

「職場のルール・マナー」実態調査

81%が、仕事を選ぶ際、服装や働き方など職場のルールの自由度を重視する。
職場のルールが「自由で働きやすい」と感じた経験がある方は半数以上。

－『エンバイト』ユーザーアンケート－

エン株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役会長兼社長：越智通勝）が運営する“派遣型のアルバイト”を集めた求人サイト『エンバイト』（<https://hb.en-japan.com/>）上で、サイトを利用するユーザーを対象に「職場のルール・マナー」に関するアンケートを実施。1,298名から回答を得ました。以下、結果をご報告いたします。

調査結果 概要

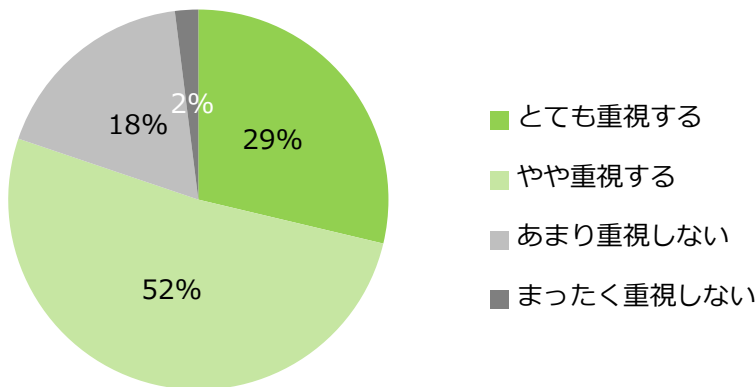
- ★ 81%が、仕事を選ぶ際、服装や働き方など職場のルールの自由度を重視すると回答。
- ★ これまで働いた職場でルールが「厳しい」と感じた経験がある方は38%。
一方、ルールが「自由で働きやすい」と感じた経験がある方は半数以上にのぼる。
- ★ 10代の6割が勤務時間中のスマホチェックを許容。
職場での服装や過ごし方で許容できる範囲は年代による差が顕著。

■ 調査結果 詳細

1：81%が、仕事を選ぶ際、服装や働き方など職場のルールの自由度を重視すると回答。（図1～2）

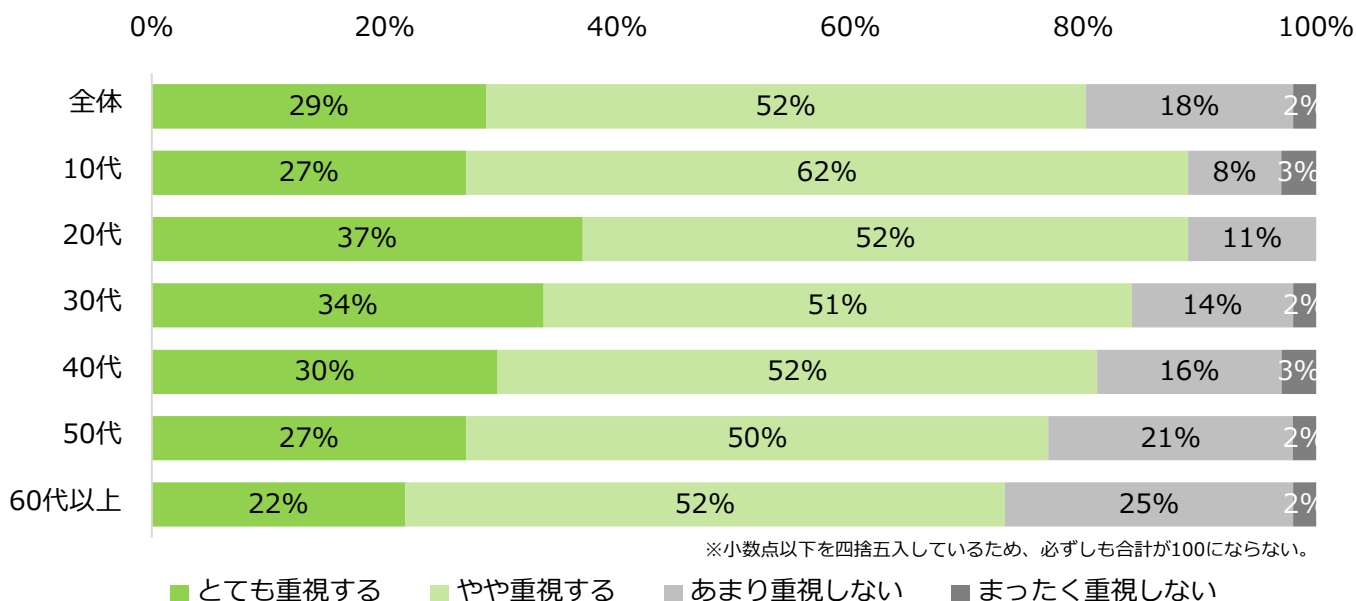
「仕事を選ぶ際、職場のルール（服装、髪型、働き方など）の自由度をどの程度重視しますか？」と伺うと、81%が「重視する」と回答しました（とても重視する：29%、やや重視する：52%）。年代別で見ると、10代・20代が最も多く（10代：89%、20代：89%）、60代以上（74%）と15ポイントの乖離があり、若い年代ほど柔軟に働ける職場環境を求める傾向にあることがうかがえます。

【図1】 仕事を選ぶ際、職場のルール（服装、髪型、働き方など）の自由度をどの程度重視しますか？



※小数点以下を四捨五入しているため、必ずしも合計が100にならない。

【図2】 仕事を選ぶ際、職場のルール（服装、髪型、働き方など）の自由度をどの程度重視しますか？（年代別）

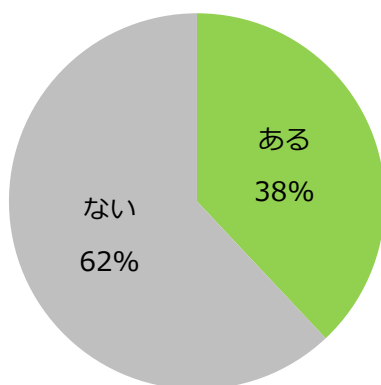


2：これまで働いた職場でルールが「厳しい」と感じた経験がある方は38%。

一方、ルールが「自由で働きやすい」と感じた経験がある方は半数以上にのぼる。（図3～4）

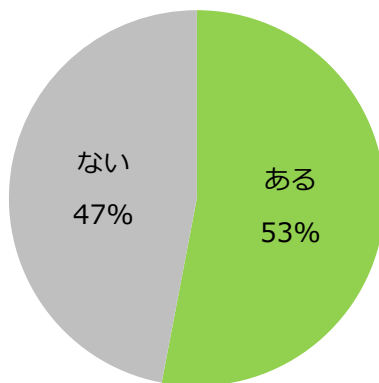
「これまで働いた職場で、ルールが“厳しい”と感じた経験はありますか？」と伺うと、38%が「ある」と回答しました。一方で、ルールが“自由で働きやすい”と感じた経験についても伺うと、半数以上（53%）が「ある」と回答しました。これまでの厳しいルールや自由なルール、ユニークだと感じたルールなどを紹介します。

【図3】 これまで働いた職場で、ルールが「厳しい」と感じた経験はありますか？



Q. これまで働いた職場でルールが「厳しい」と感じた経験を具体的に教えてください。

- ・ 休憩時間に会社の外に出ることが禁止されていた。（10代女性）
- ・ 飲み物はラベルを剥いだペットボトルでないといけず、水筒も使用不可。（10代女性）
- ・ 出勤退勤のQRコードをリーダーにかざすのを忘れただけで顔末書を書かされた。（20代女性）
- ・ 事務室の入退室時、全てのポケットに何も入れていないことを管理者に見せてからでないと入退室ができなかった。（30代男性）
- ・ お手洗いには決められた時間にしか行けなかった。（30代女性）
- ・ 勤務中にお手洗いにいった場合、その分休憩時間を削らないといけなかった。（40代女性）
- ・ 制服に着替えるにもかかわらず、デニムなどのカジュアルな服装での出勤が禁止。（40代女性）
- ・ お客様をさん付けで呼んだ場合罰金が科せられるルールだった。（40代男性）
- ・ 職場の人間と連絡先を交換したりプライベートの時間を過ごすことを規制されていた。（40代男性）
- ・ 子供に曜日の決まった習い事をさせることを禁止させられていた。（50代女性）
- ・ 通勤時のヒールの形状や高さも制限があった。（50代女性）
- ・ 休憩時間以外での水分補給が制限されていた。（60代女性）

【図4】 ルールが「自由に働きやすい」と感じた経験はありますか？

Q. これまで働いた職場でルールが「自由で働きやすい」と感じた経験を具体的に教えてください。

- ・シフトが柔軟で、シフトが出てから予定が変わっても変更ができた。（10代女性）
- ・急な休みが発生した際、LINEで当日連絡でも調整してもらえる環境だった。（20代男性）
- ・スニーカーやジーンズがOKで私服と仕事着を分ける必要がなくて楽だった。（20代女性）
- ・フルリモートで働いた際、カメラなどで監視されることもなく、自分のペースで仕事を進められた。（30代女性）
- ・直行直帰や在宅勤務など自身のスケジュールに応じて自由な働き方ができた。（40代男性）
- ・フレックスタイム制で働いた際、中抜けして子供の迎えや銀行に行くなどの用事を済ませることができた。（40代女性）
- ・子供がいるため、勤務時間中も幼稚園から連絡がないか携帯をチェックできたのはありがたかった。（40代女性）
- ・特別休暇が20種類ほどあり、休みを取得しやすかった。（50代女性）
- ・休憩時間を任意で決めることができた。（50代男性）
- ・夏休みと冬休みを決められた日数、決められた範囲内で自由に設定ができた。（50代女性）
- ・リモートワークが可能で、家でもカフェでも仕事をしてOKだった。（60代男性）
- ・夏場はTシャツや短パンでの勤務が認められており、快適だった。（60代男性）

Q. これまで経験した職場のルールで、最も驚いたものやユニークなものがあれば教えてください。

- ・従業員同士をニックネームで呼び合う職場があった。（20代男性）
- ・毎日15時におやつが配られた。（20代女性）
- ・毎週金曜はTシャツにジーンズなどラフな服装で出勤するルールがあった。（20代女性）
- ・出勤時、ラジオ体操から業務が始まる職場があった。（20代女性）
- ・テーマパークで働いていた際、髪色は世界的な地毛の範囲内であれば何色でもよかった。（20代女性）
- ・誕生月に社長と食事会があり、誕生月手当がもらえた。（30代男性）
- ・退勤時の挨拶は「お疲れ様でした」ではなく、1日一緒に働いてくれてありがとうという気持ちを込めて「ありがとうございました」と言うルールがあった。（30代女性）
- ・2時間ごとに10分間の休憩時間が設けられていた。（40代女性）
- ・毎年費用は会社負担でハワイ旅行に連れて行ってもらえた。（50代男性）
- ・自分のデスクが決まっていなく、毎日場所が変わり、社長の席に座ってもOKだった。（50代女性）
- ・ハロウィンの時期は仮装して出勤してもいいルールでとても面白かった。（50代女性）
- ・誕生日に有給をもらえる制度の職場があった。（60代男性）

3：10代の6割が勤務時間中のスマホチェックを許容。

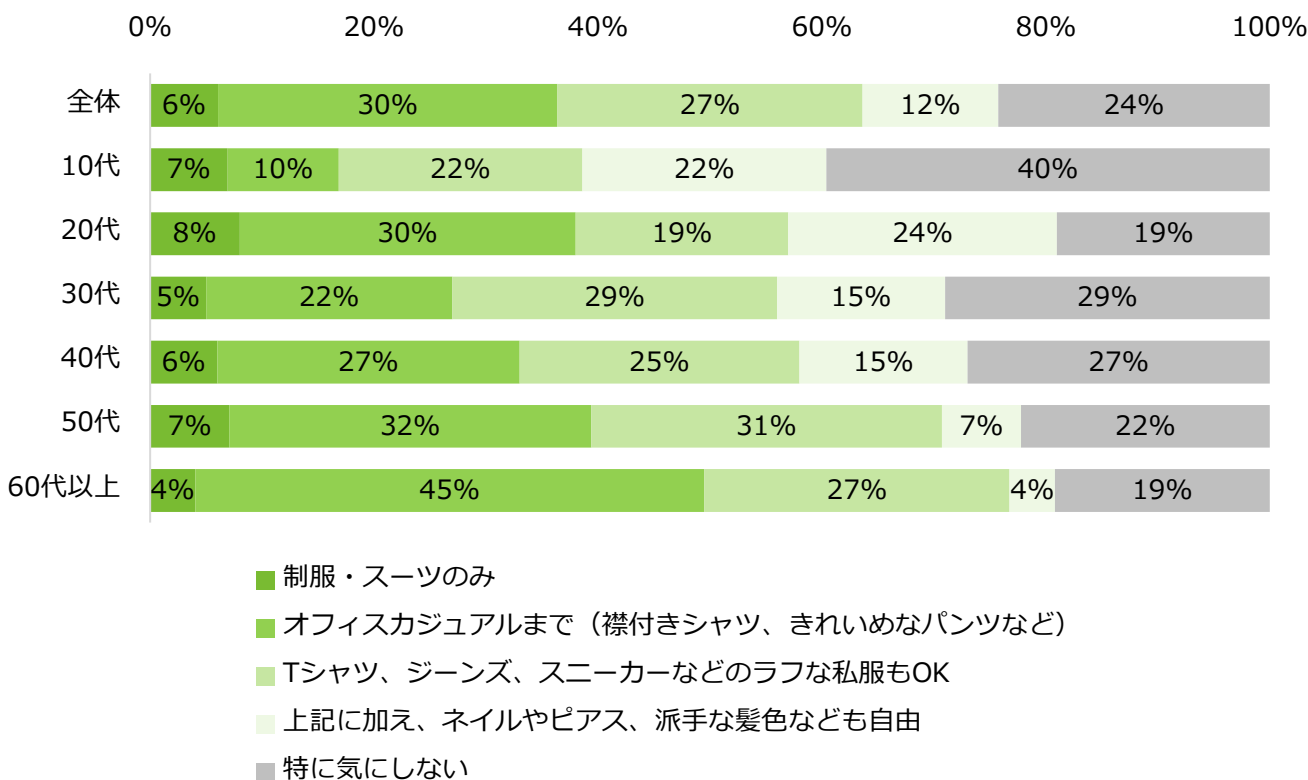
職場での服装や過ごし方で許容できる範囲は年代による差が顕著。（図5～7）

職場の“服装・身だしなみ”について許容できる範囲を質問すると、ボリュームゾーンは「オフィスカジュアルまで（襟付きシャツ、きれいめなパンツなど）」（30%）でした。年代別で見ると、10代は「特に気にしない」（40%）が、30代は「Tシャツ、ジーンズ、スニーカーなどのラフな私服もOK」（29%）がそれぞれ最多でした。

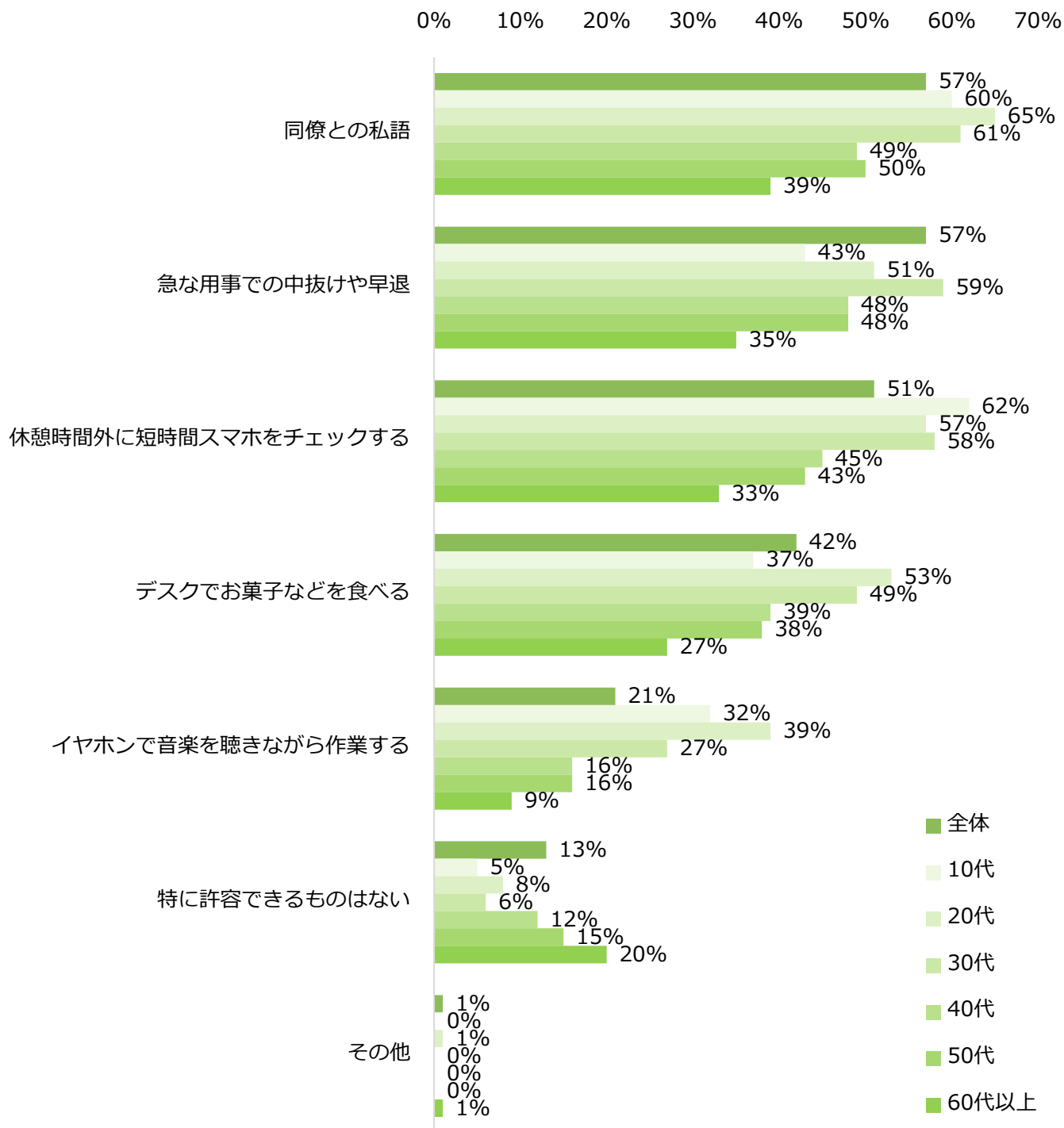
次に、勤務中の“働き方・過ごし方”について許容できるものを伺いました。最多は「同僚との私語」「急な用事での中抜けや早退」（同率57%）でした。年代別では、10代のみ「休憩時間外に短時間スマホをチェックする」（62%）が最多で、60代以上と29ポイントの乖離がありました（60代以上：33%）。

続けて、職場の“コミュニケーション”について望ましい手法を伺うと、トップは「業務連絡はテキスト、相談事は口頭など、内容に応じて使い分ける」（44%）でした。年代別で見ると10代が最も「主にチャットやメールなど、テキストでのやり取り」（30%）を好む傾向にあり、10代のみ「主に対面や電話など、口頭でのやり取り」を望む割合が1割を切りました。職場に求めるものや働く価値観に世代間の差が見られました。

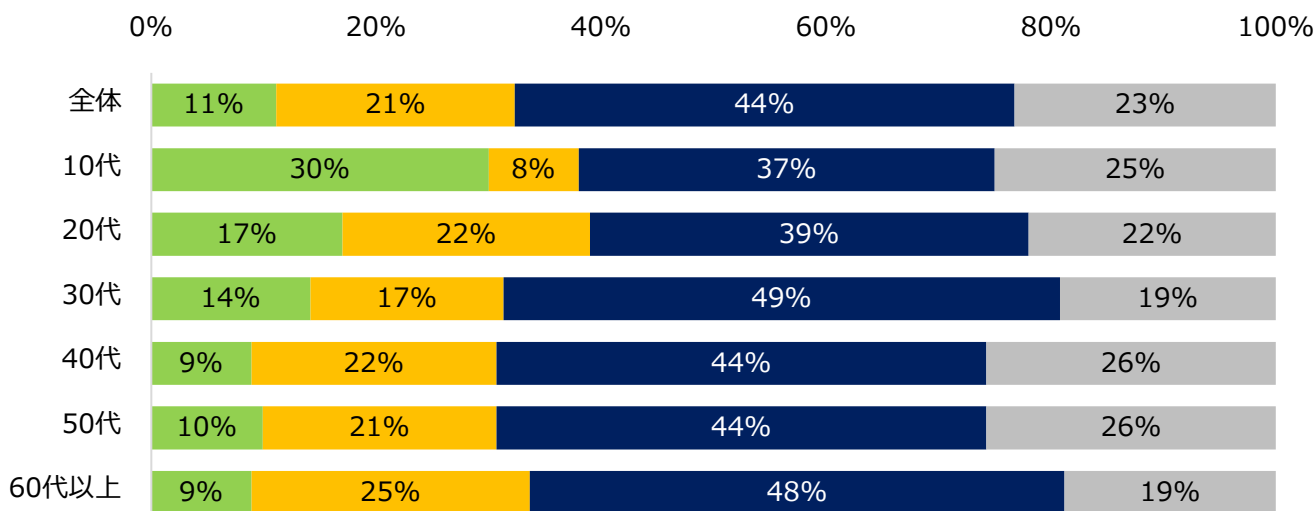
【図5】 職場の「服装・身だしなみ」について、あなたが許容できる範囲はどこまでですか？（年代別）



【図6】勤務中の「働き方・過ごし方」について、業務に支障がない範囲であれば許容できると思うものはどれですか？（複数回答可／年代別）



【図7】 職場の「コミュニケーション」について、あなたが望ましいと感じるものはどれですか？（年代別）



※小数点以下を四捨五入しているため、必ずしも合計が100にならない。

- 主にチャットやメールなど、テキストでのやり取り
- 主に対面や電話など、口頭でのやり取り
- 業務連絡はテキスト、相談事は口頭など、内容に応じて使い分ける
- 特にこだわりはない

【調査概要】

- 調査方法：インターネットによるアンケート
- 調査対象：『エンバイト』（<https://hb.en-japan.com/>）を利用するユーザー
- 調査期間：2025年9月25日～10月22日
- 有効回答数：1,298名

オフィスワークなど「派遣バイト」中心のアルバイト情報サイト『エンバイト』



<https://hb.en-japan.com/>

オフィスワークを中心とした「派遣型のアルバイト」情報をご紹介します。高時給、単発&日払い、時短シフトなどさまざまな働き方に合う、派遣会社ならではのアルバイト情報を多数掲載。従来型の求人検索に加え、AIによるレコメンド、編集スタッフが探し出したおすすめ求人情報、企業側からの「面談確約」や「応募歓迎」通知機能など、自分に合った求人を見つけるためのサポートを充実させています。

本ニュースリリースに関する
お問い合わせ先

エン株式会社 広報担当

<https://corp.en-japan.com/>

〒163-1335 新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー

TEL : 03-3342-6590 MAIL : en-press@en-japan.com