分かりました。特に20代では75%、40代以上でも半数（50%）が好印象と回答しており、若年層を中心に、世代を問わずAI面接への受容性が高まりつつある傾向が見て取れます。

求職者が期待する主なメリットは、「時間と環境を自分で選べる（45%）」という利便性です。実際の経験者からも「仕事終わりに夜間でも受検できて便利」との声があり、在職中の転職活動における「タイパ（タイムパフォーマンス）」の高さも評価されています。また、「面接官の主観ではなく公平に評価される（44%）」ことや「対面より緊張せずに本来の自分を引き出せる」といった、選考の公平性や精神的な負担軽減を魅力に感じる求職者も多いようです。

一方、受検に消極的な理由としては、「人柄や熱意がAIに正しく伝わるか不安（51%）」「社風や担当者の雰囲気を知る機会が減る（45%）」といった、双方向のコミュニケーションの欠如に対する不安が上位を占めました。

こうした「人柄や熱意が伝わるか不安」という求職者の懸念に寄り添うため、当社の「エンPeopleX AI面接」では、一方的な一問一答ではなく、“自然な対話”を通じて候補者の緊張をほぐし、本来の魅力を最大限に引き出す設計にこだわっています。AIならではの利便性を活かしつつ、人間味のある対話によって納得感のある選考体験を提供できるよう、今後もサービスの向上に努めてまいります。

（エンPeopleX 営業責任者 田邊 新次郎）

「後悔しない仕事選び」を一緒に。総合満足度No.1転職サイト『エン転職』



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

どこよりも「企業と仕事の“リアル”がわかる」にこだわる転職サイト。担当者の取材をもとにしたわかりやすい求人情報、働く空気まで伝わる動画や写真、企業の素顔が見えてくる社員クチコミ、面接内容が事前にわかる面接対策レポートなど、後悔しない仕事選び・活躍できる職場選びに必要な情報を余すことなくお届けします。おかげさまで2018年から8年連続、総合満足度No.1の転職サイトに選ばれました。

対話型AIサービス『エンPeopleX AI面接』



<https://en-peoplex.com/>

「エンPeopleX AI面接」は、「候補者に寄り添う、対話型AI面接官」が特長のAI面接サービスで、公平・客観的な面接機会の提供、公正な採用選考の実現に寄与します。応募者は24時間いつでもどこからでも面接を受けることができ、企業は、より多くの面接の実施と面接対応の工数削減を同時に実現することができます。また、新卒採用・中途採用、パート・アルバイト採用と、幅広い採用目的のほか、社内の面談等にも対応することが可能です。

※本サービスはPeopleX社との合併会社「エンPeopleX株式会社」が提供しています。

レポートの引用について

当社の調査結果やレポートは、事業会社様の宣伝や商業活動などでのご利用はお断りさせていただいております。

※報道や公的な調査、学術用途での引用は問題ございません。

※エン株式会社（旧：エン・ジャパン株式会社）は、2025年10月に商号変更を行ないました。

本ニュースリリースに関する
お問い合わせ先

エン株式会社 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/>