

転職会議調べ:「ワークライフバランス・やりがい」の満足度が男女ともに高い企業に見られる特長は、セルフマネジメントや能動性が活かせる環境

～国内企業1,429社・13万件超の従業員口コミをもとに転職会議が独自調査を実施～

株式会社リブセンス(代表取締役社長:村上太一、本社:東京都港区、証券コード:6054)が運営する転職口コミサイト『転職会議』(URL:<https://jobtalk.jp/>)は、国内1,429社・132,669件の従業員の口コミをもとに「ワークライフバランス」「やりがい」の男女別満足度を分析しました。

その結果、「ワークライフバランス」と「やりがい」の満足度が男女ともに高い企業には、従業員のセルフマネジメントや能動性が活かせる環境があり、適合性がある従業員にとってはその環境で働くことが大きな魅力となっているという結果が得られました。

多くの企業の中から自分に合った1社を選ぶためには、その企業の評点で判断するのではなく、定性的な口コミ内容にも目を向け、自分自身の状況(家族構成・居住環境・職種など)や価値観と企業との適合性を判断することも重要であると考えます。

転職会議 独自調査レポート

ワークライフバランスとやりがいの 男女別満足度調査

満足度が高い企業に見られる特長は
「セルフマネジメントや能動性が活かせる環境」

【調査結果サマリー】

1. 従業員の状況や価値観と企業との「適合性」が、「ワークライフバランス・やりがい」の満足度を左右しているという実態
2. 「ワークライフバランス・やりがい」の両評点が高い企業群には、「セルフマネジメントと能動性が活かせる環境」という口コミ

【調査概要】

調査期間: 2022年1月1日~2026年3月15日に投稿された口コミを対象に集計

調査機関: 自社調査(株式会社リブセンス)

調査対象: 転職会議に投稿された口コミのうち、「ワークライフバランス」「やりがい」の両項目について男女各5件以上の口コミを保有する企業

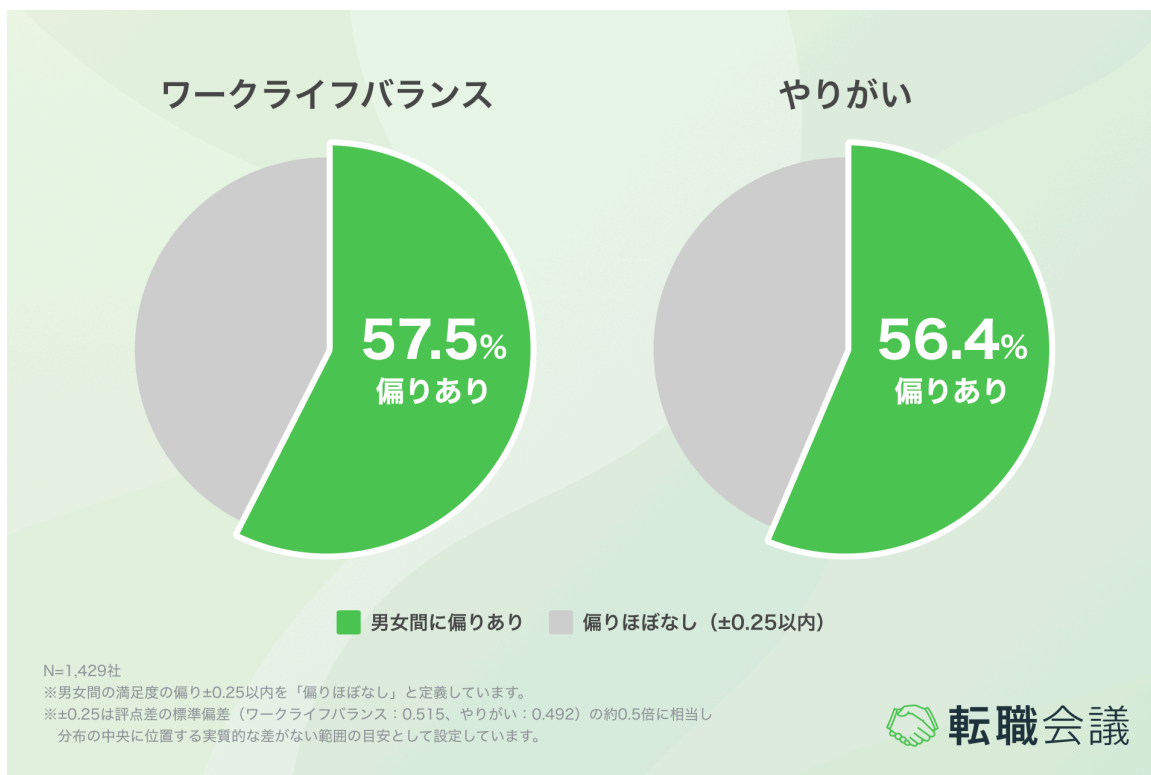
有効回答数: 口コミ件数 132,669件・対象企業数 1,429社

調査方法: 自社保有の口コミデータを集計・分析。男女別の平均評点を算出し、評点差(ギャップ)の分布を7段階に分類。雇用形態による影響を排除するため、正社員・契約社員の投稿に限定して集計

【調査結果】

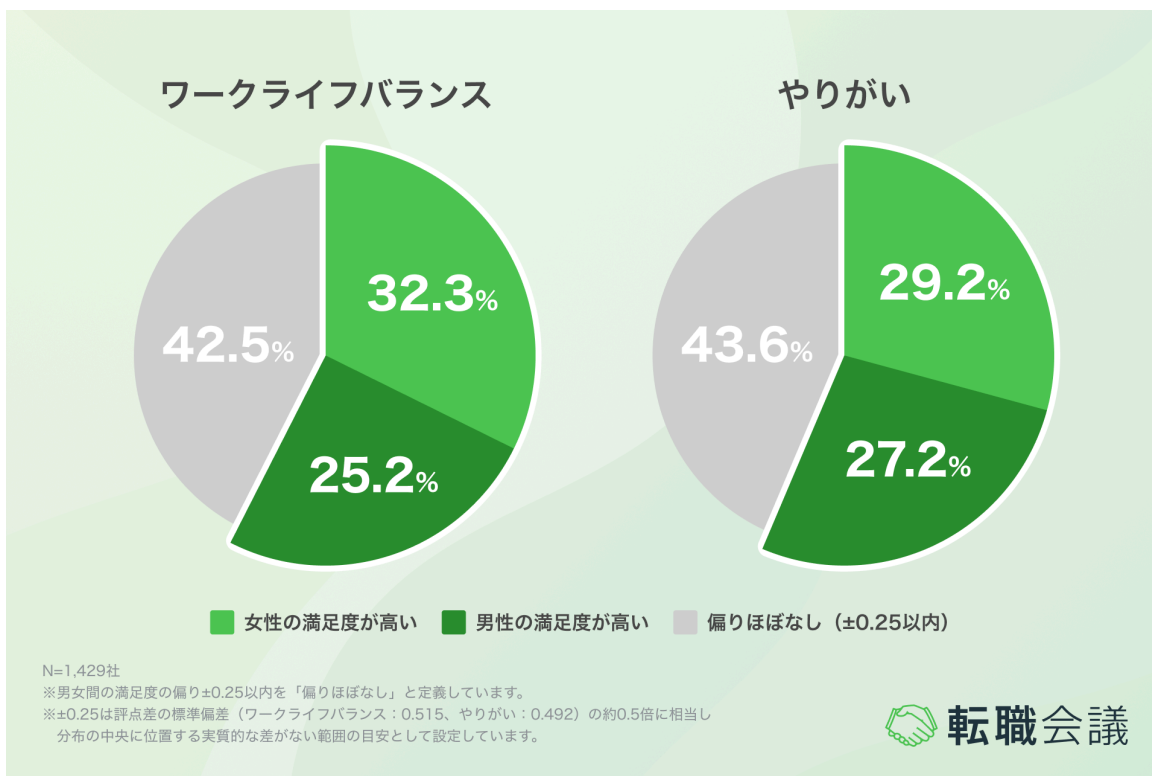
1. 従業員の状況や価値観と企業との「適合性」が「ワークライフバランス・やりがい」満足度を左右しているという実態

「ワークライフバランス」「やりがい」の男女別満足度を分析したところ、6割近くの企業で男女いずれかの評価に ± 0.25 を超える偏りが見られました。

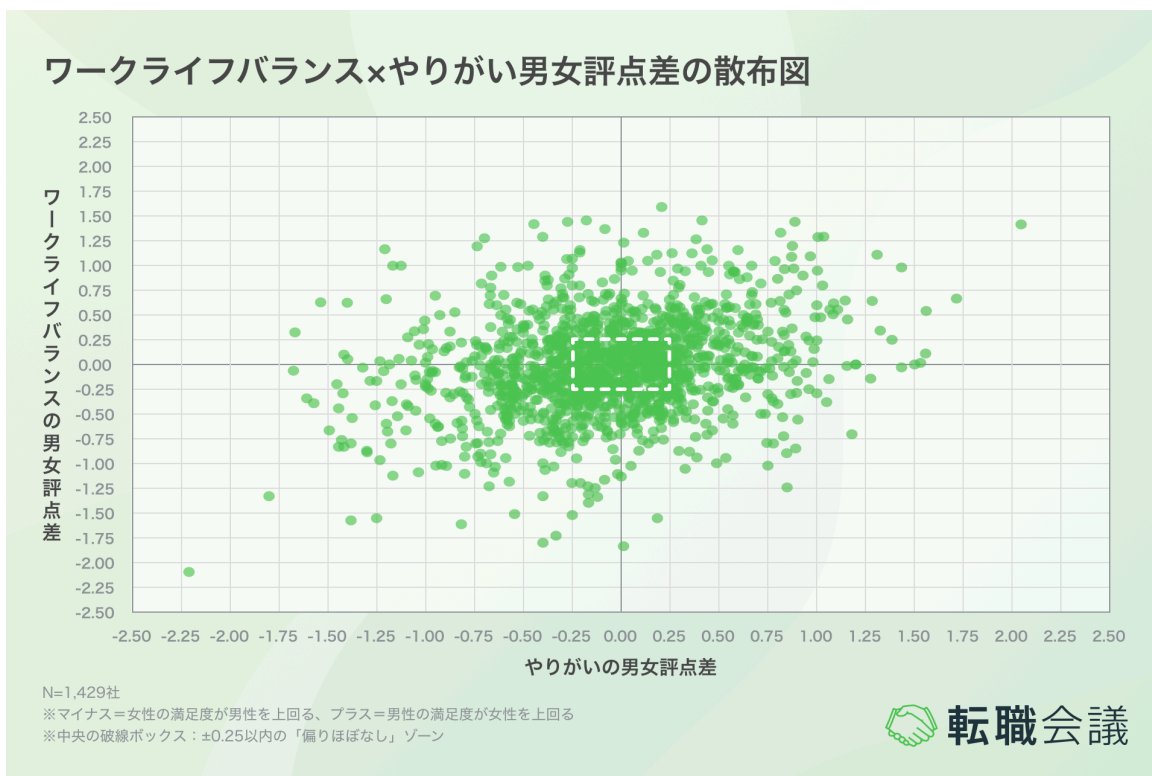


※ ± 0.25 は評点差の標準偏差(ワークライフバランス: 0.515、やりがい: 0.492)の約0.5倍に相当し、分布の中央に位置する実質的な差がない範囲の目安として設定しています。

それぞれを男女で分けてみると「ワークライフバランス」は、女性の満足度が高い企業(32.3%)が男性の満足度が高い企業(25.2%)を上回りました。「やりがい」は、女性の満足度が高い企業(29.2%)が男性の満足度が高い企業(27.2%)を上回り、総じてどちらの観点においても女性の満足度が上回る結果が得られました。



さらに、ワークライフバランスとやりがいの男女評点差を2軸にとった散布図(n=1,429社)から、以下の構造が浮かび上がりました。



この散布図の中央のボックス(約20%)は、ワークライフバランスとやりがいのそれぞれの男女評点に偏りが無い層になりますが、その外側に散布されている層(約80%)には、何かしらの偏りがあることを示しています。しかし、企業ごとに確認すると、ワークライフバランスとやりがいの偏りの組み合わせはさまざまに一律の傾向は

本件に関するお問い合わせ先

株式会社リブセンス 広報担当 小山(おやま) 080-4857-0491、live-pr@livesense.co.jp

見られませんでした。そこで転職会議では、これらのデータに「ロコミ」の定性情報を加味して、次のように結論づけました。

■ワークライフバランスを左右するのは、制度の整備ではなく、職場の文化や雰囲気

ワークライフバランスの実現には、制度の整備だけでなく、それを活用しやすい職場の文化や雰囲気が伴うことが重要とされています。転職会議に寄せられるロコミからは、チームでフォローし合う文化が根付いている企業では有休が取りやすい一方、制度があっても「使いにくい雰囲気」や業務の性質によって活用が難しいケースも見られます。制度と文化の両輪が整って初めてワークライフバランスが実現する様子がうかがえます。(※実際のロコミは別紙1-1参照)

■やりがいの源泉は個人の価値観に依存。業務・役割との組み合わせが鍵

やりがいの感じ方は、職種・業務内容・個人の志向性など、性別よりも個人の状況や価値観に依存する要素が大きいとされています。転職会議に寄せられるロコミには、人生の節目に立ち会う喜び、製品が世に出る瞬間の達成感、ビジネス視点の成長など、やりがいの形が一人ひとり異なる声が並んでおり、業務や役割との組み合わせが満足度を左右していることがうかがえます。(※実際のロコミは別紙1-2参照)

2.「ワークライフバランス・やりがい」の両評点が高い企業群には、「セルフマネジメントと能動性が活きる環境」というロコミ

転職会議では、サンプルとして男女ともに「ワークライフバランス・やりがい」の評点が高く、男女間の偏りが小さい企業17社を抽出しました。業界としては、マスコミ・広告(4社)、不動産系(4社)、WEB・インターネット(3社)の企業が多く見られます。

男女評点差が小さく、両評点が高い企業17社一覧(サンプル)

男女評点差が小さく、両評点が高い企業17社一覧

企業名	業界	ワークライフバランス 男女点差(絶対値)	やりがい 男女点差(絶対値)	合計差分
リビン・テクノロジーズ株式会社	マスコミ・広告	0.083	0.065	0.148
株式会社ティーケービー	不動産	0.066	0.114	0.180
株式会社レーサム	その他(不動産/建設/設備系)	0.050	0.131	0.181
株式会社リクルートホールディングス	WEB・インターネット	0.152	0.038	0.190
野村證券株式会社	投資信託・投資顧問・商品取引	0.032	0.160	0.192
株式会社電通グループ	マスコミ・広告	0.043	0.202	0.245
Ridgelinez株式会社	ソフトウェア/ハードウェア開発	0.253	0.004	0.257
株式会社グッドライフ	不動産	0.256	0.007	0.263
株式会社ランドネット	不動産	0.130	0.167	0.296
サンクスラボ株式会社	医療・福祉・介護	0.038	0.304	0.341
楽天グループ株式会社	WEB・インターネット	0.058	0.289	0.347
株式会社リクルート	マスコミ・広告	0.262	0.087	0.349
株式会社シェア	WEB・インターネット	0.324	0.045	0.369
ソニーグループ株式会社	総合電機	0.280	0.125	0.405
エフィラグループ株式会社	医療・福祉・介護	0.356	0.087	0.443
株式会社リソースクリエイション	マスコミ・広告	0.242	0.250	0.492
株式会社オリエンタルランド	レジャー・アミューズメント・フィットネス	0.267	0.229	0.496

※男女ともに総合評価・ワークライフバランス・やりがい各3.5以上かつ、両評点差の合計が小さい順に抽出
※株式会社リクルートライフスタイルは組織改編により除外



一方で、評点の高さはすべての従業員にとっての適合性や満足度を保証するものではなく、従業員の状況や価値観によって異なることが考えられます。(※実際のロコミは別紙2-1参照)

本件に関するお問い合わせ先

株式会社リブセンス 広報担当 小山(おやま) 080-4857-0491、live-pr@livesense.co.jp

特に評点の高い企業ほど、「ワークライフバランス」への柔軟な制度が整っているからこそ、自律的に働くことやセルフマネジメントが求められる環境である場合があり、それが合う人にとっては「やりがい」となって大きな魅力となることがうかがえます。

【転職会議の調査担当者コメント】

今年、男女雇用機会均等法の施行から40周年を迎え、男女の賃金格差は過去最小の76.6 *1 まで縮まっています。また、2026年4月1日からは従業員101人以上の事業主に対し、男女間賃金差異や女性管理職比率等の公表が義務化される *2 など、賃金格差の縮小や制度整備が進む一方、実際に働く人々が感じるやりがいや働きやすさの実態は可視化されにくい現状があります。

今回の調査結果は、従業員一人ひとりのワークライフバランスとやりがいの満足度が、性別という属性に加えて、個々の状況や価値観によって左右されることを示しています。男女間の格差是正は重要な取り組みですが、転職会議でも表現している評点からは見えない、つまり一人ひとりの状況に応じた企業との適合性を見極める視点を持つことが重要です。

適合性を見極めるための手がかりとして、口コミの評点は企業を知るための有効な入口ですが、定性的な口コミの内容にも目を向け、自分自身の状況や価値観と照らし合わせることで、「いまの自分が求める企業かどうか」を判断する材料が見えてくると考えます。

転職会議は今後も、求職者と企業双方にとって納得感のある出会いを生み出すための情報と視点を届けてまいります。

*1 [厚生労働省 | 令和7\(2025\)年賃金構造基本統計調査の概況](#)

*2 [厚生労働省 | 女性の職業生活における活躍の推進に関する法律の施行について](#)

■転職会議について(URL: <https://jobtalk.jp/>)



転職会議は、転職活動における情報の非対称性や労働環境の不透明性と、それによって生じる転職のミスマッチを解消することを目的として、2010年にサービスをリリースしました。2026年現在、累計会員数(退会者を除く)は1000万人を超え、全国24万社・約560万件の転職口コミ情報を掲載しています。また、企業向けには、自社の口コミを閲覧し、口コミに返信ができるサービス「転職会議MIRROR」を提供しています。

●転職会議MIRRORについて(URL: <https://info-mirror.jobtalk.jp/>)



「転職会議MIRROR(ミラー)」は、企業が自社の口コミを分析し、組織改善や採用ブランディングに活かすための管理ツールです。

■株式会社リブセンスについて(URL: <https://www.livesense.co.jp/>)



株式会社リブセンスは、「あたりまえを、発明しよう。」をコーポレートビジョンに掲げ、『マッハバイト』『転職会議』『転職ドラフト』『batonn(バトン)』『IESHIL(イエシル)』などのサービスを展開しています。新しい“あたりまえ”の発明を通じて、より多くのお客様に、そして広く社会に必要とされる企業を目指しています。

・所在地 東京都港区海岸1-7-1 東京ポートシティ竹芝10

- ・設立 2006年2月8日
- ・資本金 237百万円
- ・代表者 代表取締役社長 村上太一
- ・事業内容 インターネットメディア運営事業

本件に関するお問い合わせ先

株式会社リブセンス 広報担当 小山(おやま) 080-4857-0491、live-pr@livesense.co.jp

別紙: 転職会議に寄せられた実際の口コミ

口コミ 1-1

■ワークライフバランスを左右するのは、制度の整備ではなく、職場の文化や雰囲気

「チーム内で日常的に業務の進捗や状況を共有し、互いにフォローし合いながら調整する文化がしっかりと根付いている。誰かが休む際にも無理なく業務を引き継ぐことができ、有休についても周囲に気兼ねすることなく安心して取得できる」(2024年頃・女性・株式会社Intense)

「テレワークやフレックス制度は素晴らしく、しっかりと自分の業務をコントロールできるのであれば快適に仕事ができる。手を動かさなければならぬ研究業務ではテレワークはほぼできない。残業も部署によって偏りがある」(2025年頃・男性・江崎グリコ株式会社)

「リモートワークが推奨はされているものの、使いにくい雰囲気がある。対面でのやりとりが重視される場面が多々あるため、仕事が落ち着いているときでないリモートワークしにくい。フレックスも家庭の事情がある場合を前提としており、個人の好みで活用している例は少ない。」(2026年頃・女性・国土交通省)

口コミ 1-2

■やりがいの源泉は個人の価値観に依存。業務・役割との組み合わせが鍵

「新生活の始まりという人生の大きな節目に関われることが、この仕事の最大の魅力。オーナー様とお客様の両面から『ありがとう』をもらえる、稀な仕事であると感じている。お客様の不安を解消し、理想のお部屋を見つけられたときの達成感は、他の仕事では味わえないほどのもの」(2025年頃・女性・株式会社エイブル)

「自分が開発した製品が世に出る瞬間は、非常に大きなやりがいを感じる。アイデアを形にし、試行錯誤を重ねて完成させた製品が市場に登場することで、多くの人々の生活に影響を与えることを実感できる。顧客の反応を通じて、努力が評価されることは、次のプロジェクトへの励みとなり、仕事の魅力を一層引き立てる」(2024年頃・男性・ローム株式会社)

「社員になると店舗運営に深く関わることになり、ビジネス的な視点を育てることができるのがやりがい。一方、数字の部分はシビアにならざるを得ない」(2024年頃・男性・スターバックスコーヒージャパン株式会社)

口コミ 2-1

2.「ワークライフバランス・やりがい」の両評点が高い企業群には、「セルフマネジメントと能動性が活きる環境」という口コミ

「制度はかなり恵まれている。フレックスや在宅は当たり前に使え、有給も理由を詮索されることはほぼない。誰かに管理されるより自分でコントロールする働き方なので、楽に感じる人と、しんどく感じる人がはっきり分かれる会社だと思う」(2026年頃・女性・株式会社リクルート)

「部署によっては自分の強みを活かして楽しく働いている人もおり、環境さえ合えばやりがいを感じられる職場だと思う。『やり切る文化』が根付いており、合う・合わないが分かれやすい」(2022年頃・男性・楽天グループ株式会社)

「基本的にはコンサルティング業務の性質上、プロジェクトの締め切り前にはどうしても忙しくなり、長時間働くこともある。それでも、会社全体としてはワークライフバランスを大切にする姿勢があり、休暇も取りやすい雰囲気。ただ、時には仕事のピークタイムが続くこともあり、そのバランスが崩れがちになってしまうことも。」(2024年頃・男性・Ridgelinez株式会社)

「事務職であっても、単なるルーティン業務ではなく、業務改善や仕組みづくりに関わる機会がある。自分の提案が業務フローに反映されたときはやりがいを感じる。一方で、受け身で仕事をしたい人にはスピード感や雰囲気にミスマッチを感じる場合があると思う」(2025年頃・男性・株式会社グッドライフ)