

選考なしで参加できる優遇インターンの探し方&企業リスト

ES・面接なしで参加できて、早期選考につながるプログラムの見つけ方。ナビサイトの絞り込み手順・募集要項の見分け方・実際に選考なしで募集していた企業40社を、元大手人事OLの視点でまとめました。

CONTENTS

1. 結論 | 「選考なし+優遇」は実在します。ただし2種類あります
2. なぜ大手の1dayは「優遇」と言わないのか（制度の話）
3. 探し方① | ナビサイトを「選考なし」で絞る（いちばん確実）
4. 探し方② | 募集要項の"どこ"を見るか（見分け方）
5. 実際に「選考なし（先着順）」で募集していた企業（2026年7月23日時点）
6. 参加が決まったあとにやること
7. まとめ

結論 | 「選考なし+優遇」は実在します。ただし2種類あります

夏の選考に落ちた人・出遅れた人がまず探すべきなのが、**エントリーするだけで参加できるプログラム**です。実際に、ナビサイトで「選考なし（先着順）」に絞ると**1,378社・2,768コース**が出てきます（キャリアス就活・2026年7月23日時点で確認）。

ただし、中身は大きく2種類に分かれます。**ここを混同すると「参加したのに何もなかった」になります。**

	A：選考直結型	B：オープンカンパニー型
主な実施企業	中小・ベンチャー・成長企業	大手企業
募集の書き方	「選考直結」「早期選考」と明記	「採用選考とは関係ありません」と明記
参加後	そのまま早期選考に乗ることが多い	制度上"優遇"とは言えない
狙い方	優遇目当てならここ	企業を知る・人に覚えてもらう場として使う

以下、**なぜこう分かれるのか（制度の話）** → **実際の探し方** → **実在する企業リスト**の順に書いていきます。

なぜ大手の1dayは「優遇」と言わないのか（制度の話）

2025年卒からインターンシップのルールが変わり、プログラムが**4つのタイプ**に分類されるようになりました。

タイプ	内容	学生情報を採用活動に使えるか
タイプ1 オープン・カンパニー	会社紹介・1day中心	使えない
タイプ2 キャリア教育	大学の授業・CSR的なもの	使えない
タイプ3 汎用的能力活用型	5日以上 ・就業体験が半分以上	使える（3月以降）
タイプ4 専門活用型	2週間以上 の専門実践	使える（3月以降）

つまり、**大手の1dayプログラムは制度上「採用に使えない」建て付け**なので、募集要項に「選考とは関係ありません」と書かれます。実際、大手メーカーの1dayワークショップの募集要項にも、採用選考活動とは関係ない旨が明記されています。

- ・ **選考ありのインターンが多いのは、5日以上のタイプ3**（採用に使える＝企業も本気で絞る）
- ・ **選考なしが多いのは、1day・半日のタイプ1**（気軽に参加できる代わりに、直接の優遇は約束されない）

💡 だからといって大手の1dayが無駄という意味ではありません。**社員と話せる場**であることに変わりはなく、そこで名前と顔を覚えてもらう動き方は別ページに書きます。

探し方① | ナビサイトを「選考なし」で絞る (いちばん確実)

アグリゲーター記事の「**選考なしで優遇がある大手企業一覧**」は鵜呑みにしないでください。実際に中身を確認すると、1day優遇があった企業リストの使い回しで、「選考なしかどうか」の根拠が書かれていないものが多いです。

自分でナビサイトを絞り込んだほうが、**今この瞬間に応募できるもの**が出てきます。

キャリアス就活 (絞り込み機能がいちばん分かりやすい)

- ・ インターン検索の**選考タイプ**で「**選考なし (先着順)**」を選ぶ
- ・ URL: <https://job.career-tasu.jp/intern-search/lst-isSelect-10/>
- ・ **2026年7月23日時点で1,378社・2,768コースが掲載** (28卒中心。29卒・30卒対象のものもあり)

マイナビ

- ・ インターンシップ検索 → 「より詳細な条件で検索」 → 選考の有無・開催日数で絞る
- ・ 「オープン・カンパニー&キャリア教育等」に限定して検索できる (=選考なしが多い区分)

そのほか

- ・ **ワンキャリア** — 卒年別のインターン一覧から探す
- ・ **インターンシップガイド** — 「早期選考案内あり」の表記があるプログラムが載っている
- ・ **大学のキャリアセンター** — 学内限定・大学推薦のプログラムは競争率が低い
- ・ **スカウト (逆オファー) サイト** — プロフィールを埋めておくと、選考免除の案内が届くことがある

検索するときのキーワード

- ☐ 「選考なし」「先着」「抽選」 (=参加のハードル)
- ☐ 「選考直結」「早期選考」「本選考優遇」 (=優遇の有無)
- ☐ 「ES不要」「エントリーのみ」 (=手間の少なさ)
- ☐ 「オープン・カンパニー」 (=タイプ1。選考なしが多い区分)
- ☐ 「参加特典」 (=特典の記載があるものは、何かしら次につながるが多い)

探し方② | 募集要項の"どこ"を見るか（見分け方）

同じ「選考なし」でも、次につながるかどうかは募集要項を見れば分かります。

- ☐ 応募方法に「先着順」「抽選」と書いてあるか（＝本当に選考なし）
- ☐ プログラム名や本文に「選考直結」「早期選考」の文字があるか
- ☐ 「採用選考活動とは関係ありません」の一文があるか（あれば、直接の優遇は期待しない）
- ☐ 開催日数（半日・1day＝タイプ1／5日以上＝タイプ3で選考が多い）
- ☐ 参加特典の記載（特典ブック・フィードバック・座談会など）
- ☐ 同じ企業が複数コースを出していないか（選考なしコースで接点を作り、選考ありコースに進む導線があることも）

⚠ 条件は年度・職種・コースごとに変わります。ここで挙げる企業名も「過去にそう募集していた」という事実であって、来年も同じとは限りません。申し込む前に必ず公式の募集要項を見てください。

実際に「選考なし（先着順）」で募集していた企業（2026年7月23日時点）

キャリアス就活の「選考なし（先着順）」一覧に、実際に掲載されていた企業です（掲載順・1ページ目ぶん）。

企業	プログラム例	日数	対象
メイテック	文系歓迎★総合職／人事が語る「ES×AI」	1日	28卒
ベネッセスタイルケア	若手～中堅社員の体験談あり／職種別課題解決ワーク	半日・1日	28～30卒
SGホールディングスグループ	WEB開催【初級編】1時間でサクッと知る	半日	28卒
ケアリッツ・アンド・パートナーズ	対面1day 謎解きゲーム／WEB開催	半日・1日	28卒
イズモ	「やりたいことがない」向けプログラム	半日・1日	28・29卒
<u>ウィルオブ・ワーク</u>	<u>【早期選考】選べる4コース</u>	1日	28～30卒
北日本銀行	きたぎん・1Day仕事体験（個人／法人コンサル）	1日	28卒
パスコン	8月夏休み開催（対面／WEB）	半日	28卒
三協オイルレス工業	モノづくりの流れ（山形／山梨）	半日	28卒
コスモス薬品	WEB限定スペシャルコース／オンラインフィールドワーク	1日	28～30卒
小森コーポレーション	理系向け 印刷機械メーカーの仕事	半日	28卒
<u>王将フードサービス</u>	<u>【選考直結】経営★店舗マネジメント／企画★マーケティング</u>	1日	28卒
ソフトウェア・サイエンス	くらしを支えるシステム	1日	28卒
ブリヂストンリテールジャパン	WEB開催 0.5h／1.0hコース	半日	28卒
マイクロメイツ	IT知識不要・FB有／生成AI特典ブック	半日	28～30卒
永浜クロス	WEBオープン・カンパニー／2daysオープン	1日・2～4日	28卒
つばめマネジメント	優勝チームには報酬あり／店長になって経営体験	半日	28卒
ネクステージ	クルマ業界／1Day 営業職	1日・5日以上	28卒
アバント	採用責任者登壇 IT業界	半日	28卒

企業	プログラム例	日数	対象
日本ファシリオ	参加特典あり1day仕事体験／施工	1日	28～30 卒
エニプラ	【選考直結】新感覚実験型／THE COORDINATOR	1日	28卒
SUGIKO（杉孝）	文理不問2days／理系限定 技術コース	2～4日	28卒
カトーレック	物流×モノづくり（WEB）／香川 対面5days	半日・5日 以上	28卒
湖聖会グループ	福祉の業界研究会／学部不問	半日・5日 以上	28～30 卒
クリーク・アンド・リバー社	業界・職種研究セミナー -BASE-	半日	28卒
読売新聞社	ES不要／WEB開催 よみうりアカデミー	1日	28卒
オリエンタルインフォメーションサービス	Webアプリ開発／スマホアプリ開発	1日	28卒
フジフレックス	業界研究から仕事体験まで	1日	28卒
カラフルカンパニー	コンサル営業体験／執行役員が直接	半日	28～30 卒
きらやか銀行	業界研究入門編（1day／2days）	半日・2～4 日	28～30 卒
日本金銭機械	お金を見分ける技術（大阪・東京）	1日	28卒
クシダ工業	設計コース／施工管理コース	2～4日	28・29 卒
きんそく	社長登壇ハイブリッド／参加特典あり	半日	28・29 卒
新家工業	電気系／機械系 専攻向け1Day	1日	28～30 卒
アド・ダイセン	WEB広告代理店 営業	1日	28卒
ソユー	秋田対面1DAY／アミューズメント事業	半日・1日	28～30 卒
東京ガスリース	参加特典あり 1Days仕事体験	1日	28卒
ユーシーカード	UC CARD～自己分析	半日	28卒

企業	プログラム例	日数	対象
豊トラスティ証券	金融初心者歓迎／東証見学ツアー付	半日	28～30 卒
イズミテック	ラボ見学あり "データ"で支える	半日	28～30 卒

この40社から分かること

- ・ 太字の3社（**ウィルオブ・ワーク／王将フードサービス／エニプラ**）は、選考なしなのにプログラム名で「**早期選考**」「**選考直結**」を明示しています。これが探すべき型です
- ・ 選考なしは**中堅・BtoB・地方の優良企業に多い**。名前を知らない会社が多いのは、裏を返せば**ライバルが少ない**ということです
- ・ 大手グループでも、**SGホールディングス・ブリヂストンリテールジャパン・読売新聞社・東京ガスリース**のように、選考なしで参加できるものがあります
- ・ 一覧は**1,378社ぶんあり、掲載は随時入れ替わります**。上の40社は「1ページ目に載っていた企業」であって、良し悪しの順位ではありません

参加が決まったあとにやること

選考なしで入れるプログラムは、**参加者の中での差がつきやすい**です。選考で絞られていないぶん、準備してこない人が一定数いるからです。

- ・ **前日に3つだけ準備する** — 過去のプログラム内容の確認／企業分析／質問の用意

<https://syukatsumemo.com/v-intern-eve/>

- ・ **座談会で人事に名前と顔を覚えてもらう** — 「優遇」が制度上ない企業でも、覚えられていれば本選考で効きます
- ・ **企業分析は事前に**（AIプロンプト付きの手順書）

<https://syukatsumemo.com/v-company-research-how/>

- ・ 夏に行けなかった人向けの、他の内定ルートはこちら

<https://syukatsumemo.com/v-route-without-summer/>

まとめ

- ・ 「選考なし＋優遇」は実在する。ただし**選考直結型（中小・ベンチャー）**と**オープンカンパニー型（大手）**は別物

- 大手の1dayが「優遇」と言わないのは制度（4類型）の話。**5日以上タイプ3は採用に使えるぶん、選考が多い**
 - 探すなら**ナビサイトの「選考なし（先着順）」絞り込み**が最短。まとめ記事の企業一覧は根拠が薄いことがある
 - 募集要項で見るのは**「先着・抽選」「選考直結・早期選考」「採用選考とは関係ありません」の3点**
 - 選考がないぶん、**準備してきた人だけが目立ちます**
-

この資料の情報源（2026年7月23日 取得）

- キャリタス就活「選考なし（先着順）」インターン一覧（掲載企業・件数を直接確認）

<https://job.career-tasu.jp/intern-search/lst-isSelect-10/>

- インターンシップの4類型（三省合意改正の解説）

https://saponet.mynavi.jp/column/detail/s_saiyo_s05_s20230127121433.html

- 大手メーカーの1dayワークショップ募集要項（採用選考と関係ない旨の記載を確認）

<https://www.ihl.co.jp/recruit/internship/workshop/>

※掲載内容・募集条件は変わります。応募前に必ず各企業の公式ページで最新の情報を確認してください。