テレワークと採用・働き方に関する定期調査

2026年10月調査結果

「テレワーク制度がない会社は応募候補から外す」33.1%

― 転職や求人を考えるときのテレワークに関する条件 ―

調査対象：テレワーク／リモートワークを経験したことがある全国の20〜65歳の就労者

調査期間：2026年10月6日〜9日／n=1,003

2026年10月

テレワーク・リモートワーク総合研究所

株式会社LASSIC

© LASSIC Co., Ltd.

調査結果の要点

サマリー

テレワーク／リモートワークを経験したことがある全国の20〜65歳の就労者1,003人の回答

- 2026年12月末までの転職について、「転職は考えていない」以外の回答は51.6%で、20代66.9%、60代34.9%と年代が上がるにつれて低くなる。
- 転職や求人を考えるときのテレワークに関する条件は、「今は転職を考えていない」を除く731人のうち、34.3%が「複数社で迷ったらテレワークの自由度で決める」、33.1%が「テレワーク制度がない会社は応募候補から外す」を挙げた。
- 週1日以上のテレワークを希望する人は79.3%、勤め先で週1日以上のテレワークが認められている人は68.4%であった。現在フル出社で働く人では、それぞれ58.3%、33.3%である。
- 転職先の人事評価や給与・昇格について応募する前に知りたいことを尋ねた設問では、「今は転職を考えていない」を除く710人のうち38.3%が「評価の結果と給与の関係」を挙げ、最も多かった。

© LASSIC Co., Ltd.

調査結果の要点（続き）

調査概要

項目	内容
調査名	テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」
実施時期	2026年10月6日〜10月9日
調査方法	インターネット調査
調査対象	全国の20〜65歳で、テレワーク／リモートワークを経験したことがあるワーキングパーソン男女
有効回答数	n=1,003
回答者の集め方	性別×年齢（5歳刻み9区分）の18区分ごとに回収数の上限を設けて回収した（上限の合計1,000人）。集計に属性による補正（ウェイトバック）は行っていない。
回答者の内訳	男女別は男性512人・女性491人。年代は20代181人・30代194人・40代250人・50代269人・60代109人。出社形態はフルリモート148人・ハイブリッド459人・フル出社396人。
前回調査	2026年9月調査（n=1,007）。調査対象・調査方法・定点設問の設問文と選択肢は本調査と同じ。男女・年代・出社形態の構成比の差は、最大でフルリモートの2.0ポイント（本調査14.8%、前回16.8%）。

※前月比は2026年9月調査との差で、図表タイトルに【定点調査】と記した設問に付けた。1か月の差であり、継続的な傾向を示すものではない。構成比は小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計が100%とならない場合がある。

※出社形態（フルリモート／ハイブリッド／フル出社）は、回答者が選んだ現在の出社形態をもとにした区分で、ハイブリッドは週1日出社から週4日出社まで。出社形態ごとの回答者数が異なるため、各出社形態の回答者を100%とした割合で比べている。

※転職や求人を考えるときの条件と、応募する前に知りたいことの2設問は、「今は転職を考えていない」（ほかの選択肢と同時に選べない）を選んだ人を除いて割合を算出した。仮定で尋ねた設問であり、回答者が実際に転職を予定しているかどうかを示すものではない。

© LASSIC Co., Ltd.

調査結果の要点（続き）

本レポートで使用した設問

1. 来月のテレワークについて、あなたの希望と実際の状況を教えてください。（項目ごとにひとつだけ）
2. あなたが希望する働き方について、次の理由がどれくらい当てはまるか教えてください。（項目ごとにひとつだけ）
3. 転職や求人を考えるとき、テレワークに関する条件をどう考えますか。あてはまるものをすべて教えてください。（いくつでも）
4. 2026年12月末までの転職について、いまのあなたの状況にいちばん近いものを教えてください。（ひとつだけ）
5. 転職するとしたら、転職先の人事評価や給与・昇格について、応募する前に知りたいことをすべて教えてください。（いくつでも）

© LASSIC Co., Ltd.

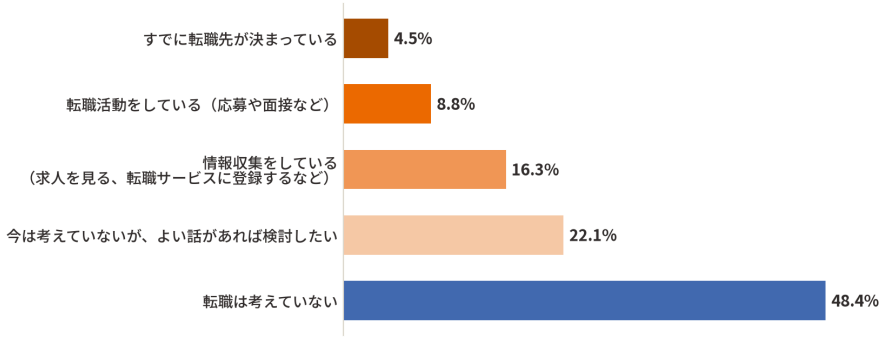
2026年12月末までの転職について、「転職は考えていない」以外の回答は51.6%、年代が上がるにつれて低くなる

テレワーク経験のある全国の20〜65歳の就労者1,003人に、2026年12月末までの転職について、いまの状況にいちばん近いものを単一回答で尋ねた（2026年10月6日〜9日時点の回答）。

その結果（図表1）、「転職は考えていない」は48.4%で、それ以外の回答は51.6%であった。最も多いのは「今は考えていないが、よい話があれば検討したい」22.1%、次いで「情報収集をしている（求人を見る、転職サービスに登録するなど）」16.3%である。

図表1　2026年12月末までの転職について、いまの状況

n=1,003・単一回答



全5項目。選択肢の順に表示。青は「転職は考えていない」、オレンジ系はそれ以外の回答。

（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

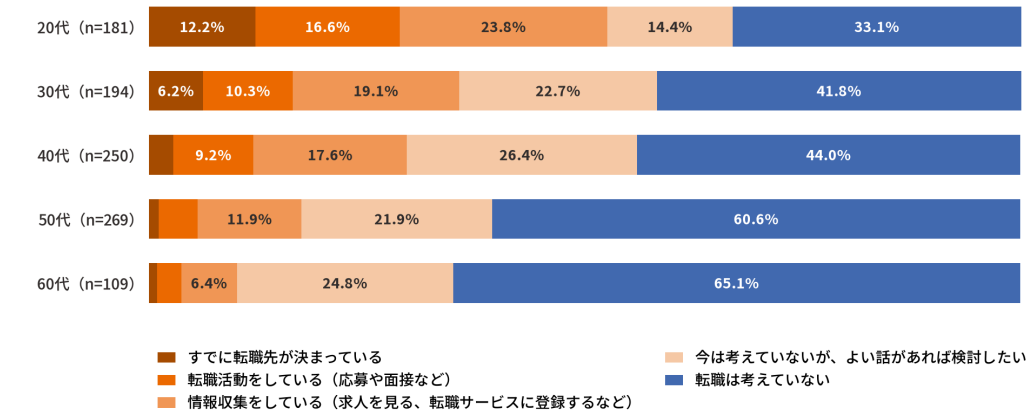
テレリモ総研 by LASSIC

2026年12月末までの転職について、「転職は考えていない」以外の回答は51.6%、年代が上がるにつれて低くなる（続き）

年代別にみると（図表2）、「転職は考えていない」以外の回答は20代66.9%、60代34.9%で、年代が上がるにつれて低くなる。「情報収集をしている（求人を見る、転職サービスに登録するなど）」も20代23.8%、60代6.4%で、年代が上がるにつれて低くなる。

図表2　2026年12月末までの転職について、いまの状況＜年代別＞

単一回答・全5項目（左から選択肢の順）



5%未満の区画は値の表示を省略した。全体の値は図表1。

（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

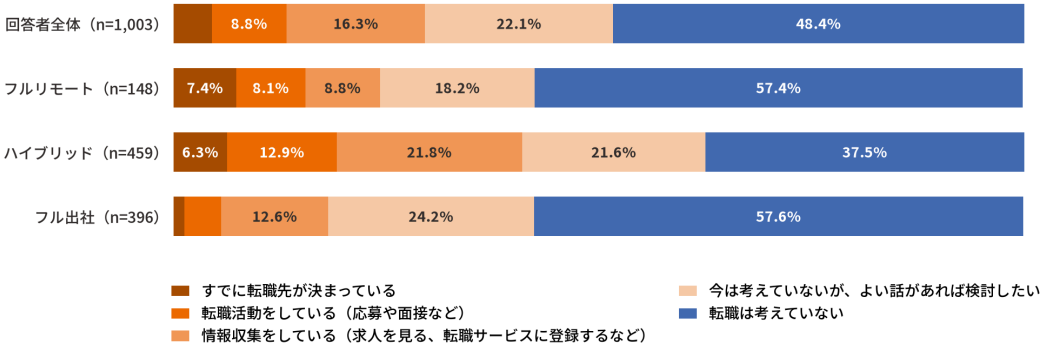
テレリモ総研 by LASSIC

2026年12月末までの転職について、「転職は考えていない」以外の回答は51.6%、年代が上がるにつれて低くなる（続き）

出社形態別にみると（図表3）、「情報収集をしている（求人を見る、転職サービスに登録するなど）」と答えた人の割合は、フルリモートで8.8%、ハイブリッドで21.8%、フル出社で12.6%であった。

図表3　2026年12月末までの転職について、いまの状況＜出社形態別＞

単一回答・全5項目（左から選択肢の順）／各出社形態の回答者を100%とした割合



5%未満の区画は値の表示を省略した。
出社形態は回答者が選んだ現在の出社形態をもとにした区分（ハイブリッドは週1日出社～週4日出社）。
（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

テレリモ総研 by LASSIC

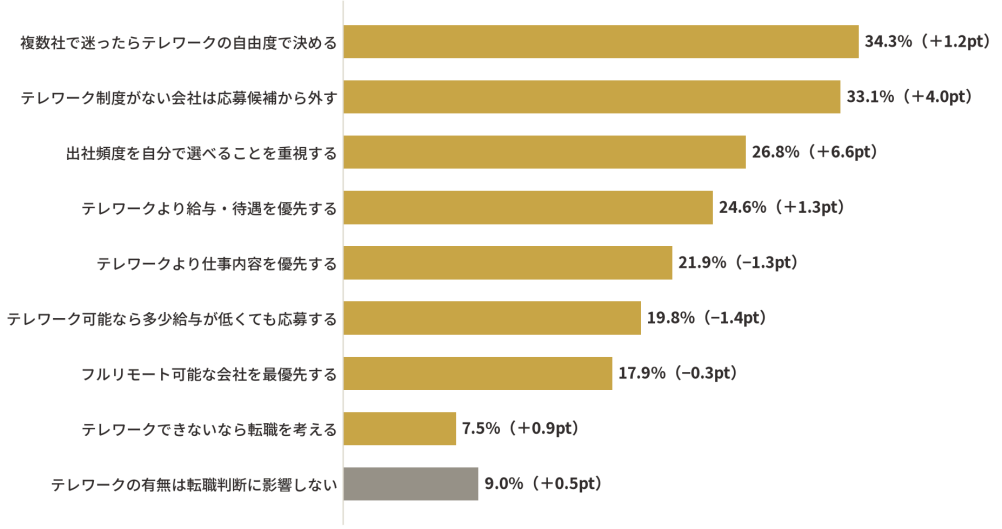
転職や求人を考えるときのテレワークに関する条件で最も多いのは「複数社で迷ったらテレワークの自由度で決める」34.3%

転職や求人を考えるとき、テレワークに関する条件をどう考えるかを、複数回答で尋ねた。複数回答のため、選択率の合計は100%を超える。「今は転職を考えていない」（27.1%・272人）を除いた731人で割合を算出した。前月比は、2026年9月調査でも「今は転職を考えていない」を選んだ人を除いて各選択肢の割合を算出し、その差とした。

最も多かった回答は「複数社で迷ったらテレワークの自由度で決める」で34.3%、次いで「テレワーク制度がない会社は応募候補から外す」33.1%、「出社頻度を自分で選べることを重視する」26.8%であった（図表4）。前月比が最も大きかったのは「出社頻度を自分で選べることを重視する」の＋6.6ポイント、次いで「テレワーク制度がない会社は応募候補から外す」の＋4.0ポイントである。

図表4　【定点調査】転職や求人を考えるときの、テレワークに関する条件の考え方（「今は転職を考えていない」を除く731人）

n=731・複数回答／（　）内は前月比（2026年9月調査との差。9月も「今は転職を考えていない」を除いた人で算出）



「今は転職を考えていない」（全体の27.1%・272人）を除いた731人で割合を算出した。この選択肢はほかの選択肢と同時に選べない。
複数回答のため、選択率の合計は100%を超える。灰色の「テレワークの有無は転職判断に影響しない」は、転職判断にテレワーク条件を用いない回答。
（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

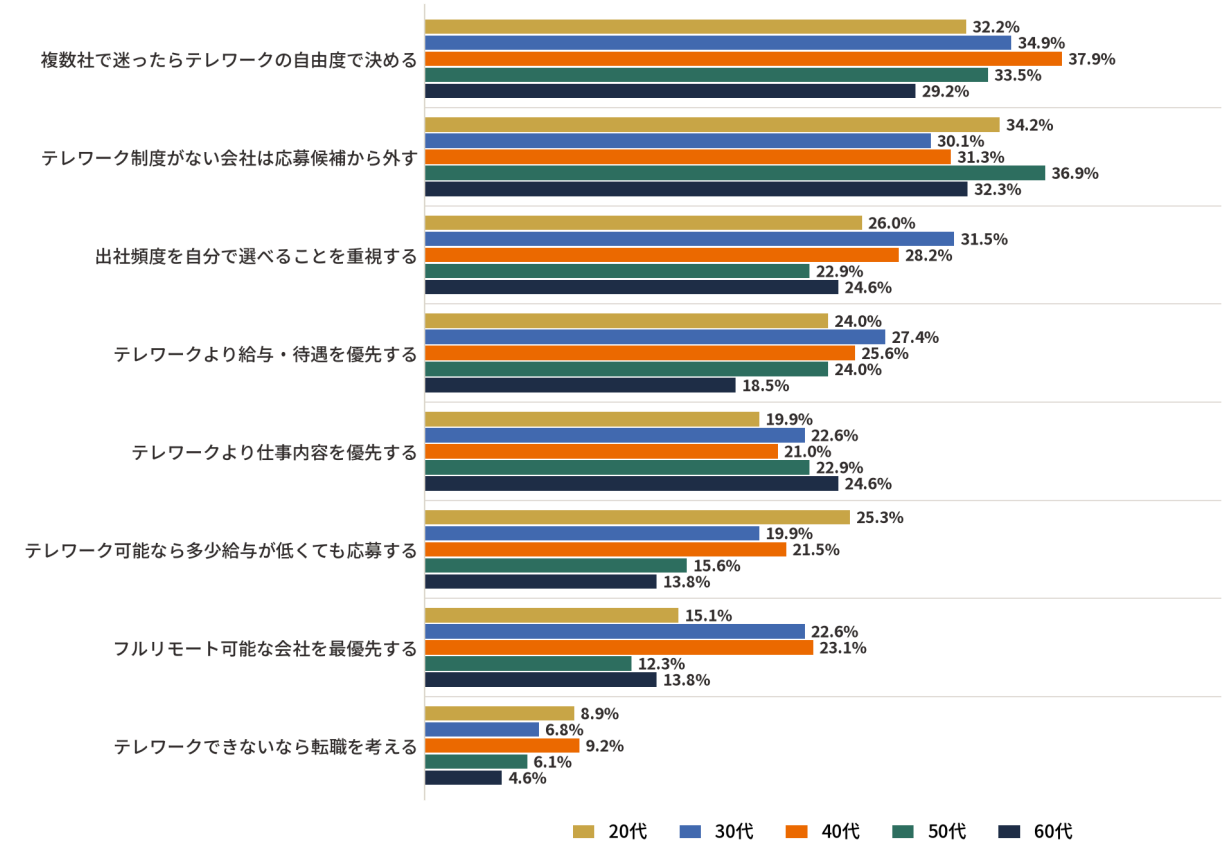
テレリモ総研 by LASSIC

転職や求人を考えるときのテレワークに関する条件で最も多いのは「複数社で迷ったらテレワークの自由度で決める」34.3%（続き）

同じ731人の回答を年代別にみると（図表5）、「テレワーク制度がない会社は応募候補から外す」は30代30.1%から50代36.9%まで、「複数社で迷ったらテレワークの自由度で決める」は20代32.2%から40代37.9%までで、年代による差はそれぞれ6.8ポイント、5.7ポイントであった。20代から50代までで年代による差が最も大きかったのは「フルリモート可能な会社を最優先する」で、50代12.3%から40代23.1%まで（10.8ポイント差）である。60代は65人と少ないため参考値とし、比較から除いた。

図表5　【定点調査】転職や求人を考えるときの、テレワークに関する条件の考え方＜年代別＞（「今は転職を考えていない」を除く731人）

「テレワークの有無は転職判断に影響しない」を除く8項目／複数回答



n数：20代n=146／30代n=146／40代n=195／50代n=179／60代n=65（参考値）。複数回答のため、選択率の合計は100%を超える。
「今は転職を考えていない」（全体の27.1%・272人）を除いた731人で割合を算出した。この選択肢はほかの選択肢と同時に選べない。
（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

テレリモ総研 by LASSIC

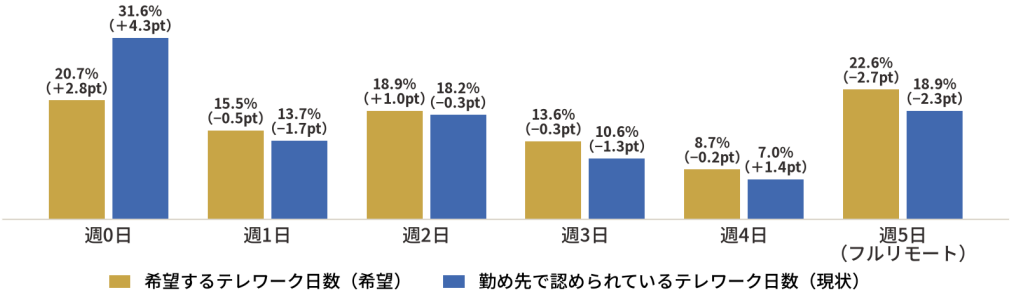
週1日以上のテレワークを希望する人は79.3%、勤め先で週1日以上が認められている人は68.4%

来月のテレワークについて、回答者が希望するテレワーク日数（以下「希望」）と、勤め先で認められているテレワーク日数（以下「現状」）を、項目ごとに単一回答で尋ねた。

希望を日数ごとにみると（図表6）、週5日（フルリモート）が22.6%で最も多く、週0日20.7%、週2日18.9%が続いた。現状は週0日が31.6%で最も多く、週5日（フルリモート）18.9%、週2日18.2%が続く。

図表6　【定点調査】来月のテレワークの希望日数と、勤め先で認められている日数（現状）

n=1,003・項目ごとに単一回答／（　）内は前月比（2026年9月調査との差）



希望と現状の割合はそれぞれ独立して集計したものであり、回答者ごとの希望と現状を個人単位で比較したものではない。

（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

テレリモ総研 by LASSIC

週1日以上のテレワークを希望する人は79.3%（前月比−2.8ポイント）、勤め先で週1日以上のテレワークが認められている人は68.4%（同−4.3ポイント）であった。希望と現状の割合はそれぞれ独立して集計したものであり、回答者ごとの希望と現状を比較したものではない。

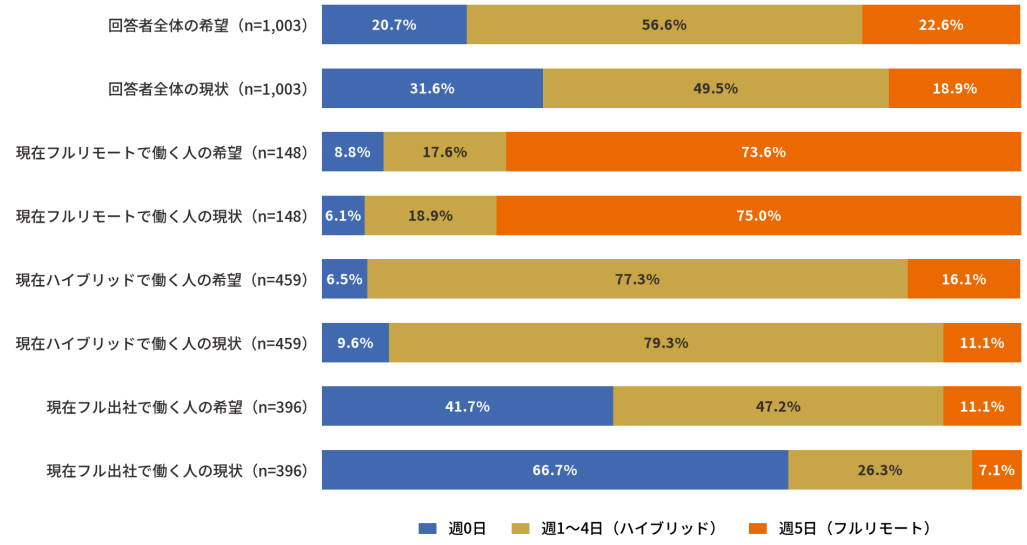
© LASSIC Co., Ltd.

週1日以上のテレワークを希望する人は79.3%、勤め先で週1日以上が認められている人は68.4%（続き）

出社形態別にみると（図表7）、現在フル出社で働く人では、週1日以上のテレワークを希望する人が58.3%、勤め先で週1日以上のテレワークが認められている人が33.3%であった。現在フルリモートで働く人ではそれぞれ91.2%、93.9%、現在ハイブリッドで働く人では93.5%、90.4%である。

図表7　【定点調査】来月のテレワークの希望日数と、勤め先で認められている日数（現状）＜出社形態別＞

項目ごとに単一回答／週1～4日（ハイブリッド）は週1日・週2日・週3日・週4日の合計



希望と現状の割合はそれぞれ独立して集計したものであり、回答者ごとの希望と現状を個人単位で比較したものではない。
週1～4日（ハイブリッド）の値は人数を足してから割合を算出した。
（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

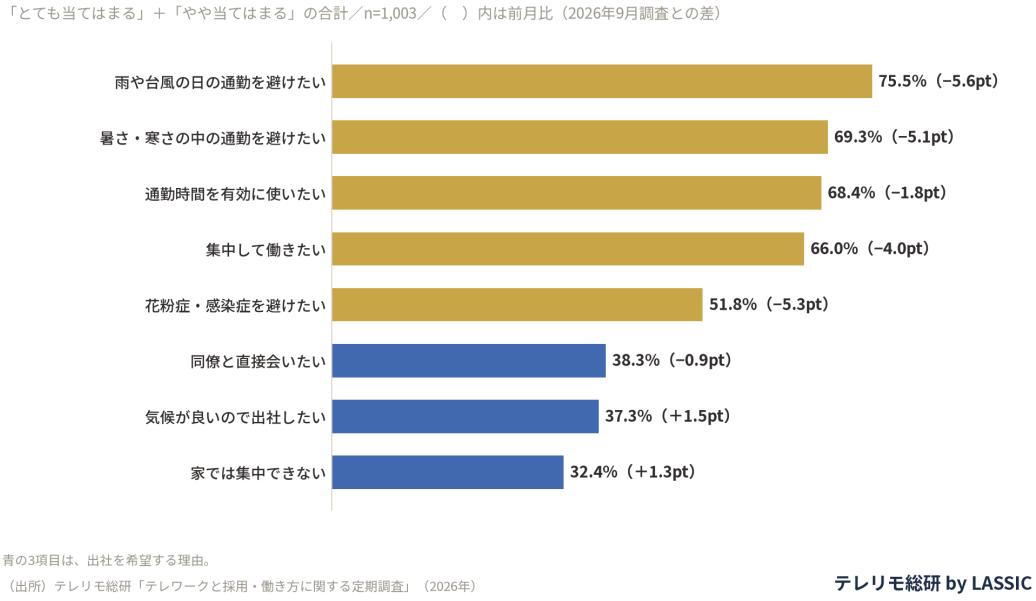
テレリモ総研 by LASSIC

テレワークを希望する理由で「当てはまる」の合計が最も高いのは「雨や台風の日の通勤を避けたい」75.5%、フル出社で働く人でも71.5%

テレワークや出社を希望する理由の8項目について、それぞれどのくらい当てはまるかを、項目ごとに単一回答で尋ねた。「同僚と直接会いたい」「気候が良いので出社したい」「家では集中できない」の3項目は出社を希望する理由、残る5項目はテレワークを希望する理由である。

「とても当てはまる」と「やや当てはまる」を合わせた割合（以下「当てはまる」の合計）が最も高いのは「雨や台風の日の通勤を避けたい」で75.5%、次いで「暑さ・寒さの中の通勤を避けたい」69.3%であった（図表8）。回答者全体では、テレワークを希望する理由の5項目は、どれも「当てはまる」の合計が、出社を希望する理由の3項目を上回った。

図表8　【定点調査】テレワーク／出社を希望する理由で「当てはまる」と答えた割合



青の3項目は、出社を希望する理由。
（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

テレリモ総研 by LASSIC

現在フル出社で働く人（n=396）でも、「当てはまる」の合計が最も高いのは「雨や台風の日の通勤を避けたい」で71.5%、次いで「暑さ・寒さの中の通勤を避けたい」63.6%であった。

© LASSIC Co., Ltd.

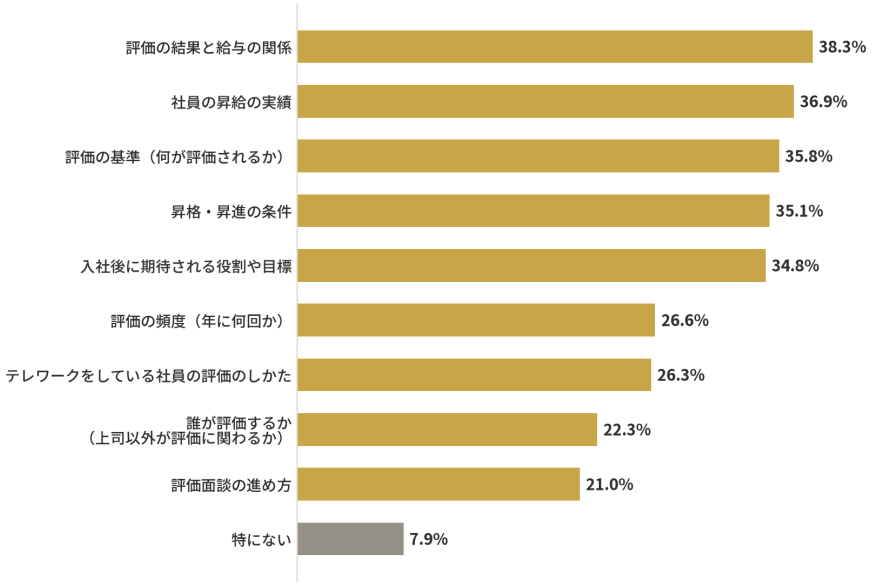
応募する前に知りたいことで最も多いのは「評価の結果と給与の関係」38.3%

転職するとしたら、転職先の人事評価や給与・昇格について応募する前に知りたいことを、複数回答で尋ねた。複数回答のため、選択率の合計は100%を超える。この設問でも「今は転職を考えていない」（29.2%・293人）を除いた710人で割合を算出した。

最も多かった回答は「評価の結果と給与の関係」で38.3%、次いで「社員の昇給の実績」36.9%、「評価の基準（何が評価されるか）」35.8%で、5項目が3割を超えた（図表9）。

図表9　転職先の人事評価や給与・昇格について、応募する前に知りたいこと（「今は転職を考えていない」を除く710人）

n=710・複数回答



「今は転職を考えていない」（全体の29.2%・293人）を除いた710人で割合を算出した。この選択肢はほかの選択肢と同時に選べない。
複数回答のため、選択率の合計は100%を超える。灰色の「特にない」は、知りたいことを挙げなかった回答。
（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

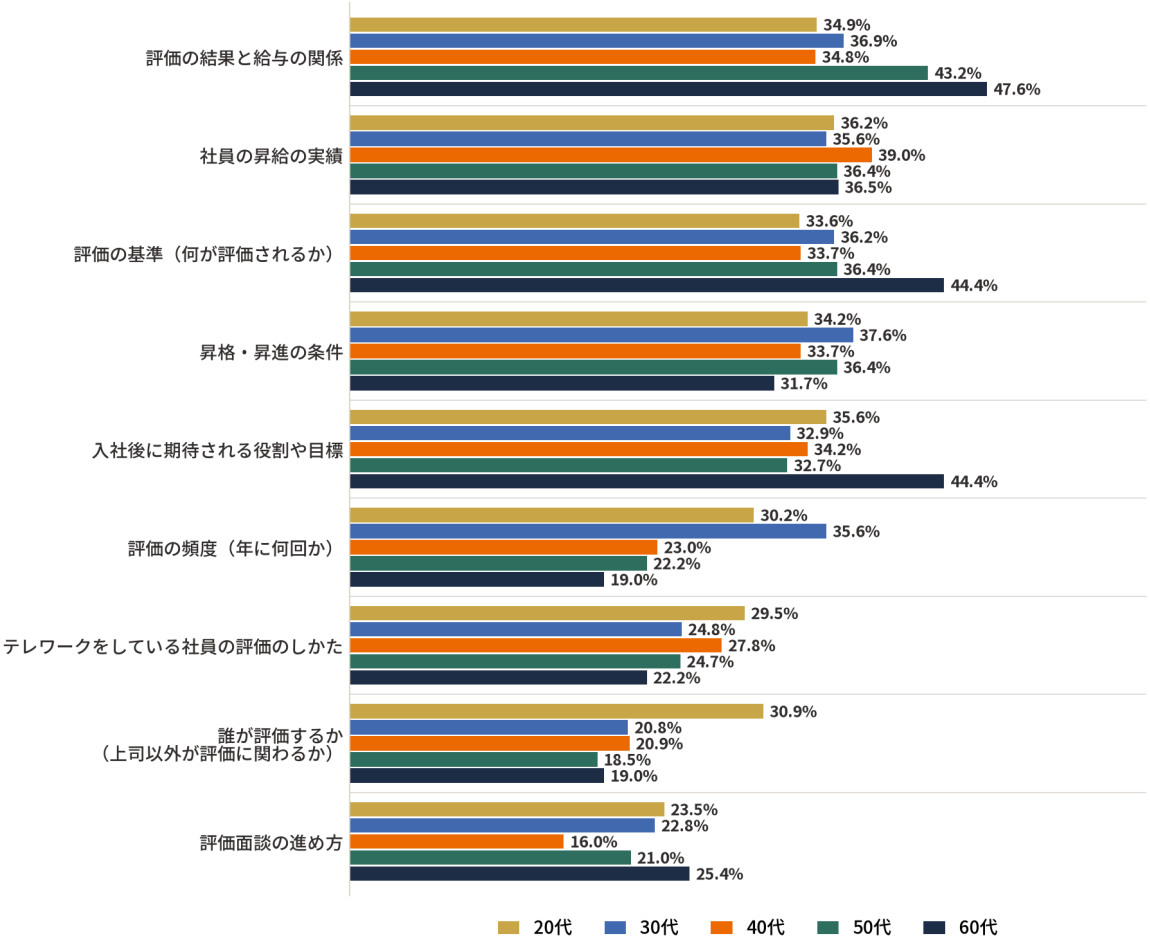
テレリモ総研 by LASSIC

応募する前に知りたいことで最も多いのは「評価の結果と給与の関係」38.3%（続き）

年代別にみると（図表10）、3割を超えた5項目では、20代から50代までの年代による差（最も高い年代と最も低い年代の差）は、「評価の結果と給与の関係」の8.4ポイント（40代34.8%から50代43.2%まで）が最大であった。9項目全体で年代による差が最も大きかったのは「評価の頻度（年に何回か）」で、50代22.2%から30代35.6%まで（13.4ポイント差）である。60代は63人と少ないため参考値とし、比較から除いた。

図表10　転職先の人事評価や給与・昇格について、応募する前に知りたいこと＜年代別＞（「今は転職を考えていない」を除く710人）

「特にない」を除く9項目／複数回答



n数：20代n=149／30代n=149／40代n=187／50代n=162／60代n=63（参考値）。複数回答のため、選択率の合計は100%を超える。
「今は転職を考えていない」（全体の29.2%・293人）を除いた710人で割合を算出した。この選択肢はほかの選択肢と同時に選べない。
（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

テレリモ総研 by LASSIC

© LASSIC Co., Ltd.

応募する前に知りたいことで最も多いのは「評価の結果と給与の関係」38.3%（続き）

9項目のうち、テレワークに関する「テレワークをしている社員の評価のしかた」について、応募前に知りたいと答えた人の割合を出社形態別にみると（図表11）、フルリモート28.3%（参考値）、ハイブリッド32.9%、フル出社16.6%であった。

図表11　応募する前に「テレワークをしている社員の評価のしかた」を知りたい割合＜出社形態別＞（「今は転職を考えていない」を除く710人）



「今は転職を考えていない」（全体の29.2%・293人）を除いた710人で割合を算出した。この選択肢はほかの選択肢と同時に選べない。
（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

テレリモ総研 by LASSIC

（出所）テレリモ総研「テレワークと採用・働き方に関する定期調査」（2026年）

テレリモ総研について

テレリモ総研では、人々が場所によって仕事内容や職種、勤務条件を左右されることなく活躍できる世界を実現すべく、テレワーク・リモートワークが働き方の選択肢の一つとして一般化することを目指し、多様な働き方に注目した情報をお届けしてまいります。

テレリモ総研 公式サイト：https://teleremo.lassic.co.jp

編集責任者・テレリモ総研所長

竹下 颯飛（たけした・はやと）　株式会社LASSIC テレワーク・リモートワーク総合研究所（テレリモ総研）所長。2020年に新卒で株式会社LASSICに入社し、ITエンジニアとしてシステム開発に従事したのち、調査・分析業務へ。現在はテレリモ総研の所長として、毎月の定点調査の設計から集計・分析、採用動向レポートの編集責任者として調査設計と発表内容の最終確認を担当。京都大学経済学部卒、統計検定準1級。北海道在住、フルリモート勤務。

プロフィール：https://teleremo.lassic.co.jp/profile/takeshita/

記事の著作権について

本記事は、自由に転載いただくことができます。本記事の著作権は株式会社LASSICに帰属しますが、以下リンク先の利用条件を満たす方には利用権を許諾します。

転載・引用についてのご案内はこちら　https://teleremo.lassic.co.jp/copyright/

株式会社LASSICについて

LASSICは2006年に鳥取県で創業し、『リモート社会をリードし、ボーダレスワークの実現によって社会に貢献する。』をビジョンに、「採用（Remogu・リラシク）」「DX」分野においてボーダレスを促進させる仕組みづくりに邁進し、事業として社会貢献活動をしている企業です。

■ 会社案内　https://www.lassic.co.jp
■ フリーランスITエンジニア向けリモートワーク専門JOBエージェント　Remogu（リモグ）
https://remogu.jp
■ ITエンジニア向けリモートワーク専門転職エージェント　リラシク　https://relasic.jp

お問い合わせ

株式会社LASSIC Remogu事業部　お問い合わせフォーム　https://lassic.co.jp/contact/