



2025年2月27日

女優の飯沼 愛さんが新しい『リクナビ』CMに初出演

知らなかった自分との出会いに期待ふくらむ

<特別インタビュー> 飯沼さんの意外な一面とは/もし別の仕事をするなら…

株式会社リクルート（本社：東京都千代田区 代表取締役社長：北村 吉弘）が2027年4月以降に就職予定の学生（大学院・大学・短大・高専・専門学校生・外国人留学生）の皆さま（以下、学生）および既卒生の皆さまを対象に新たに開発し、2025年1月に正式リリースした就職活動準備サイト『リクナビ』（<https://career.rikunabi.com>）は、2025年2月27日（木）より女優の飯沼 愛さんを起用した新しい『リクナビ』の新Web-CMの配信を順次開始することをお知らせ致します。



■ CM内容 新しい『リクナビ』で「知らなかった自分にきっと出会える。」

新しい『リクナビ』は、多くの学生が初めてキャリアを考える機会となる就職活動において、これまで以上に学生一人ひとりの「自分らしい進路選択」を支援したいと考え、2025年1月に正式リリース致しました。自分の志向に合ったインターンシップや求人情報を見つけることができる「レコメンドフィード」機能等により、これまでの企業名やキーワード検索に加えて一層誰もが自分に合うと思える仕事・企業に出会える世界の実現を目指しています。本CMは、そんな新しい『リクナビ』の特徴を、学生の皆さまと同年代であり、女優として活躍する飯沼 愛さんを通じてお伝えする内容となっています。

大学で何げなくスマホを操作する飯沼さん。周囲にはさまざまなモチーフのピクトグラムが浮いています。「リクナビは、変わります！」というナレーションとともにピクトグラムは飯沼さんの手元へ。「あなただけの興味を見つけて、それを自然と広げてくれる場所に」という言葉とともに不思議な空間が広がります。多くの『リクナビ』の情報に囲まれ「いいじゃん!」「あっこれも!」と目を輝かせる飯沼さん。興味関心のあふれるイメージに触れるとさらに関連した情報へとつながっていきます。「知らなかった自分と出会える。」というコピーが象徴するように、新しくなった『リクナビ』で、新たな一歩のきっかけや機会との出会いに期待感が高まる内容になっています。飯沼さんの未来に向けたワクワク感いっぱいの表情にもご注目ください。

■ 公開・配信情報

2025年2月27日（木）よりYouTubeにて配信。各種『リクナビ』公式アカウントでは、本CMや複数の別バージョンもご覧いただけます。ぜひ併せてご覧ください。

- ・ YouTube <https://www.youtube.com/user/rikunabiofficial>
- ・ TikTok <https://www.tiktok.com/@rikunabi>
- ・ Instagram https://www.instagram.com/rikunabi_official/
- ・ Facebook <https://www.facebook.com/rikunabiofficial/>

2ページ以降に飯沼さんへの特別インタビューも掲載しています。

■ 撮影オフショット・メイキング



■ 特別インタビュー

—今回のCMの感想や印象に残ったエピソードを教えてください。

CGも多いのでどんなCMになるんだろうとワクワクしながら撮影させていただきました。監督から細かく『リクナビ』の使い方や特徴を教えていただいて、まさにユーザーの気持ちになって楽しく演じられました。今回一日で（縦型や短尺など）複数のCMパターンを撮影したのですが、一度にこんなに衣装を着替えたりヘアメイクを変えたりするCM撮影は初めてだったので新鮮でしたし、見てくださる方にも楽しんでいただけるんじゃないかなと思います。

—撮影にはどんな気持ちで臨まれましたか。

年末年始に帰省した時に久しぶりに地元の同級生と会えたので、みんなの就活状況などリアルな話をたくさん聞けました。不安や悩みは本当に人それぞれ違って、みんな大変なんだなということを実感したので、そんな年代の人たちのことを思い浮かべながら撮影しました。

—「知らなかった自分と出会える。」というコピーが印象的なCMですが、飯沼さんがご自身について“最近周囲から言われて気付いたこと”を教えてください。

最近友達から「かまちょ」（「かまってちょうだい」の略）だね」って言われることが多くて、それは言われてハッと気が付いたことですね。確かに通りすがりにちょっかいを出したり、みんながしゃべっているとすぐその輪に入りたくなったりします（笑）。

それからさっきマネージャーさんに言われたのですが、デジタルに弱いところが意外みたいです。私は特にネットショッピングが苦手で、荷物が届かなかったり、逆に毎月同じ荷物が届くのを不思議に思っていたら定期便になっていたり。確かに周りの友達からも、この歳で機械音痴なのは珍しいよ、と言われるます。

—新しくなった『リクナビ』で、新たな関心や心動くものに気付く機会につながるかもしれません。飯沼さんが最近気になっていることを教えてください。

最近はお米にすごく興味があります。以前先輩に焼肉店に連れて行っていただいた時にお米にとっても詳しい

店員さんがいらっやって。私は甘みが強くてもちもち系が好きと伝えたら、熊本産の品種などを教えてくださり、後日、自分で買って食べてみたらとってもおいしくて、そこからすっかりお米にハマリ、先月炊飯器も新調しました！一度好きになったらずっと好きなタイプなので、もっと詳しくなってみんなの好みに合わせておすすめできるようになれば良いなと思っています。

—もし現在の仕事を選んでいなかったら、どんな仕事に就きたいですか。

思い浮かぶのは中学校の先生です。なんとなく学生時代に中学校の先生になりたいという憧れがありました。もし今の仕事をしていなかったら、教育学部に進んで先生を目指していたのかなと思います。友達が教育実習に行った話も聞くのですが、地元に残るのかそれとも東京や関西に行くのか、そういった進路で悩んでいる人も多いなと感じましたね。

—その時はどんなアドバイスをするのですか。

アドバイス…というより、私は就活の経験がないのでとにかく話を聞く感じです。でも、親友から「面接で緊張しない方法ない？」って聞かれた時は、自分がオーディションで意識していることを話しました。私はいつも「もう受かっている」って気持ちで臨みます。そうすると、自然と緊張しないんですね。実際に友達がその話を参考にしてくれて、「面接もうまくいったよ！」って言ってくれた時は嬉しかったです。

—飯沼さんは元々“超ネガティブ”な性格とのことですが、ネガティブな気持ちになった時、どのように乗り越えていますか。

最近良いアドバイスをいただいたのですが、「普段一番聞いている声って誰の声だと思う？それは自分の声だよ」って言われました。自分自身にどういう言葉をかけるかが大切だと。「確かに！」と思って、「私は大丈夫。うまくいく」と、前向きな言葉を自分にかける大切さを実感しました。

また、毎日「今日の良かったことを3つ書く」という習慣も続けています。どんな日でも絶対に良かったことは見つかるんですね。この習慣のおかげで「ああ、今日は良い日だったな」って思えるようになりました。

—継続やモチベーションを維持するために意識していることはありますか。

誰かと一緒に頑張るとするのはすごく良いと思います。例えば早起きする時に友達と「起きたらお互い報告しよう」って約束すると頑張れます。あとは「なんで頑張りたいのか」に立ち返ることも大事にしています。私の場合、「見てくださっている方に喜んでもらいたい」とか「こんな風に感じてほしい」など、この仕事をする理由を考えると、「やる気が出ない」なんて思っている暇はないな！と思います。

—これから就活を始める方へメッセージをお願いします。

友達もまさに就活中で、人それぞれいろんな悩みがあると感じます。でもこのCMでも描かれているように、就活は新しい自分と出会うチャンスでもあるのかなと思うんです。私もこの仕事を通して、今まで知らなかった自分に出会う機会がたくさんありました。だからまずは興味を持ったことには何でも挑戦してみたいです。「自分は大丈夫って思っていれば本当に大丈夫だ」と私はこの仕事を通じて確信しているので、ぜひ、自分を信じて進んでほしいです。

■ 出演者情報



飯沼 愛 -Ai linuma- (21歳)

香川県出身。21歳。趣味・特技はバスケットボール。

2021年4月にTBSのオーディション番組「スター育成プロジェクト 私が女優になる日」にて、全国9000人の中から10人に選ばれ、番組内の演技バトルでグランプリを獲得。10月より同局の深夜枠に新設された「よるおびドラマ」の第一弾「この初恋はフィクションです」の主演に選ばれる。2024年7月期テレビ朝日「南くんが恋人!？」でゴールデン帯連続ドラマ初主演。

■ クレジット情報・カットデータ

『リクナビ』CM 「知らなかった自分」篇 (15秒)



リクルートグループについて

1960年の創業以来、リクルートグループは、就職・結婚・進学・住宅・自動車・旅行・飲食・美容などの領域において、一人ひとりのライフスタイルに応じたより最適な選択肢を提供してきました。現在、HRテクノロジー、マッチング&ソリューション、人材派遣の3事業を軸に、60を超える国・地域で事業を展開しています。リクルートグループは、新しい価値の創造を通じ、社会からの期待に応え、一人ひとりが輝く豊かな世界の実現に向けて、より多くの『まだ、ここにはない、出会い。』を提供していきます。

詳しくはこちらをご覧ください。

リクルートグループ：<https://recruit-holdings.com/ja/> リクルート：<https://www.recruit.co.jp/>

本件に関する
お問い合わせ先

<https://www.recruit.co.jp/support/form/>