

ITフリーランスのAI活用 調査レポート

—

2025

GEECHSJOB

ITフリーランスのAI活用 調査レポート 2025

調査内容

回答者属性	02
AI活用状況について	03
参画している案件でのAI活用について	06
キャリアにおけるAIの重要性について	08
AI活用が働き方に与える影響について	11
AIとの今後について	13
まとめ	14

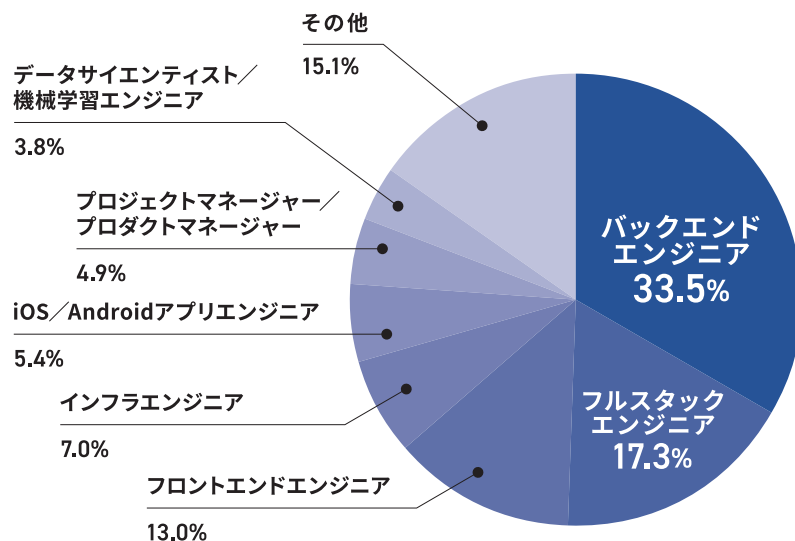
ギークスの見解

AIがITフリーランスへにもたらす影響	15
エンジニアに求められるスキルの変化	16
AIとの共存とギークスの役割	17

本調査の目的は、AI技術の普及がエンジニアの働き方やキャリアに与える影響を明らかにし、今後の指針を示すことにあります。

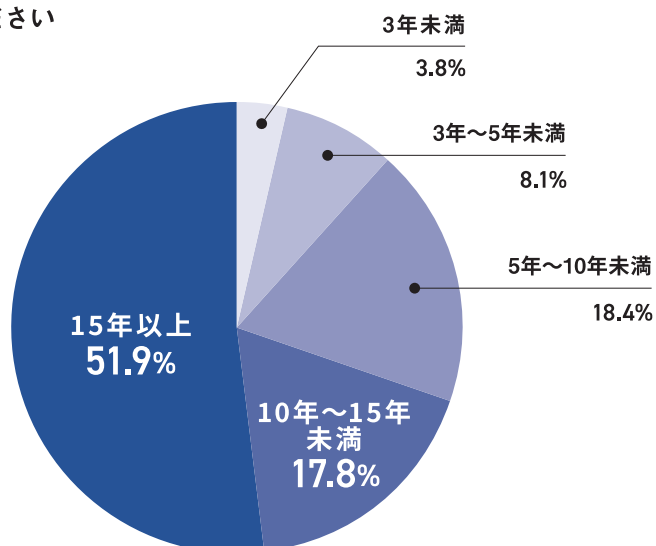
調査内容：回答者属性

Q1. あなたの現在の主な職種を教えてください



回答者の属性は、約半数がバックエンド、フルスタック、フロントエンドのエンジニアで占められている。特にバックエンドエンジニアが33.5%と最も多く、次いでフルスタックエンジニア(17.3%)、フロントエンドエンジニア(13.0%)が続く。

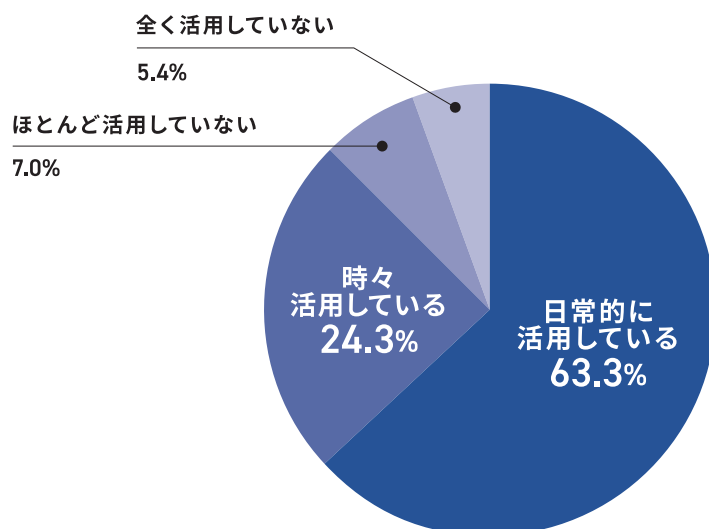
Q2. ご経験年数を教えてください



半数以上(51.9%)が開発経験15年以上のベテラン層であり、10年以上の経験者が全体の7割以上を占めている。

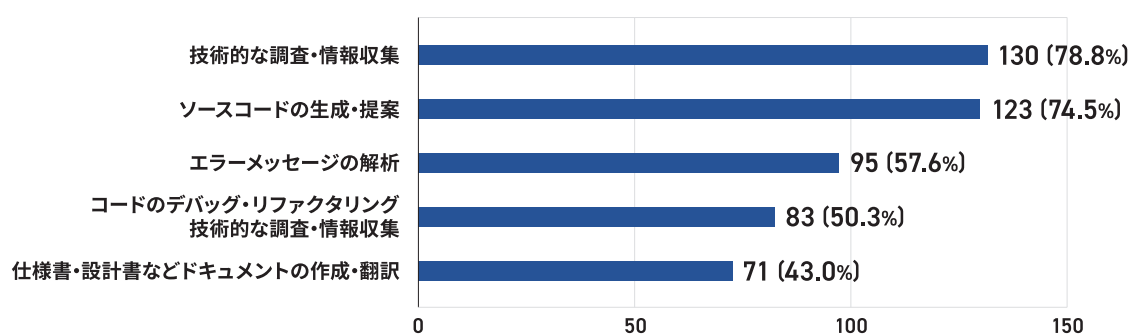
調査内容: AI活用状況について

Q3. 現在のAI活用状況に最も近いものを教えてください



回答者の9割近く(87.6%)がAIを業務で「日常的に」または「時々」活用している。「日常的に活用している」と回答した人が63.3%と過半数を占めており、AI活用がすでにITフリーランスの業務に浸透していることがわかる。

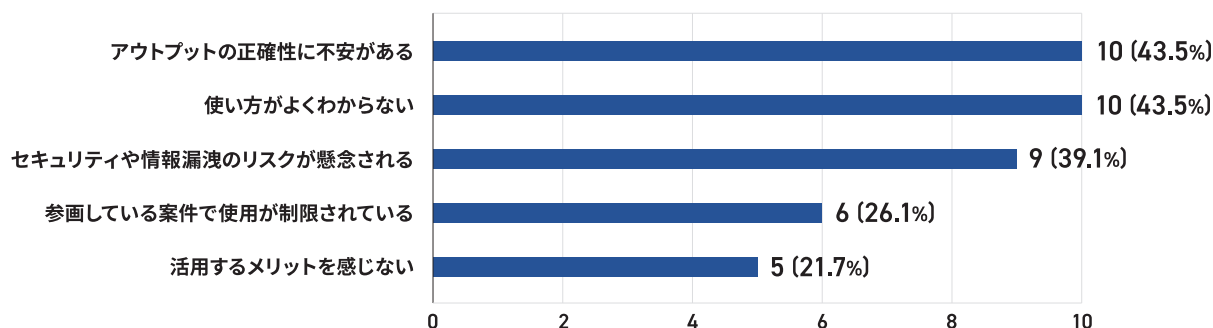
Q4. (Q3で「活用している」と回答した方) AIを活用している作業内容をすべてお選びください



AI活用の主な用途は、技術的な調査・情報収集(78.8%)とソースコードの生成・提案(74.5%)であり、いずれも回答者の7割以上が活用。また、エラーメッセージの解析(57.6%)やデバッグ・リファクタリング(50.3%)も過半数が利用している状況。

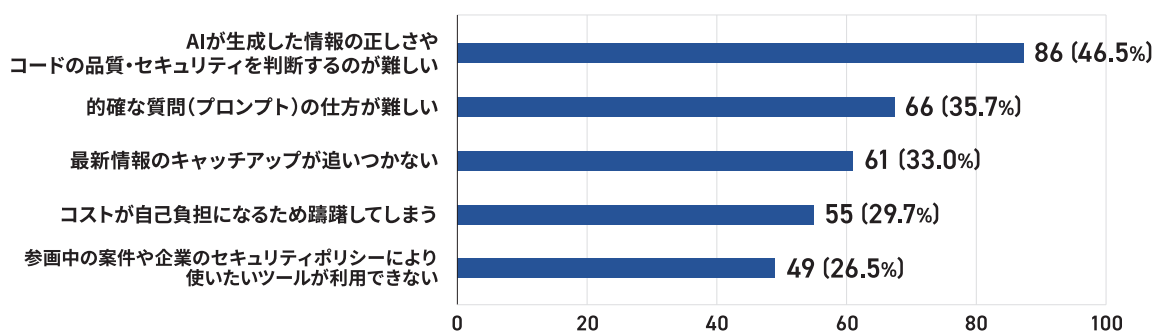
調査内容：AI活用状況について

Q5. (Q3で「活用していない」と回答した方) AIを活用していない理由をすべてお選びください



活用していないと回答した方のうち、「アウトプットの正確性への不安」と「使い方がわからない」がそれぞれ43.5%で最も多く、次に「セキュリティや情報漏洩のリスク」が39.1%と続く。生成AIそのものに対する不安が多くを占める。

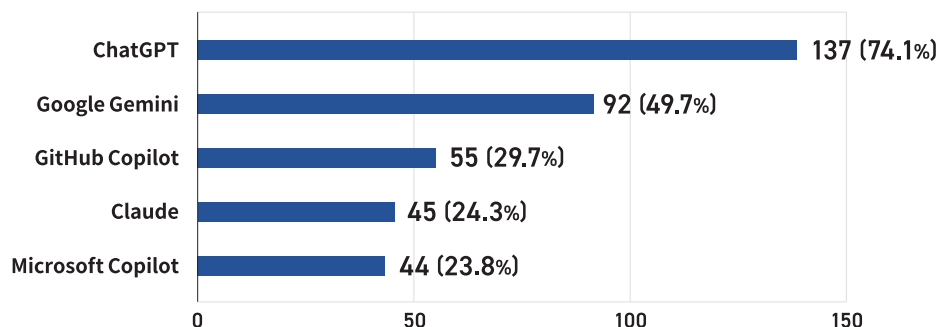
Q6. AI活用にあたっての悩みや課題について、当てはまるものをすべてお選びください



AI活用の最大の課題は、生成された情報やコードの品質・セキュリティを判断する難しさ(46.5%)と言える。また、期待する回答を得るためのプロンプト作成(35.7%)や、技術進化の速さへのキャッチアップ(33.0%)も大きな課題となっている。

調査内容：AI活用状況について

Q7. よく利用するAIツール・サービスをすべてお選びください



最も利用されているAIツールはChatGPT(74.1%)で、圧倒的なシェアを占めている。次いでGoogle Gemini(49.7%)、GitHub Copilot(29.7%)が続く。

Q8. (Q7で選択した)AIツール・サービスを利用している理由を教えてください(任意)

【各ツールの具体的活用理由】〈一部抜粋〉

ChatGPT：情報の幅広さと精度の高さ、有名だから、使い勝手が良く万能的

Google Gemini：googleアカウントがあれば使えるので、スマホなどでも使いやすい

GitHub Copilot：圧倒的生産性、参画している現場で推奨されているため

Claude：性能と開発者体験がいいから、プログラミングに強いと同僚に勧められたから

Microsoft Copilot：オフィスでの仕様書作成などで活用しやすいため

各ツールによって、目的・用途は異なるものの、主な利用理由は、「効率化・時間短縮」、「情報の網羅性・正確性」、「ツールの統合性・操作性」、そして「手軽さ(無料利用)」に集約される。具体的には、情報収集やコーディング、翻訳などの作業時間を大幅に短縮できる点が評価されている。

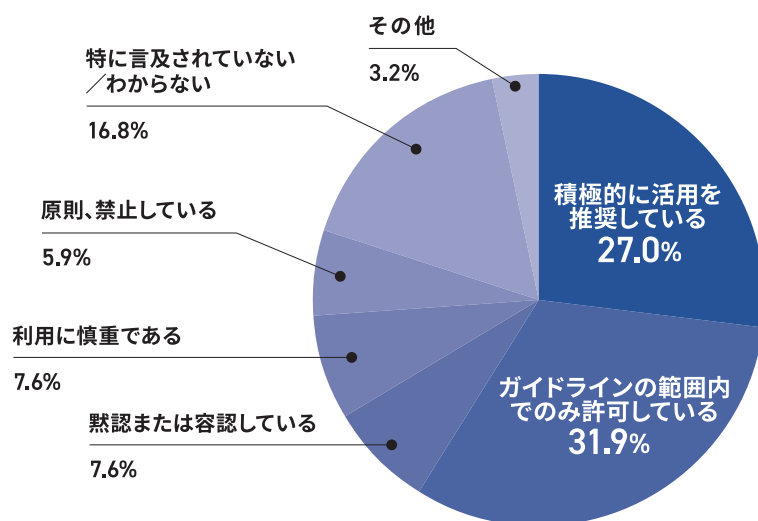
Q9. 今後活用してみたいAIツール・サービスがあれば教えてください

1 位	2 位	3 位	4 位	5 位
Claude : 26	Cursor : 19	ChatGPT : 16	Devin : 10 Gemini CLI : 10 Google Gemini : 10	Dify : 5

特定のツール名(Claude、Cursor、Devin、Gemini CLIなど)が多く挙げられた。また、「画像・動画生成」や「自律型AI(エージェント)」といった特定の機能を持つツールへの関心が高いこともわかる。その一方で、「特にない」「わからない」といった回答も一定数見られた。

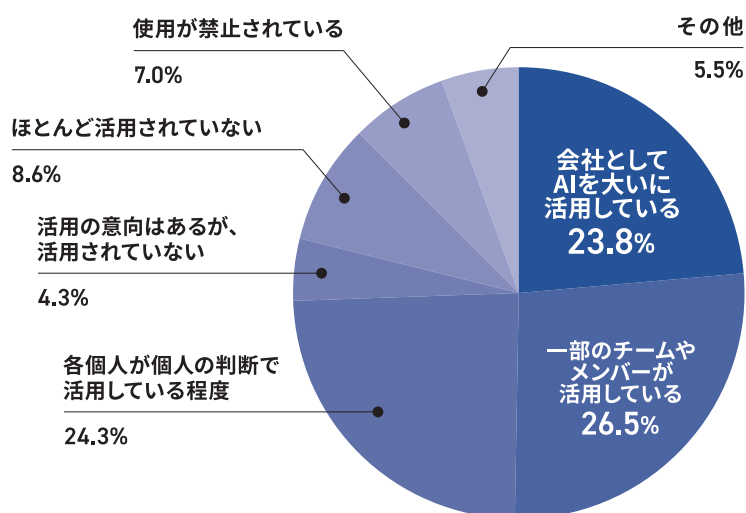
調査内容：参画している案件でのAI活用について

Q10. 現在参画している案件におけるAI活用の推奨度合いについて、最も近いものを教えてください



①ガイドラインの範囲内でのみ許可している ②積極的に活用を推奨している ③特に言及されていない／わからない という回答が並び、約6割の案件でAI活用が許可・推奨されていることがわかる。AI活用を取り入れる企業も多い中で、AIに対する理解度や活用のスタンスに差があることがわかる。

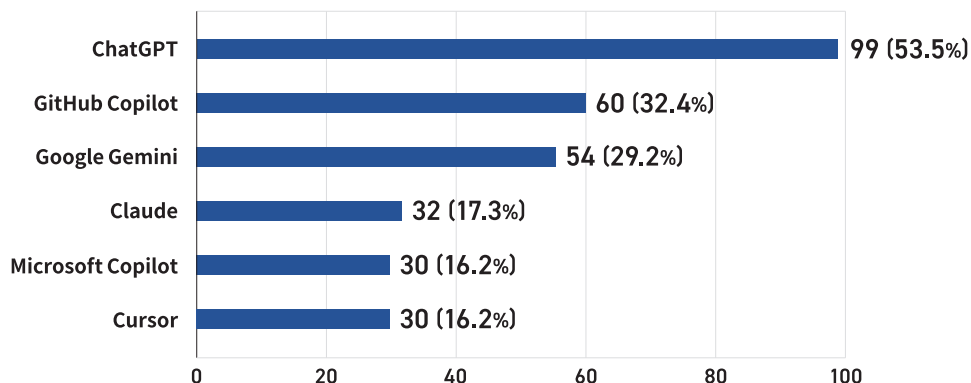
Q11. 現在参画している案件での実際のAI活用状況を教えてください



7割以上が、会社やチーム、個人レベルでAIを実際に活用している。「一部のチームやメンバーが活用している」(26.5%)、「各個人が個人の判断で活用している」(24.3%)、「会社として大いに活用している」(23.8%)の3つの回答がほぼ同率で拮抗している。

調査内容：参画している案件でのAI活用について

Q12. (Q11で「活用している」と回答した方) 使用しているAIツールをすべてお選びください



案件での活用ツールは、ChatGPT (53.5%) が最も多く、次いでGitHub Copilot (32.4%)、Google Gemini (29.2%) が続く。これらのツールが、個人の利用だけでなく、実際のプロジェクトでも広く使われていることがわかる。

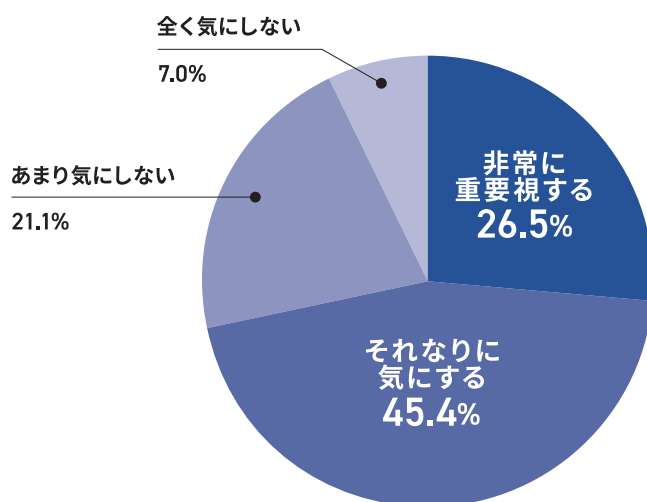
Q13. (Q11で「活用されていない」と回答した方) AI活用が進まない理由をすべてお選びください

- ①セキュリティや情報漏洩のリスクが懸念されている … 27 (62.8%)
- ②現場でAI活用に関するルールや方針が定まっていない … 16 (37.2%)
- ③AIを活用するためのノウハウが不足している … 10 (23.3%)
- ④成果物の品質や正確性への不安がある … 7 (16.3%)
- ⑤顧客やクライアントからの制限がある … 7 (16.3%)
- ⑥AI活用のメリットが現場で認識されていない … 7 (16.3%)

案件でAI活用が進まない最大の理由は、「セキュリティや情報漏洩のリスク」が62.8%と過半数を占めている。次いで「現場でAI活用に関するルールや方針が定まっていない」(37.2%)、「ノウハウ不足」(23.3%) が挙げられている。AI活用に対する不安とリテラシー不足が理由として挙げられる。

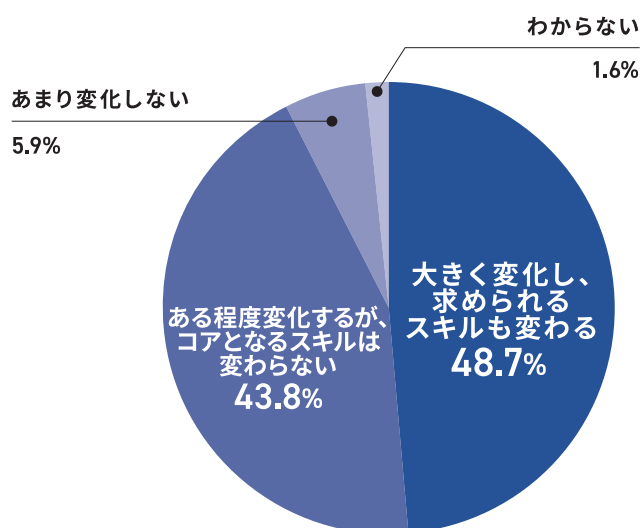
調査内容：キャリアにおけるAIの重要性について

Q14. 案件選びにおいて、企業のAI活用の有無やツールの種類をどの程度重視するかを教えてください



7割以上(71.9%)が、案件選びにおいて企業のAI活用状況を「非常に重要視する」または「それなりに気にする」と回答している。「全く気にしない」と答えた人は7.0%にとどまる。

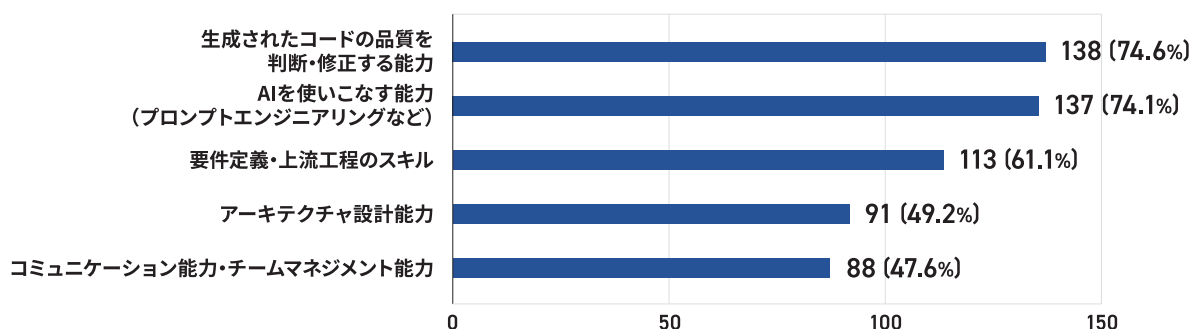
Q15. AIの進化により、今後ご自身の作業内容がどのように変化していくと考えているかを教えてください



約半数(48.7%)が「大きく変化する、求められるスキルも変わる」と回答し、43.8%が「ある程度変化するが、コアとなるスキルは変わらない」と回答。約9割がAIによる何らかの変化を予測している。作業内容自体は変化するとほぼ全員が認識しているが、スキルに対しての考えは大きく二分された。

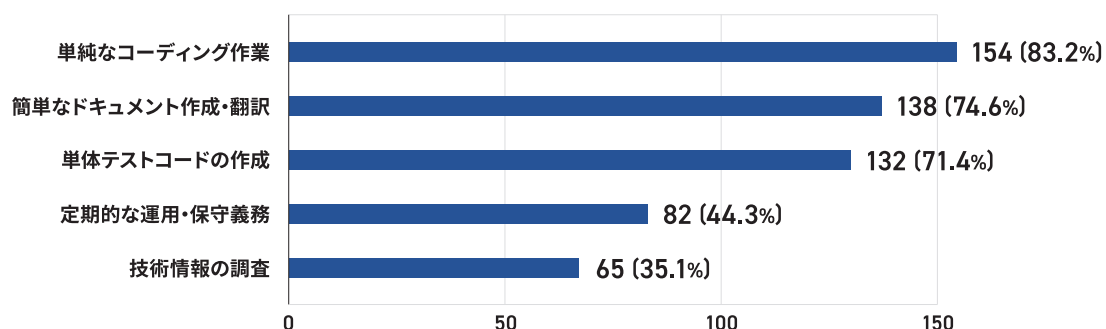
調査内容：キャリアにおけるAIの重要性について

Q16. AIの台頭によって今後価値が高まる、または新たに求められると考えるスキルや役割をすべて選んでください



回答者の約4分の3が「生成されたコードの品質を判断・修正する能力」(74.6%)と「AIを使いこなす能力(プロンプトエンジニアリングなど)」(74.1%)が今後重要になると回答した。また、「要件定義・上流工程のスキル」(61.1%)も6割以上が重要だと考えている。

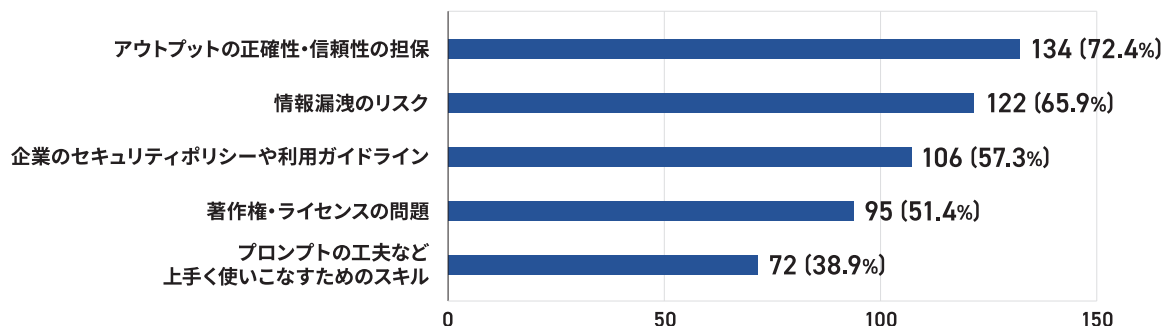
Q17. AIの台頭によって今後代替される、または重要度が下がると思われる業務やタスクをすべて選んでください



8割以上(83.2%)が、「単純なコーディング作業」が代替されると考えている。また、「簡単なドキュメント作成・翻訳」(74.6%)や「単体テストコードの作成」(71.4%)も7割以上が重要度が下がると回答した。

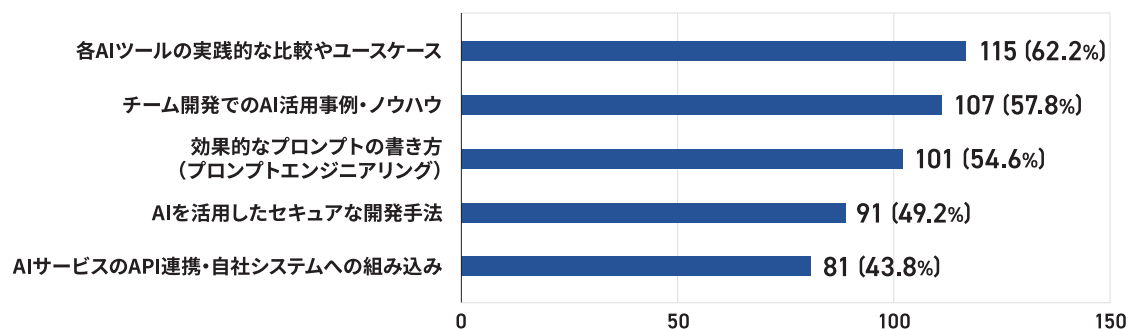
調査内容：キャリアにおけるAIの重要性について

Q18. AIを業務で活用する際に感じている課題や障壁について、当てはまるものをすべて選んでください



AI活用における最大の課題は、アウトプットの正確性・信頼性の担保(72.4%)と 情報漏洩のリスク(65.9%)で、いずれも回答者の3分の2以上が挙げた。また、企業のセキュリティポリシーやガイドライン(57.3%)、著作権・ライセンスの問題(51.4%)も半数以上が課題と感じている。

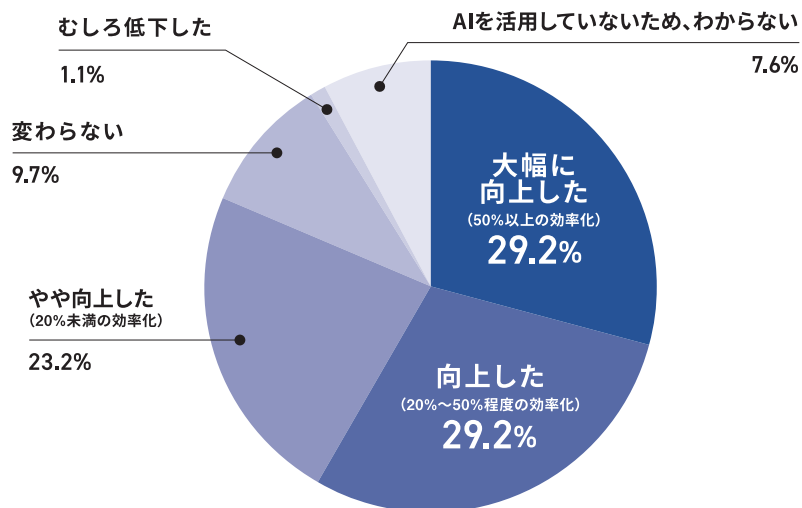
Q19. 今後、AI活用に関して学習したい・情報収集したいと考えているテーマをすべて選んでください



回答者が最も関心を持っている学習テーマは、「各AIツールの実践的な比較やユースケース」(62.2%)となった。また、「チーム開発でのAI活用事例・ノウハウ」(57.8%)や、「効果的なプロンプトの書き方」(54.6%)も半数以上が求めているテーマである。

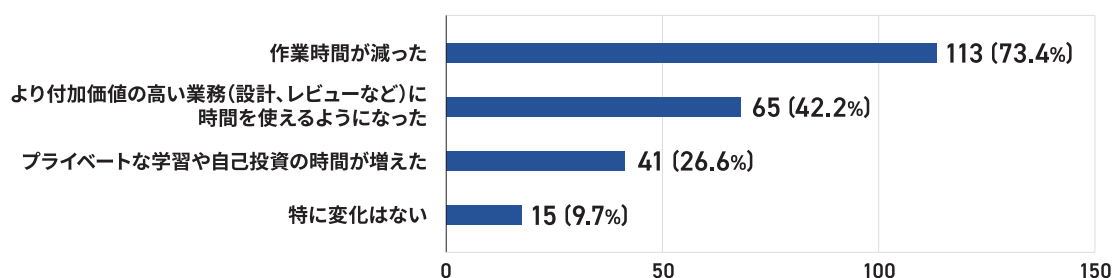
調査内容：AI活用が働き方と与える影響について

Q20. AIを活用したことによる、ご自身の業務全体の生産性の変化について当てはまるものを教えてください



8割以上 (81.6%) が、AI活用によって生産性が「向上した」と回答した。具体的には、「大幅に向上 (50%以上)」と「向上 (20%~50%)」がそれぞれ29.2%と、高い効率化を実感している人が半数以上を占めている。

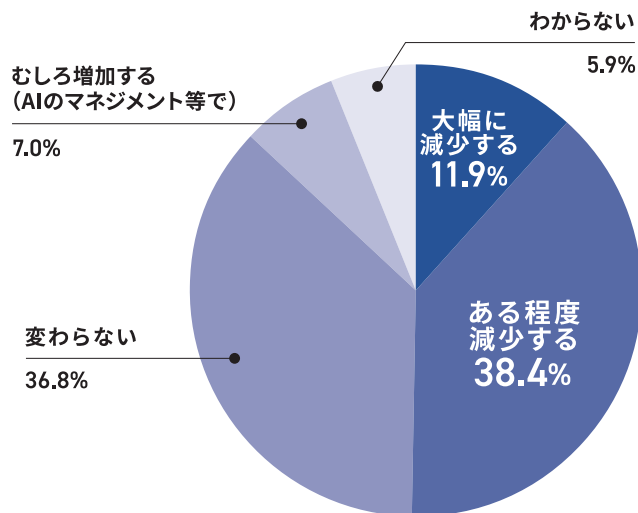
Q21. (Q20で「向上した」と回答した方)
生産性の向上によって生じた働き方の変化についてすべてお選びください



生産性向上を実感している回答者のうち、73.4%が「作業時間が減った」と回答。また、42.2%が「より付加価値の高い業務に時間を使えるようになった」と答え、26.6%が「プライベートな学習や自己投資の時間が増えた」と回答している。時間の有効活用をメリットとして挙げるフリーランスが多い。

調査内容：AI活用が働き方と与える影響について

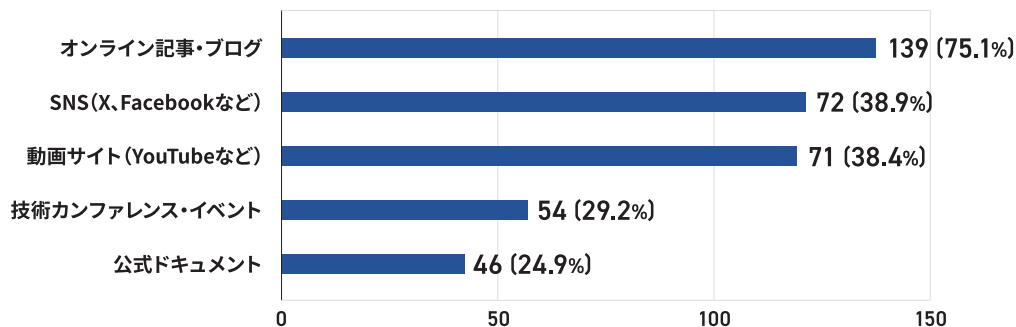
Q22. 今後AI活用が進んだ場合に、ご自身の月間平均稼働時間がどのように変化すると予測しているかを教えてください



約半数(50.3%)が、AI活用によって月間平均稼働時間が減少すると予測している。その一方で、「変わらない」と回答した人も36.8%おり、意見が二分している状況。「むしろ増加する」と予測する人も7.0%いる。

調査内容: AIとの今後について

Q23. AIに関する情報やノウハウを得ている主な手段をすべてお選びください



AIに関する情報の主な情報源として、オンライン記事・ブログ(75.1%)を最も利用している。次いで、SNS(38.9%)や動画サイト(38.4%)がほぼ同率で続き、技術カンファレンス・イベント(29.2%)や公式ドキュメント(24.9%)も活用されている。

Q24. ITフリーランスとAIの将来に関して、変化の可能性やご自身の考え、ご要望などがあればご記入ください

〈一部抜粋〉

- AIの普及に伴い、求められる要素が変わってくると同時に、生き残りという意味での仕事の受注への影響もでてくるかと思っている。そういう意味での不安もあるため、今後の展望や求められるスキルがあれば教えてもらえると嬉しい。
- ワーカーポジションのエンジニアは早晩淘汰されることとなり、コミュニケーション能力やドキュメントの作成スキルなどが技術スキルと同列で評価されることになると予想している。
- 案件の紹介時にAIツールの利用環境についての情報提供をしてほしい。
- AIを使用した案件も今後は増えると思う。簡単に使用できるため、情報漏洩のリスクがさらに高まるので、コンサルとかの需要も増えるのではないかと考える。自分自身は、フリーランスになり、AIを企業向けに構築できたらと思っている。
- どんな現場にも課題は無限にあり、AI利用で解決できるものもすでに多いが、それを本当に使える実装に落とし込むエンジニアリングができる人材は急には増加しないため、人材の需給は逼迫していくと感じている。
- AI利用はエンジニアにとって必須科目になると考えている。また、検索で得られる情報よりAIから得られる情報はアナログっぽく感じているため、読解力が求められるのではないかと考えている。
- AI系ツールの使い方が普及すると、そのノウハウがない企業がそのノウハウを持つ人を雇うようになると思う。
- 今後、AIにKPTを覚えさせることにより1人の部下として存在する形になると考える。そのため、利用者は上流工程のしっかりとした構築がより求められると考えている。

AI普及による将来への不安と期待が混在している。AIによって定型業務のみを行うエンジニアが淘汰されるという危機感が持つITフリーランスが多く、今後はコミュニケーション能力や上流工程のスキルが重要になるとの予測が多く見られた。また、案件紹介時にAI利用環境の情報提供を求める声や、AI活用のノウハウを持つ人材への需要の高まりを指摘する声も挙がっている。

まとめ(アンケートサマリ)

今回のアンケート結果から、ITフリーランスのAI活用は「業務効率化のための実践フェーズ」に移行していることが明らかになりました。

約9割がAIを日常的に活用しており、特に調査やコード生成といった業務で高い生産性向上を実感しています。

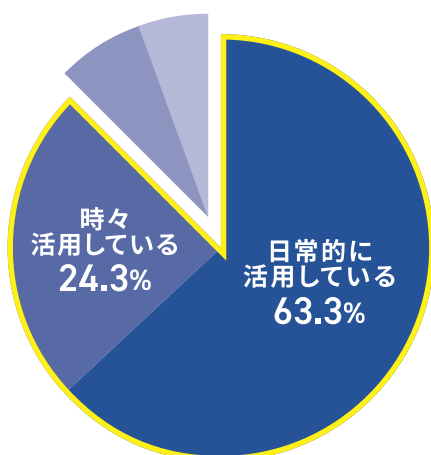
利用ツールは「ChatGPT」が圧倒的で、その他にも「Claude」や「GitHub Copilot」など、用途に応じて使い分けが進んでいます。

案件においても約6割でAI活用が許可されており、個人の裁量を超え、組織的なAI導入が進んでいることが伺えます。

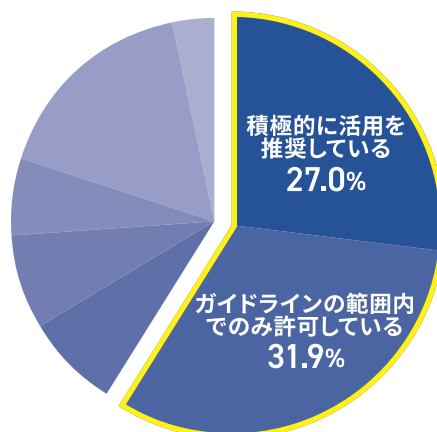
しかしながら、アウトプットの正確性やセキュリティ、著作権といった課題は根強く残っており、これが個人・組織双方のAI活用における大きな障壁となっています。

今後の展望としては、プロンプトエンジニアリングや上流工程のスキルがより重要になると認識されており、多くのエンジニアがAIを使いこなし、より付加価値の高い業務に時間を充てる未来を予測しています。

Q3. 現在のAI活用状況に最も近いものを教えてください



Q10. 現在参画している案件におけるAI活用の推奨度合いについて、最も近いものを教えてください



ギークスの見解：AIがITフリーランスへにもたらす影響

POINT

- AI活用が業務に浸透** 生産性向上の実感も広がっており、単なる流行ではない。
- 求められるスキルの変化** 定型業務はAIに代替。上流工程や品質判断などが重要に。
- 企業への影響** AI活用に積極的な企業に優秀な人材が集まると予想される。

今回のアンケート結果は、ITフリーランスがAIの進化を単なる流行ではなく、自身の働き方を変革する重要な要素として捉えていることを示しています。AIはまだ進化の途上にありますが、すでに彼らの業務に深く浸透し、生産性を向上させていることが明らかになりました。現状は「ChatGPT」や「Google Gemini」といった汎用的なAIが主流ですが、今後は「GitHub Copilot」や「Claude Code」「Dify」のような、専門性の高いAIツールの活用が一般化していくでしょう。

AIの普及はITフリーランス業界の構造を根本から変えつつあります。特筆すべきは、「単純な定型業務のAI代替」と「専門性が求められる領域の増加」という兆候です。これは決してネガティブな側面だけではなく、ITフリーランスが自身のキャリアを再定義し、新たな価値を創造する大きなチャンスと言えます。

まず、AIが得意とする定型的なコーディングやテストコード生成、簡単なドキュメント作成といったタスクは、AIによって効率化・自動化されていくと予想されます。今回の調査でも、8割以上の回答者が「単純なコーディング作業」はAIに代替されると回答しており、人間が担っていたタスクが次々とAIに委ねられることは十分に考えられます。

しかし、この変化は、ITフリーランスに新たな役割とキャリアパスをもたらしめます。AIによって生み出された時間的余裕は、より付加価値の高い業務に振り向けられます。今回の調査では、生産性向上を実感したエンジニアの約半数が、その時間を設計やレビューといった上流工程に充てられるようになったと回答していますが、これは、エンジニアを単純作業から解放し、創造的な業務に集中できるようになることを示しています。AIを使いこなすノウハウを持つエンジニアは、企業から高い評価を受け、AIの導入支援やコンサルティングといった新たな案件を任せられるようになっています。AIをパートナーとして活用することで、自身の生産性を大幅に向上させ、高度で報酬の高い案件に参画できるチャンスが広がっているのです。

ITフリーランスの参画を受け入れる企業への影響も予測されています。AI活用の有無を案件選びの重要な要素と捉えるITフリーランスの増加によって、AIを積極的に活用している企業は、優秀なIT人材からの人気を集め、さらなる成長を生み出すことになるでしょう。反対に、AI活用に慎重な企業は、市場の変化に対応できず、IT人材の確保だけでなく、企業としての競争力を失う危険性をはらんでいます。

ギークスの見解：エンジニアに求められるスキルの変化

POINT

- スキルシフトが不可欠** 技術力に加え、AIを活用する力とソフトスキルが必須に。
- 上流工程の重要性向上** 要件定義やアーキテクチャ設計など上流工程の価値が高まる。
- 人が介在する価値** AIの成果物を評価・修正し、価値を創出する役割が鍵に。

AIの浸透により、エンジニアに求められるスキルは、「コードを書く能力」から「AIを使いこなし、価値を創出する能力」へと移行します。これは、AIが人間の仕事を奪うのではなく、人間の能力を拡張するツールであることを意味します。

今回のアンケート結果でも明らかになったように、今後価値が高まると考えられているのは、生成されたコードの品質を判断・修正する能力や、プロンプトエンジニアリングといったAIとの協業スキルです。AIは膨大な量のコードを瞬時に生成しますが、その品質やセキュリティ、プロジェクトへの適合性を最終的に判断し、責任を持つのは依然として人間であるエンジニアの役割です。AIが提示した回答を鵜呑みにせず、自身の知見や経験を踏まえたクリティカルシンキング（＝論理的・客観的に本質を見抜く思考）を持って検証する能力は、今後ますます重要になるでしょう。AIを使いこなす能力は、あくまでも「エンジニアとしての技術力や経験がベースにある」ことが前提となります。

また、課題の本質を理解し、AIを適切に活用するための全体像を描く能力が求められるため、要件定義やアーキテクチャ設計といった上流工程の重要性がこれまで以上に高まります。

AIはあくまでツールであり、そのツールをどう活用して、どのようなシステムを構築するかを設計するのは、人間の役割です。

さらに、AIがチーム開発に導入されるにつれて、これらの能力が、より不可欠なスキルとなります。AIが生成した情報をチームメンバーと共有し、円滑なプロジェクト進行を図るためには、プロジェクト全体を俯瞰し、課題を解決する姿勢を持つエンジニアの存在が欠かせません。AIが解決できない複雑な課題について議論したり、意見をまとめて作業に落とし込んだりする場面では、コミュニケーション能力・マネジメント能力がプロジェクトの成否を分ける鍵となります。

AI時代を生き抜くエンジニアは、技術力だけでなく、これらのソフトスキルをバランス良く身につけ、「人が介在する価値を発揮できるエンジニア」になれるかどうか鍵となります。AIは単なるコーディングツールではなく、業務のあり方を根本から変えるパートナーです。この変化を理解し、主体的にスキルをアップデートしていくことが、AI時代を生き抜くための必須条件とも言えるでしょう。

POINT

AI活用への前向きな姿勢 AIは個々の働き方そのものを変革する存在に。

AIの進化による役割の変化 AIに指示を与える「プロジェクト全体を監督する役割」へ。

未来に向けたギークスの役割 案件開拓やキャリアサポートの強化、インプット機会の提供。

今回のアンケート調査を通じて、ITフリーランスがAIをいかに積極的かつ現実的に捉えているかが明らかになりました。回答者の9割近くがAIを業務に活用し、その8割以上が生産性の向上を実感しているという事実は、AIがもはや単なる技術トレンドではなく、個々の働き方を根本から変える存在へと進化していることを物語っています。また、特に印象的だったのは、AI活用がもたらす変化に対する前向きな姿勢です。多くのエンジニアが、AIによって生まれた時間の余裕を、より付加価値の高い業務や自己投資に充てたいと考えています。これは、AIを脅威ではなく、自身の市場価値を高めるための強力なパートナーとして捉えていることの証左です。

今後、AIは「単なるツール」から「自律的にタスクを遂行するエージェント」へと進化していくと予測されます。既に「Devin」のような自律型AIへの関心が高まっており、今後はさらに複雑な開発タスクをAIに任せることが可能になるでしょう。例えば、AIが要件定義からコード生成、テスト、デプロイまでを一貫して行うようになるかもしれません。

そうなった場合、エンジニアは、AIに指示を与える、プロジェクト全体を監督する役割へと変化していく可能性が高まり、複数のAIを

指揮しながら、プロジェクト全体の進捗を管理し、成果物の品質を最終的に担保する役割になるとも言い換えられます。AIが生成したコードに潜在的なセキュリティリスクがないかを見抜く能力や、AIが提示したソリューションが課題解決に本当に合致しているかを判断する能力などが求められるようになり、さらには、人間ならではの創造性、倫理観がより一層求められるようになると予想されます。

ギークスは、ITフリーランスがAI時代を乗り越え、さらなるキャリアアップを実現できるよう、今後も情報提供や勉強会・セミナーの実施、案件の開拓に力を入れていきます。

ITフリーランス業界のパイオニアであり、「働き方の新しい『当たり前』をつくる」を事業ミッションに掲げるギークスは、この変革の時代を皆さんと共に歩み、一人ひとりの理想の働き方の実現に向け、サポートしてまいります。

ITフリーランスのAI活用 調査レポート

調査概要

調査年月: 2025年7月1日(火)～2025年7月14日(月)

調査方法: Webアンケート

調査主体: ギークス株式会社

ITフリーランス調査

有効回答数: 184名

調査対象: 「GEECHS JOB(ギークスジョブ)」登録者

発行 2025年9月 ギークス株式会社

GEECHS