

バックアップキャリア（Back up Career）利用者アンケート 回答内容（2026年9月・女性限定・7名）

調査方法：クラウドワークス タスク形式（2026年9月7日～8日）／回答10名のうち承認7名（別調査との属性矛盾3名は非承認）。回答者名は非公開。
誤字・改行は原文のまま。

回答者A

- ①30代前半
- ②東京23区
- ③アパレル販売員として約5年間勤務していました。事務職の経験はこれまでありませんでした。
- ④一般事務
- ⑤登録後、オンラインでの面談と数社の求人紹介まで進みました。
- ⑥他の転職サイト（リクルートエージェント）を使って、IT企業の一般事務職へ転職しました。
- ⑦未経験からの事務職転職だったため、年齢的に採用してもらえるか、またパソコンスキルやビジネスマナーに自信が持てるかどうかがとても不安でした。
- ⑧担当してくださったアドバイザーの方が親身になって話を聞いてくれ、未経験からのアピール方法や履歴書の書き方を丁寧に教えてくれたことです。
- ⑨大手総合型のエージェントと比べると、紹介してもらえる求人の数がやや少なめに感じるがありました。
- ⑩未経験からの事務職転職は不安も多いですが、自分のこれまでの経歴のどんな点が活かせるかを言語化してくれるエージェントを頼ると心強いです。まずは一歩踏み出してみてください。

回答者B

- ① 29歳
- ② 大阪市内
- ③ これまで一般事務を4年ほど経験していました。前職ではデータ入力や電話対応、書類作成、来客対応などを担当していました。
- ④ 一般事務を中心に、営業事務も希望していました。
- ⑤ 最初に登録して、その後オンラインで面談を受け、希望条件やこれまでの仕事について相談しました。面談では求人だけをすぐに紹介されるというより、今後どう働きたいかまで聞いてもらったのが印象に残っています。その後、条件に合う求人をいくつか紹介してもらいました。
- ⑥ バックアップキャリア経由での転職には至らず、最終的には別の転職サービスを利用して転職しました。比較しながら活動したことで、自分がどのような条件を優先したいのかを整理できたのは良かったです。
- ⑦ 一番不安だったのは、事務職の経験があっても希望する条件の求人がすぐ見つかるかということでした。転職回数や年齢も少し気になっていました。また、求人票だけでは職場の雰囲気や実際の忙しさまでは分からないので、入社後に合わなかったらどうしようという不安もありました。
- ⑧ 面談でこれまでの経験を整理してもらえたことが良かったです。自分では当たり前だと思っていた業務も、転職先で生かせる経験として説明してもらえたので、職務経歴書を書くときの参考になりました。面接での受け答えについて相談できたのも心強かったです。
- ⑨ 求人紹介については、希望条件をかなり絞っていたこともあり、常にたくさんの求人が出てくるという感じではありませんでした。また、担当者からの連絡を待つより、自分から希望条件や状況をこまめに伝えたほうが話が進みやすいと思いました。自分のペースでじっくり求人を比較したい人は、他のサービスも併用すると選択肢を広げやすいと思います。
- ⑩ 事務職への転職では、単に「事務経験があります」と伝えるだけでなく、これまで何を担当して、どんな工夫をしてきたのかを具体的に整理しておくとうれしいと思います。未経験の業務が含まれていても、パソコン操作や電話対応、社内調整など、別の仕事で生かせる経験は意外とあります。希望条件を最初から狭くしすぎず、譲れない条件と妥協できる条件を分けておくと、求人を比較しやすくなると思います。

回答者C

- ①27歳
- ②東京23区
- ③一般事務・3年
- ④一般事務
- ⑤応募・内定まで・対面
- ⑥転職しました・一般企業
- ⑦自分のPCスキルや事務処理能力についてはまだまだ低いので、新しい職場で通用するかが不安でした。
- ⑧バックオフィス業務に詳しいコンサルタントによる紹介、面接対策を受けることができました。経験少なめでもありましたが、バック企業を排除されていることもあり、入社後の不安も和らぎました。
- ⑨主に対象としているのは30歳以下といった印象です。求人内容を見ても年齢層が上がると利用しにくい内容でした。また、タイミングによって求人数は少なめ。希望する通勤エリアなどを絞り込むとなかなか良い求人を紹介してもらえないことも。
- ⑩バックオフィス職に特化しているエージェントなので、気になることは気兼ねなく相談してください。サポートが手厚いエージェントだとも思います。連絡頻度についても多いほうがいい、最低限でいいなど、相談しておいたほうがいいです。

回答者D

- ①利用したのは32歳のときです。前職を退職して半年ほど経ち、事務職への再挑戦を考えていた時期でした。
- ②居住地は福岡市博多区で、都市部ではあるものの事務職の求人数は東京ほど多くなく、選択肢が限られていました。
- ③職歴は、アパレル販売が5年、医療事務が3年、一般事務が1年です。医療事務の経験はありましたが、一般企業の事務はブランクがあり、PCスキルも不安でした。
- ④希望していた職種は「一般事務」で、できれば総務や庶務も兼ねるポジションを希望していました。残業が少なく、長く続けられる環境を重視していました。
- ⑤利用の流れは「登録→オンライン面談→求人紹介→応募」まで経験しました。面談はオンラインで、担当者が私の職歴を細かく聞き取り、希望条件を整理してくれました。応募書類の添削もオンラインで対応してもらいました。
- ⑥最終的にはバックアップキャリアではなく、地元の転職サービス（福岡のローカル転職支援）で内定をもらいました。ただ、バックアップキャリアで紹介された求人の内容や書類添削は非常に参考になり、応募書類の質が大きく改善しました。
- ⑦不安だったのは、年齢が30代に入っていたことと、一般事務のブランクがあることです。福岡は事務職の人气が高く、倍率が高い求人が多かったため、書類選考で落ちることが続きました。また、PCスキル（Excel関数など）に自信がなく、面接で質問されるのが怖かったです。
- ⑧良かった点は、担当者が「事務職で採用されやすいポイント」を具体的に教えてくれたことです。職務経歴書の書き方や、面接での答え方を細かくアドバイスしてくれ、実際に他サービスでの面接でも役立ちました。連絡も丁寧で、相談しやすい雰囲気でした。
- ⑨気になった点は、福岡市内の求人がやや少なかったことです。東京や大阪の求人は豊富でしたが、地方都市では選択肢が限られました。また、紹介求人の職種が事務職に偏っていたため、幅広く比較したい人には物足りないかもしれません。
- ⑩これから事務職を目指す女性には、応募書類の準備を早めしておくこと、PCスキル（Excelの基本関数など）を最低限身につけておくことをおすすめします。複数の転職サービスを併用すると、求人の幅が広がり安心して進められます。

回答者E

- ①32歳
- ②地方
- ③事務職7年、サービス職3年、事務職経験は有です。
- ④一般事務
- ⑤求人紹介まで／面談の方法（オンライン）
- ⑥バックアップキャリアを使って転職しませんでした。まだ転職活動をしており、他のサービスを使っていません。
- ⑦年齢が30代なので、希望する職種の求人が少なかったらどうしようと不安でした。
- ⑧担当者の方がとても良い方で、事務職の中でも私に特に向いているお仕事を一緒に考えてくださったり、転職に関して具体的なアドバイスを頂けたことが良かったです。
- ⑨地方の求人が少なめな点が気になりました。もう少し地方の求人も多いと良かったなと思います。
- ⑩事務職は人気の職種だと思いますので、採用されるまで大変だと思いますが、自分の強みをしっかりアピールしていけば必ず採用に結びつくと思います。履歴書作成や面接対策をきちんとやっておくことをオススメします。

回答者F

- ①31歳のときに利用しました。
- ②大阪市内在住です。
- ③アパレル販売を約7年経験しました。接客、レジ、在庫管理、新人教育などを担当しており、事務職経験はありません。店舗で簡単なExcel入力やメール対応はしていました。
- ④一般事務、営業事務を希望していました。
- ⑤Web登録後、オンライン面談を受けました。職歴や希望条件を伝え、その後求人紹介、書類相談、応募、面接まで進みました。
- ⑥バックアップキャリアから紹介された企業に転職しました。現在はメーカー系企業で営業事務をしており、受発注入力、電話・メール対応、営業担当のサポートなどを担当しています。
- ⑦30代で事務未経験だったため、応募できる求人があるのか不安でした。また、ExcelなどのPCスキルにも自信がありませんでした。
- ⑧未経験でも応募しやすい求人を紹介してもらえた点が良かったです。販売経験を事務職の自己PRにどうつなげるかも相談できました。
- ⑨条件を細かくすると紹介求人が少なくなることがありました。また、進捗確認の連絡が少し多いと感じることもありました。
- ⑩未経験でも、接客経験や在庫管理などを事務職で活かせる強みに言い換えることが大切だと思います。ExcelやWordの基本操作も事前に勉強しておくとう安心です。

回答者G

- ①27歳
- ②東京23区
- ③アパレル販売員として5年間勤務。事務職の経験は全くありませんでした。
- ④一般事務、または営業事務を希望していました。
- ⑤登録、オンラインでのキャリア面談、求人紹介、面接対策を経て、最終的に内定まで。面談はすべてZOOMを利用したオンライン形式でした。
- ⑥バックアップキャリアを通じて、IT関連企業の一般事務職に転職しました。
- ⑦一番の不安は「事務未経験」であることでした。PCスキルも基本的な操作しかできず、20代後半という年齢で未経験から採用されるのか、門前払いされないかが非常に心配でした。
- ⑧担当のアドバイザーさんが非常に親身で、販売職で培った「コミュニケーション能力」や「状況把握能力」をどう事務職に活かせるか、自己PRと一緒に作り込んでくれたのが良かったです。面接練習も丁寧で、自信を持って本番に挑めました。
- ⑨紹介される求人のエリアが東京や都市部に集中している印象を受けました。地方在住の方だと、選べる選択肢が少し限られてしまうかもしれません。
- ⑩事務職は人気で倍率が高いですが、バックアップキャリアのような事務職特化のサポートを受けることで、未経験からでも内定に手が届きます。自分の強みを言語化してもらうことで、自信を持って活動できるので、まずは相談してみることをおすすめします。