

# シニア世代のスポットワーク利用実態調査 (2025年版)



ス ポ ッ ト ワ ー ク 研 究 所

Spotwork Institute by Timee

# 01 はじめに

## 本レポートの目的

近年、スポットワーク市場において、60歳以上のシニア世代の利用が顕著に増加しており、「バイト＝若者」という従来の労働市場のイメージを覆す実態が見られている。

一方、社会全体では、内閣府の調査（※1）にある通り、2025年には国民の約3人に1人が高齢者となる見込みであり、生産年齢人口も大幅に減少するなど、少子高齢化とそれに伴う人手不足が深刻化している状況だ。事業者にとって採用難が常態化する中、シニア世代の労働力や社会参加の必要性は増している。

本レポートはシニア層の就労ニーズやスポットワークの実態を把握するために実施した調査の結果（※2）やタイミーの事業データをまとめたものである。

※1 内閣府「令和5年版高齢社会白書」

※2 「[シニア世代のスポットワーク利用実態調査（2025年版）](#)」

### <調査概要>

#### 【働き手向け調査】

調査名：【2025年8月】タイミーのご利用に関するアンケート（働き手の皆様向け）

調査期間：2025年8月20日（水）～8月27日（水）

調査対象：「タイミー」を利用している60歳以上の働き手1,080名

エリア：47都道府県

調査方法：インターネット

#### 【事業者向け調査】

調査名：【2025年8月】タイミーのご利用に関するアンケート（事業者の皆様向け）

調査期間：2025年8月21日（木）～8月27日（水）

調査対象：過去2年以内に、タイミーでシニアの働き手とマッチングした事業所57拠点

エリア：47都道府県

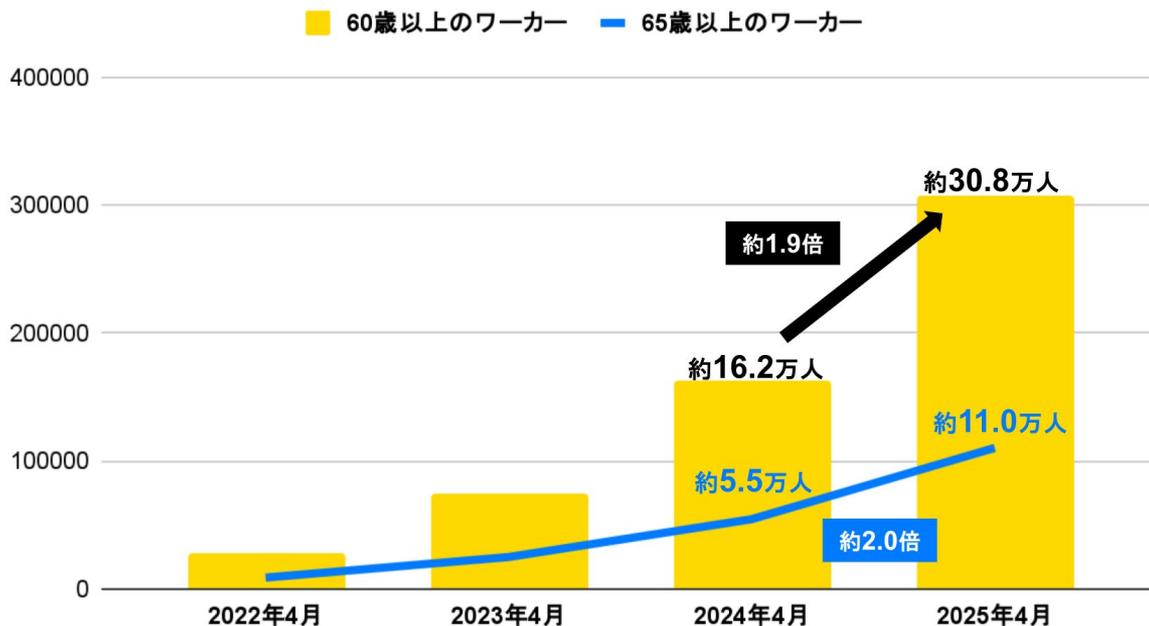
調査方法：インターネット

## 03 シニア世代のワーカー属性（登録者）

## シニア世代のワーカー数（登録者数）

- タイミーに登録している60歳以上のシニア世代の働き手は、2025年4月時点で約30.8万人で前年同月比約1.9倍に。
- 65歳以上に絞ると約11.0万人で前年同月比約2.0倍増という結果になった。

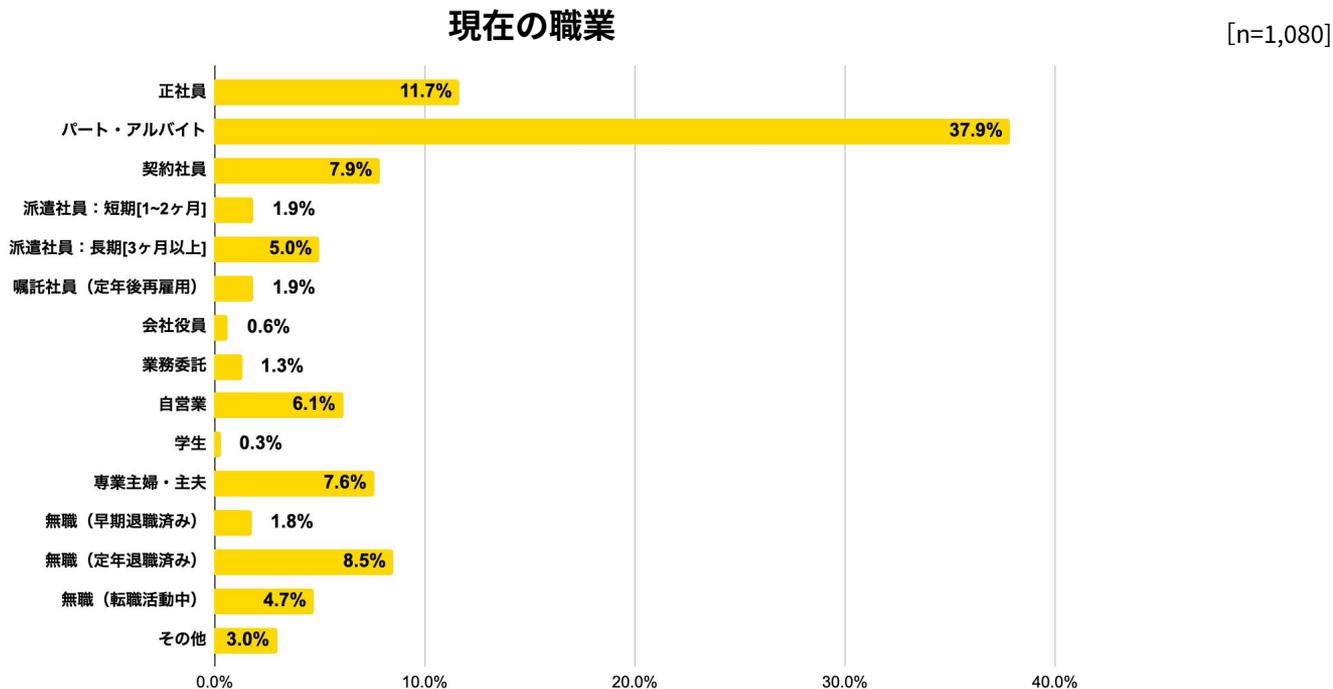
シニア世代のワーカー数（登録者数）推移



## 02 シニア世代の働き手（ワーカー）向け調査

## シニアワーカー属性

- アンケート回答者の職業を聞いたところ、「パート・アルバイト」が37.9%と最多。
- 定年退職や早期退職をしている人が全体の10.3%となった。

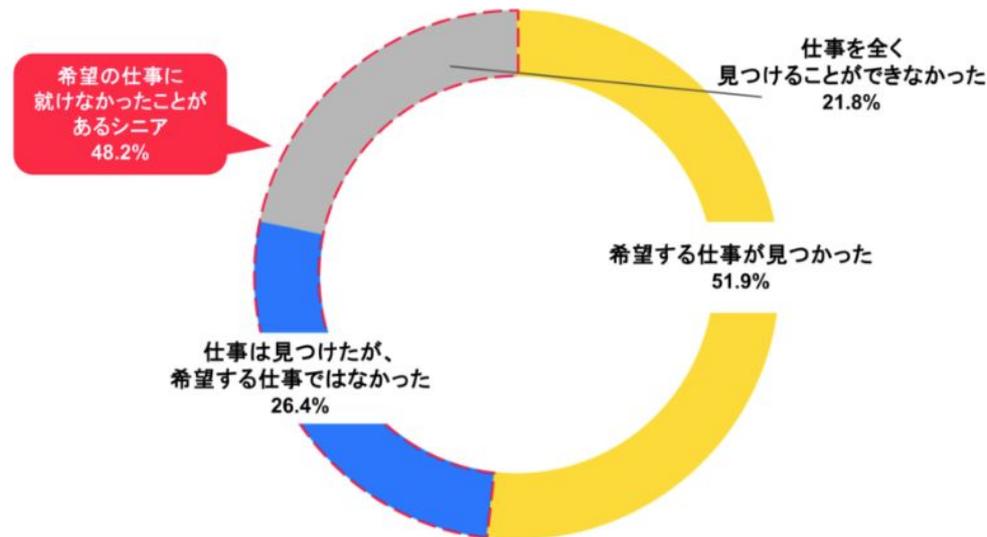


## タイミー利用以前の就業状況

- タイミーを利用するシニア世代の働き手に、「タイミー利用以前の就業先を探した時の結果」を尋ねると「仕事は見つけたが希望する仕事ではなかった（26.4%）」「仕事を全く見つけることができなかった（21.8%）」と、約半数が希望の仕事に就けなかったことがあると回答。
- 履歴書や面接の段階で落とされるという意見もあり、希望の仕事で「働きたくても働けない」という状況であったことが判明。

タイミー利用以前、仕事の応募状況

[n=1,080]

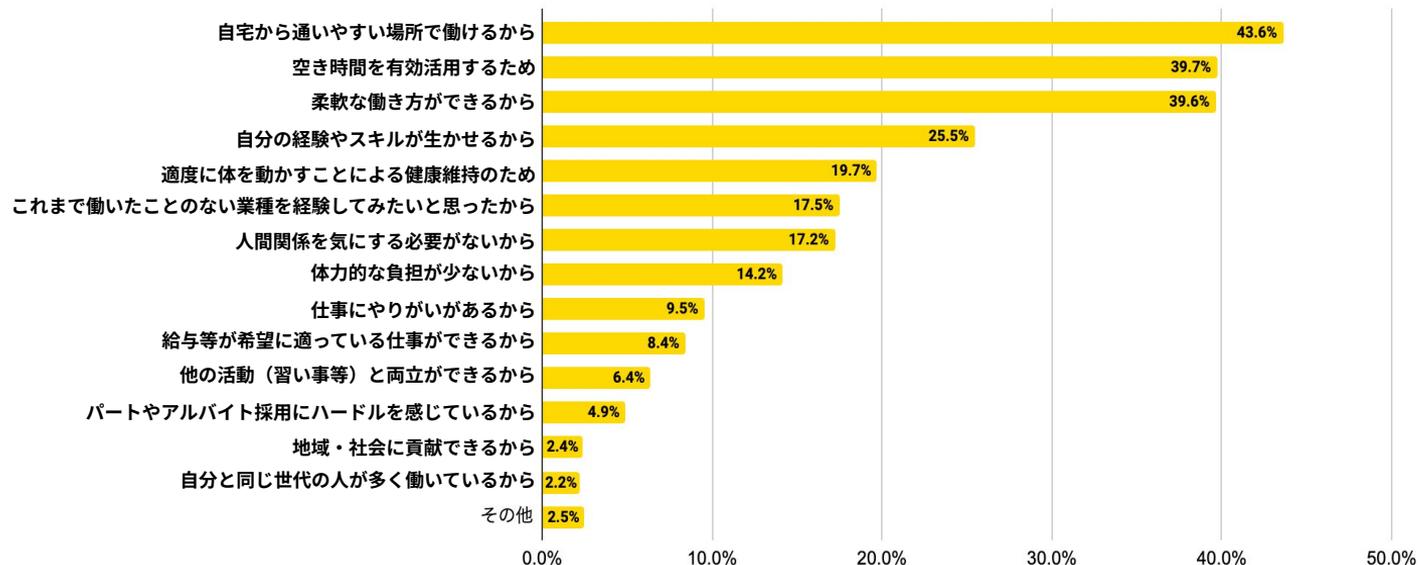


## シニア世代の働き手がスポットワークをしている理由

- シニア世代の働き手がスポットワークをしている理由として、「自宅から通いやすい場所で働けるから（43.6%）」「空き時間を有効活用するため（39.7%）」「柔軟な働き方ができるから（39.6%）」が上位。
- 「適度に体を動かすことによる健康維持のため」も2割程度の人が回答した。

### スポットワークをしている理由

[n=1,080] ※複数回答

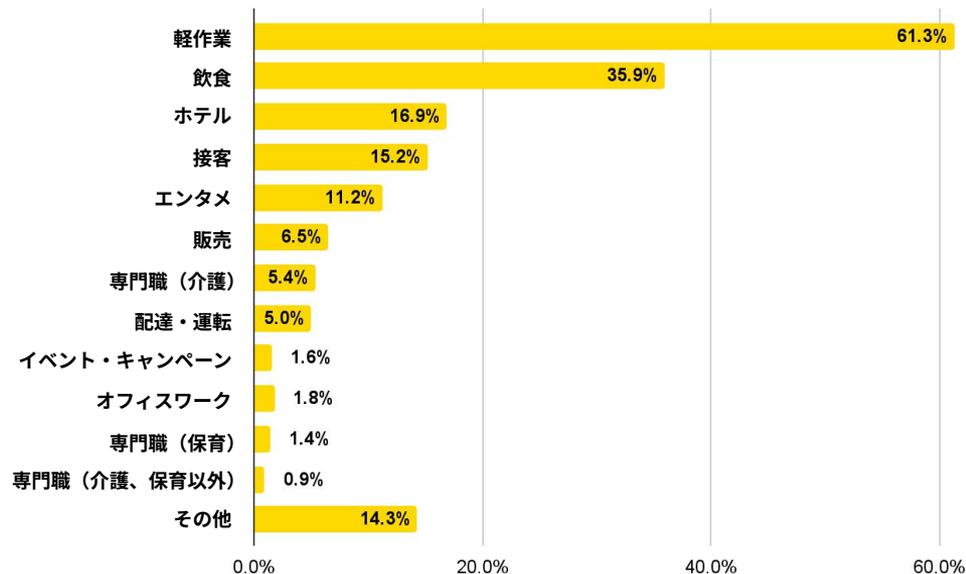


## シニア世代の働き手がタイミーで働いている/働いたことのある職種

- 働いている/働いたことのある職種に関する問いにおいては、「軽作業（倉庫内作業）（61.3%）」、「飲食（35.9%）」が上位となった。

タイミーを通じて、  
どのような職種で働いていますか/働いたことがありますか？

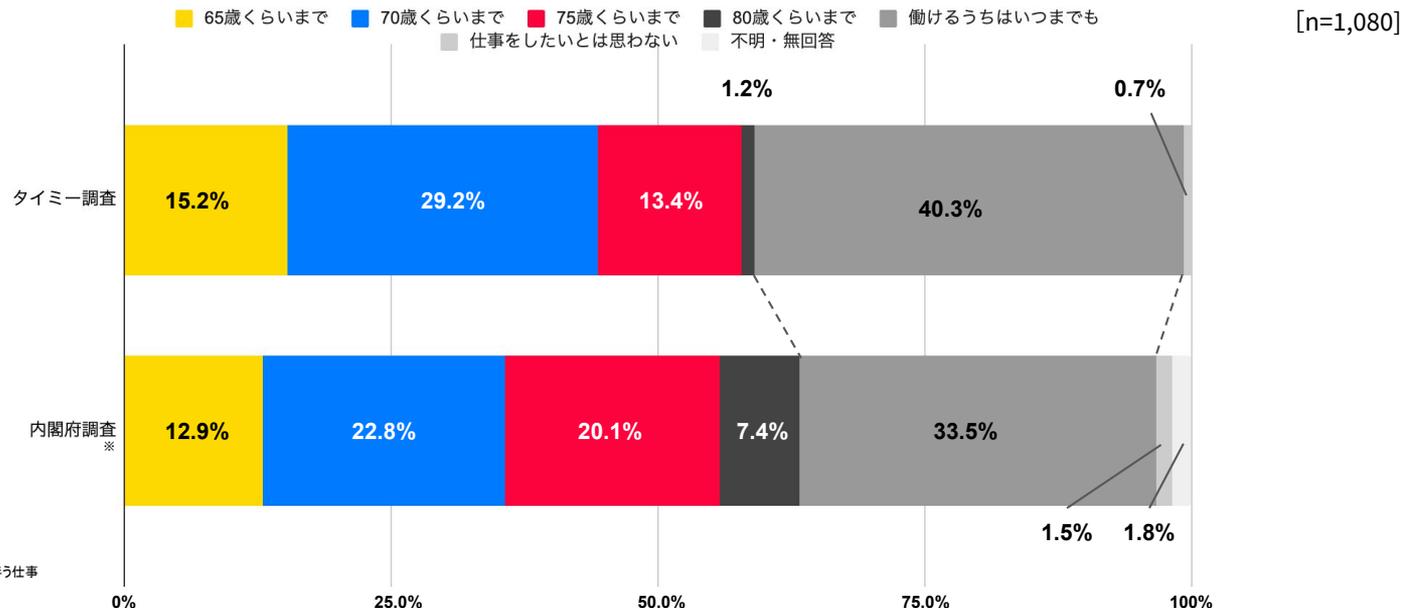
[n=1,080] ※複数回答



## 何歳頃までスポットワークをしたいか

- 何歳頃までスポットワークをしたいかについて、「働けるうちはいつまでも（40.3%）」の回答が最も多く、内閣府発表の「令和7年度 高齢社会白書（※3）」と比較すると6.8pt高い結果となった。スポットワークがシニアの社会参加を促し、高い就労意欲を引き出していると言える。

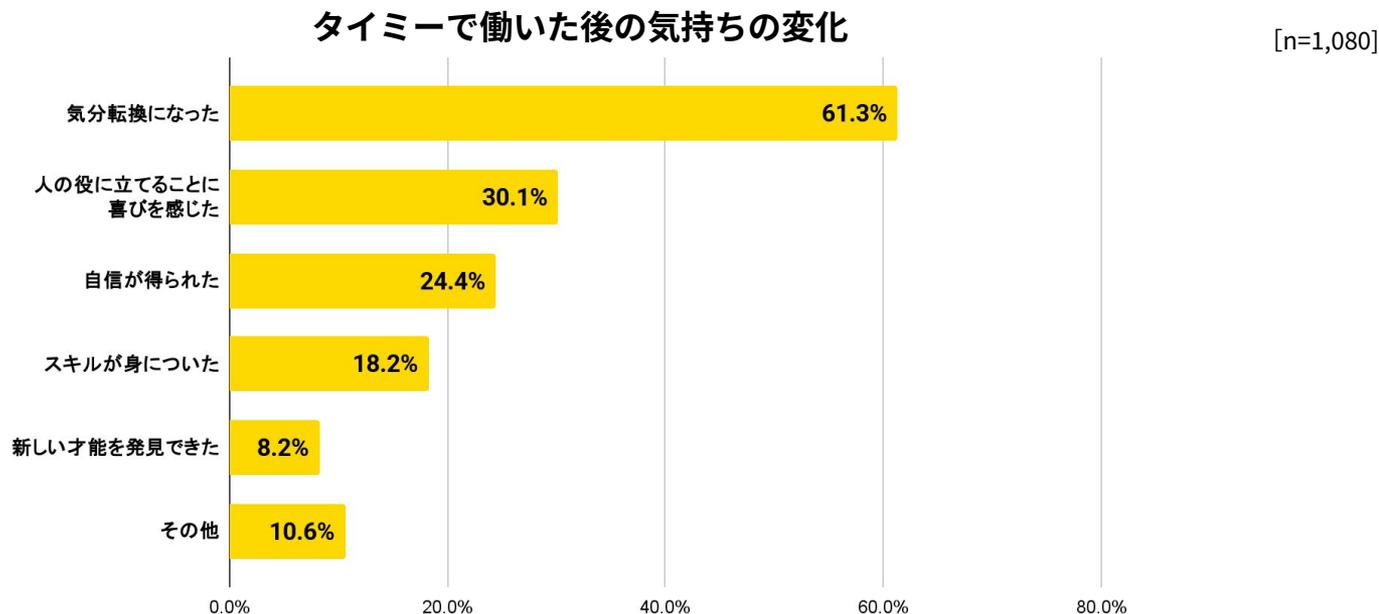
### 何歳頃までタイマーを含むスポットワークをしたいですか？



※内閣府：令和7年版高齢社会白書  
「何歳ごろまで収入を伴う仕事をしたいか（収入を伴う仕事をしている人のみ）」の問いに対する回答

## タイミーで働いた後の気持ちの変化

- タイミーで働いた前後の気持ちの変化としては、「気分転換になった(61.3%)」が最も多く、「人の役に立てることに喜びを感じた(30.1%)」「自信が得られた(24.4%)」と続いた。
- スポットワークを通じて、シニア世代の働き手は社会との関わりや自己効力感を再確認しており、生活の質向上に寄与していることが示唆された。



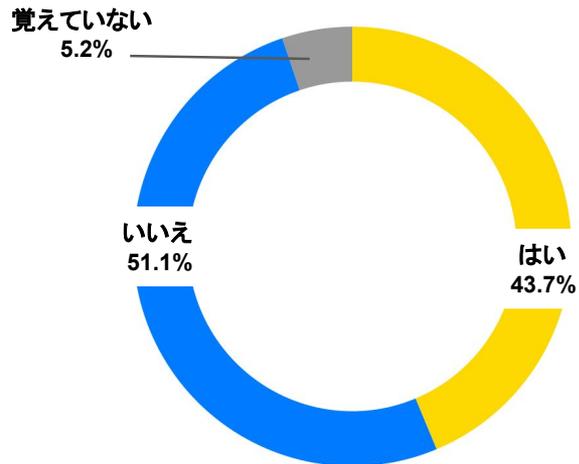
## シニア世代の働き手がタイミーを利用する中での印象的な出来事

- フリーアンサーを見てみると、年齢による制限を受けることなく就業できるスポットワークを通じて、シニアの働き手がさまざまな仕事や人との出会いを経験し、満足感や達成感などを得たことが判明した。
- **この歳で初めてコンビニで働きました。**今では、楽しくて週1程度働かせてもらっています。  
「またお願いします」と言われタイミーで挑戦して良かったと思っています。（愛知県/67歳）
- **孫世代と交流でき楽しかった。**（東京都/67歳）
- **初めて働いた中華料理店の店主が、帰り際にビールをご馳走してくださった。**  
マスター、ママ、ワーカーとして働きに来ていた先輩と乾杯した。  
先輩はこんな事はなかったと私にこっそり話した。その日凄い達成感が私にはあった。（岐阜県/61歳）
- **仕事先で外国人の技能実習生と知り合い、仕事以外でも交流する事が出来るようになった。**（鹿児島県/70歳）

## シニア世代の働き手の長期就業の実態

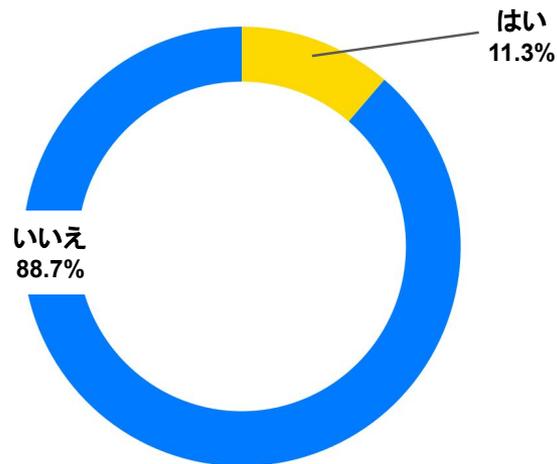
- シニア世代の働き手の43.7%が、勤務先から長期就業を打診されたことがあると回答。さらに11.3%の働き手が、実際に長期就業をしたことがあると回答。
- スポットワークが、短時間の就業に留まらない雇用の機会をシニア世代に提供していることがうかがえる。

タイミーでマッチングした勤務先で  
長期就業の打診をされたことはありますか？



[n=1,080]

タイミーでの勤務をきっかけに  
長期就業をしたことはありますか？



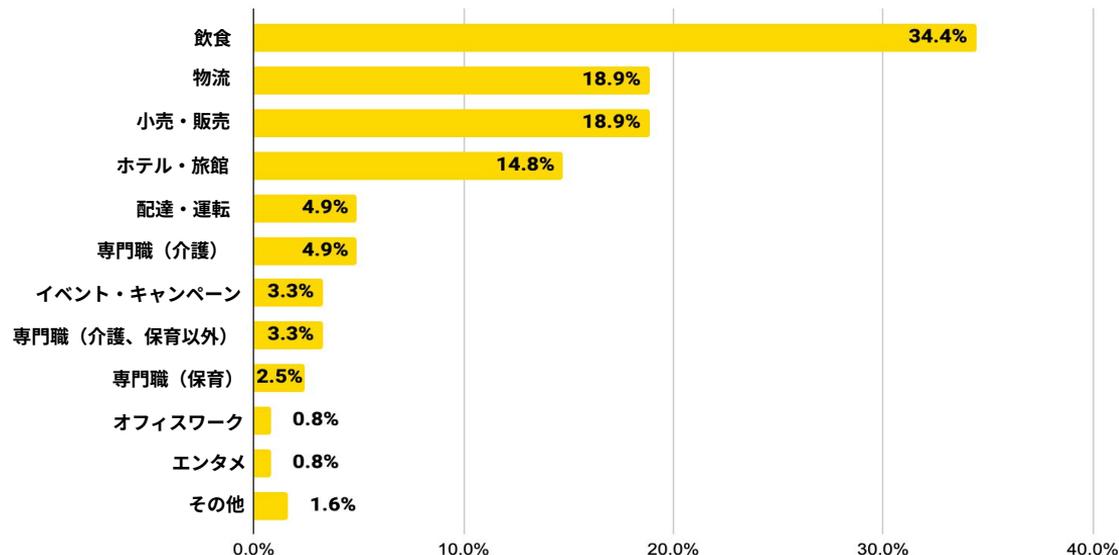
[n=1,080]

## シニア世代の働き手の長期就業の実態

- タイミーで働いたことをきっかけに、長期就業に移行した人が就いた職種を見ると、「飲食」が最も多く34.4%となった。「物流 (18.9%)」「小売・販売 (18.9%)」「ホテル・旅館 (14.8%)」と続き、人手不足が顕著な業界において、シニア層も活躍していることがわかった。

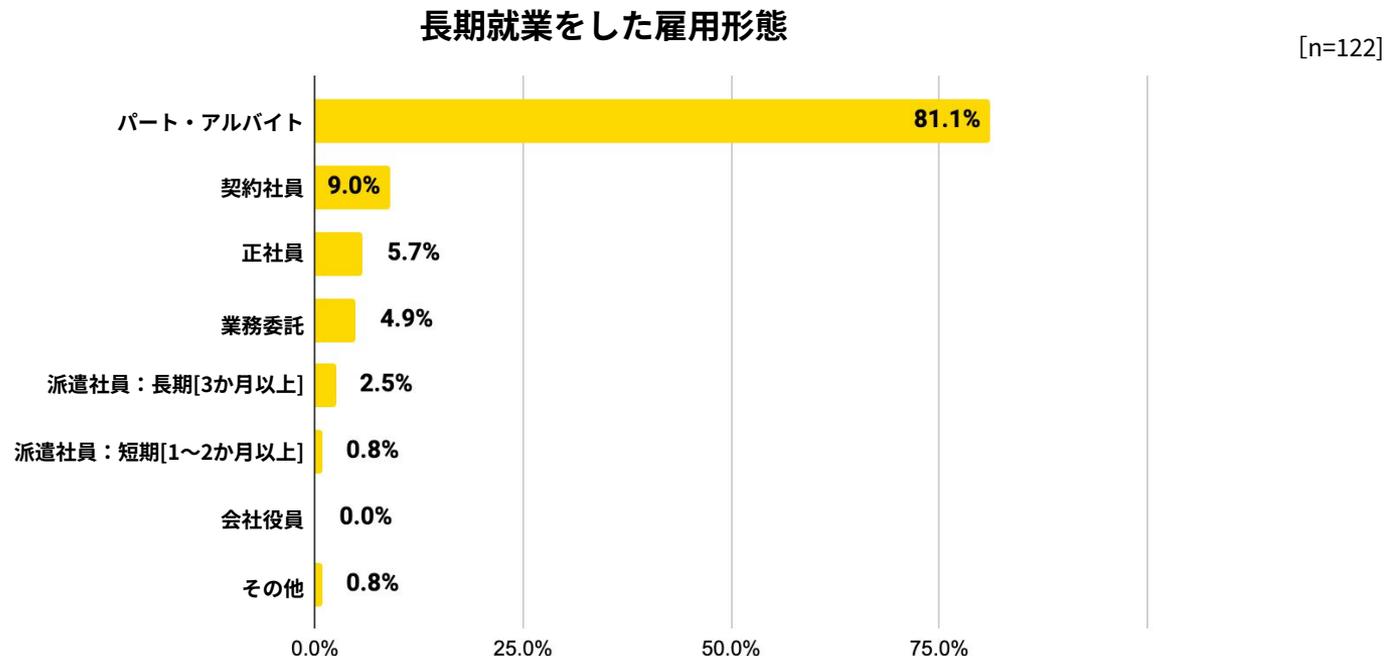
長期就業をした職種

[n=122]



## シニア世代の働き手の長期就業の実態

- シニア世代の働き手が長期就業した雇用形態は「パート・アルバイト」が81.1%と最多になった。
- 次いで「契約社員」（9.0%）、「正社員」（5.7%）となり、自分の都合に合わせた働き方を選択していることがわかる。

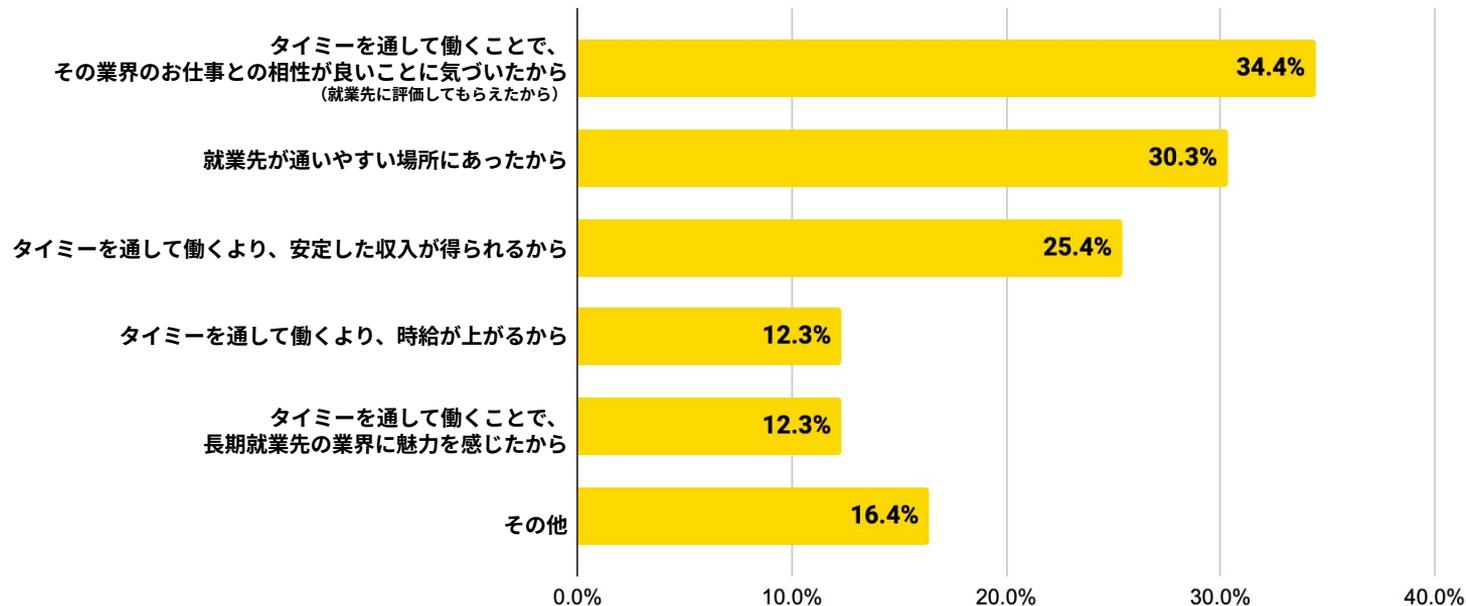


## シニア世代の働き手の長期就業の決め手

- 長期で就業することにした決め手としては、「その業界のお仕事との相性が良いことに気づいたから（34.4%）」が最多となった。スポットワークを通じて、自分に合った仕事を発見するきっかけになっている。
- また、シニアにとって「就業先への通いやすさ」（30.3%）も長期就業を決めるポイントになっていると言える。

長期就業をした決め手

[n=122]

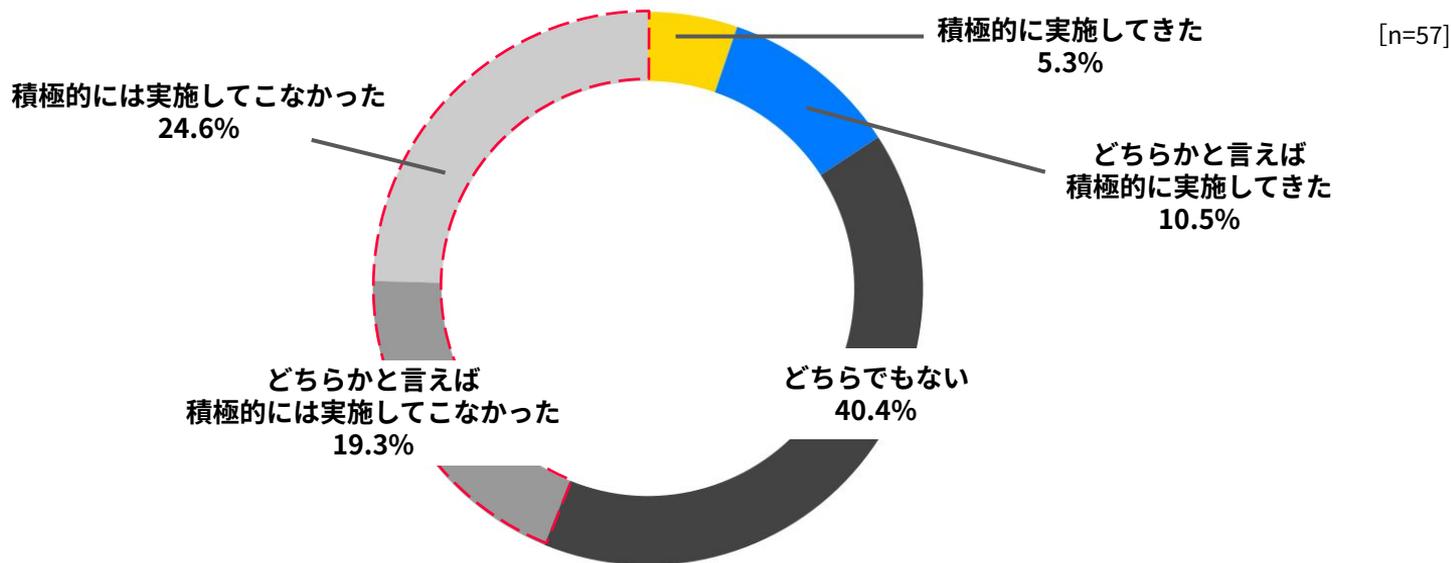


## 04 事業者向け調査

## タイミー利用以前のシニア人材に対する採用実態

- タイミーの利用を始める前、シニア採用の実施有無について、「積極的には実施してこなかった」は24.6%、「どちらかと言えば積極的には実施してこなかった」は19.3%と、シニア採用に積極的でなかった事業者は全体の43.9%を占めた。

タイミーの利用を始める前、シニア層の採用は積極的に行われてきましたか？

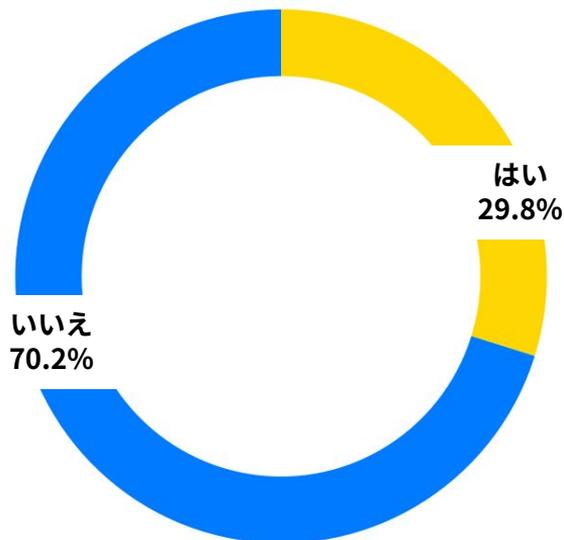


## シニア世代の働き手に対する、長期採用への期待

- 「タイミーでマッチングしたシニアの働き手を長期採用したい」と思った事がある事業者は29.8%となった。
- 前問での「タイミーの利用を始める前、シニア人材の採用してきたか」という問いに対して、「積極的に実施してきた」「どちらかと言えば積極的に実施してきた」と回答した15.8%を、14pt上回っている。

これまでにタイミーでマッチングしたシニア世代を  
長期採用したいと思ったことはありますか？

[n=57]

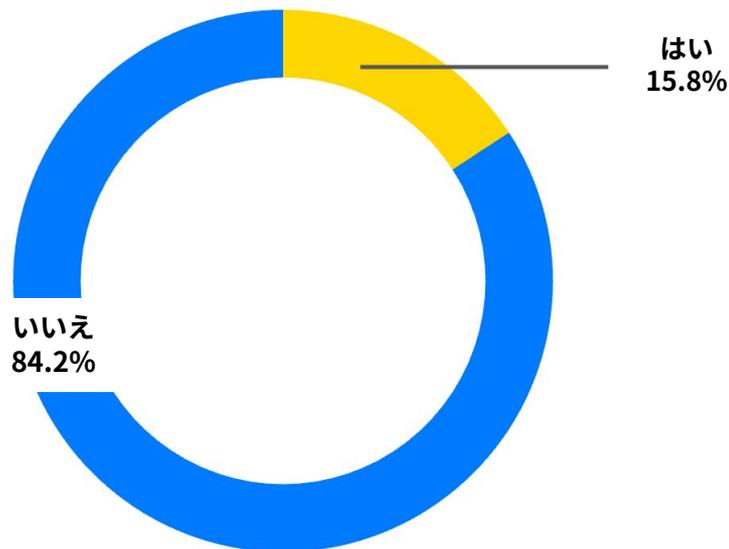


## シニア世代の働き手に対する、長期採用の実態

- 実際に、タイミーを通じてシニア人材の長期採用を実現した事業者は、15.8%となった。
- これまでの設問に対する回答を踏まえると、今後シニア人材の長期採用の実現が高まっていくと推測される。

これまでにタイミーでマッチングしたシニア世代の  
長期採用が実現したことはありますか？

[n=57]



## まとめ

タイミーの60歳以上ワーカーは2025年4月時点で約**31万人**と、前年比約1.9倍に拡大し、最高齢は90歳であった。これは、高齢化と人手不足が進む日本において、スポットワークがシニア層の重要な就労機会となっている実態を示している。

約半数のシニアワーカーが以前は希望する仕事に就けなかった一方で、スポットワークにより仕事を通じた充実感を再確認し、長期就業へつながるケースもみられるなど、希望する働き方の実現に資することが判明した。また、シニア採用に消極的だった事業者も、タイミーを通じて**年齢によらない人材採用**に前向きになる傾向が見られ、スポットワークが新たな雇用創出に貢献していることがうかがえる。

本調査により、スポットワークは、高齢化社会において働く意欲を持つシニア層にとって、**働きがいと社会参加を両立させるインフラ**として機能していると言えるだろう。