



2019年12月3日  
パーソルキャリア株式会社

「Woman Career by doda」× デイグラム・ラボ  
 生き方・キャリアに悩む女性のモヤモヤ解消プロジェクト  
**現代のはたらく女性が抱えるモヤモヤの原因 TOP5 発表**  
 ～表向きモヤモヤに隠れていた本当の原因が判明！？～

総合人材サービス、パーソルグループのパーソルキャリア株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：峯尾 太郎、以下パーソルキャリア）が運営する転職サービス「doda（デュダ）」<<https://doda.jp/>>による、「今よりもっと自分らしい働き方」をかなえたい女性に向けたサイト「Woman Career（ウーマン・キャリア）」<<https://doda.jp/woman/>>は、心理学と統計学を組み合わせた性格診断「デイグラム診断」を提供するデイグラム・ラボ株式会社（本社：東京都港区、代表取締役：木原 誠太郎、以下デイグラム・ラボ）とともに、現代のはたらく女性が抱えている悩みや不安（モヤモヤ）の解消を支援する「生き方・キャリアに悩む女性のモヤモヤ解消プロジェクト」を推進しています。

本プロジェクトにて、22歳～39歳のはたらく女性3,000人を対象に調査を実施し、現代のはたらく女性が抱えるモヤモヤに寄与している原因を明らかにしましたのでお知らせします。

※特設サイト：<https://doda.jp/woman/careerlife/>

■ 「はたらく女性のモヤモヤ調査」概要

< 調査内容 >

22歳～39歳のはたらく女性3,000人を対象に、「モヤモヤ（仕事やプライベートで悩みや不安に思うこと）」について、以下の通り51項目について回答してもらいました。

- ① 自身の今の「モヤモヤ度」を100点満点で回答（※点数が高いほど「モヤモヤ」が強い）
- ② 「プライベート」、「生き方」、「女性特有の悩み」、「モチベーション」、「仕事」、「子ども」の6つの領域における「モヤモヤ」50項目について、自身の該当度を「あてはまる」から「あてはまらない」の5段階で回答

「モヤモヤ度」(①)と「モヤモヤ」50項目への回答(②)を重回帰分析<sup>※1</sup>にかけ、「モヤモヤ度」に寄与している原因を明らかにしました。

※1 重回帰分析とは：ある結果（目的変数）を説明する際に、関連する複数の原因（説明変数）のうち、どの変数がどの程度結果を左右しているのかを関数の形で数値化し両者の関係を表し、それを元にして将来の予測を行う統計手法。

< 調査結果 >

「モヤモヤ」50項目のうち、単純集計で「あてはまる」の回答が多かった項目を「表モヤモヤ」、重回帰分析によって判明した、「モヤモヤ度」に寄与している項目を「裏モヤモヤ」と名付けました。「表モヤモヤ」、「裏モヤモヤ」のTOP5は、以下の結果となりました。（n=3,000）

「表モヤモヤ」TOP5（「あてはまる」の回答が多かった項目）

	項目	領域	表モヤモヤスコア <sup>※2</sup>
1位	プライベートな生活をもっと充実させたい	プライベート	43.8%
2位	仕事とプライベートについて、どちらかを選ぶならプライベートを選ぶ	生き方	40.2%
3位	もっと安定した人生を送りたい	生き方	40.1%
4位	この先の自分の老後の人生について不安がある	生き方	40.0%
5位	将来に向けて貯蓄できるか不安だ	生き方	39.6%

※2 表モヤモヤスコア：「あてはまる」と回答された割合

問い合わせ先 パーソルキャリア株式会社（旧社名：インテリジェンス） 広報部  
 TEL：03-6757-4266 FAX：03-6385-6134 [pr@persol.co.jp](mailto:pr@persol.co.jp)

「裏モヤモヤ」TOP5（モヤモヤに寄与している項目）

	項目	領域	裏モヤモヤスコア※3
1位	今後の将来設計に不安がある（恋愛・結婚生活）	女性特有の悩み	0.140
2位	周囲の人達が幸せになっていくのを見ると焦りを感じる	モチベーション	0.134
3位	今の仕事をずっと続けていけるか自信がない	仕事	0.114
4位	この先の自分の老後の人生について不安がある	生き方	0.111
5位	仕事の人間関係が上手くいっていない	仕事	0.107

※3 裏モヤモヤスコア：モヤモヤへの影響力を表す係数

## ■「表モヤモヤ」について

1位は「プライベートな生活をもっと充実させたい」、2位は「仕事とプライベートについて、どちらかを選ぶならプライベートを選ぶ」となり、はたらく女性はプライベートな生活により充足感を求めていることが読み取れました。また、3位～5位は、「もっと安定した人生を送りたい」、「この先の自分の老後の人生について不安がある」、「将来に向けて貯蓄できるか不安だ」となり、自身の将来について漠然とした不安を感じていることがうかがえました。

## ■「裏モヤモヤ」について

1位は「今後の将来設計に不安がある（恋愛・結婚生活）」となり、恋愛や結婚に関わる不安が、最も「モヤモヤ」に寄与していることが分かりました。2位は、「周囲の人達が幸せになっていくのを見ると焦りを感じる」となり、自身の状況を周囲と比較し、モヤモヤしていることが読み取れます。

また、3位は「今の仕事をずっと続けていけるか自信がない」、5位は「仕事の人間関係が上手くいっていない」となり、「表モヤモヤ」TOP5には入らなかった「仕事」領域の項目が2つランクインする結果となりました。はたらく女性は、自身の働き方や働く環境について悩みを持っているようです。

## ■結果考察 < 調査分析者 木原 誠太郎氏 >

本調査では、重回帰分析を用いて現代女性が抱えるモヤモヤに寄与している本当の原因「裏モヤモヤ」を明らかにしました。

TOP 5 中、4位の「この先の自分の老後の人生について不安がある」を除いて、「表モヤモヤ」と「裏モヤモヤ」では異なるランキング結果となり、「モヤモヤ」項目のうち、はたらく多くの女性があてはまると答えた項目と、「モヤモヤ」に寄与する原因には乖離がみられました。さらに、「裏モヤモヤ」には、「表モヤモヤ」ではランク外だった「仕事」領域の項目が2つランクインし、多くのはたらく女性が強く意識をしていないものの、実際は仕事にまつわる悩みが「モヤモヤ」に強く寄与していることがわかりました。

さらに、「裏モヤモヤ」を詳しく見てみると、1位となった「今後の将来設計に不安がある（恋愛・結婚生活）」は、人生を共にする誰かの存在を示唆しており、自身の本音や人生を誰かと共有したいという人間の本質的な願望が表れていると考えられます。2位の「周囲の人達が幸せになっていくのを見ると焦りを感じる」は、キャリアやライフイベントを含めた生き方について、自身の状況を周囲と比較し、疑問や焦りのような感覚を持つ女性が増えてきていることの表れだと捉えられます。

また、3位は「今の仕事をずっと続けていけるか自信がない」、5位は「仕事の人間関係が上手くいっていない」となり、TOP5 中、「仕事」領域の項目が2つランクインしたのは、女性の社会進出に伴い人生において仕事に占める比率が高まる中で、キャリアや働く環境、プライベートを含めた「はたらく」ことについて、このままでよいのかという疑問を持ち始めている表れだと考えられます。

< 木原 誠太郎氏 プロフィール >

ディグラム・ラボ株式会社 代表取締役 < <https://digram-shindan.com/> >

2001年、株式会社電通リサーチに入社し、リサーチプランナーとして多くのプロジェクトに参加。その後、Newhands、ミクシィ、電通を経て、2013年にディグラム・ラボ株式会社を設立。現在は統計学と心理学を掛け合わせた性格分析ツール「ディグラム」の研究およびビジネス展開を行っている。メディア出演、著書多数。



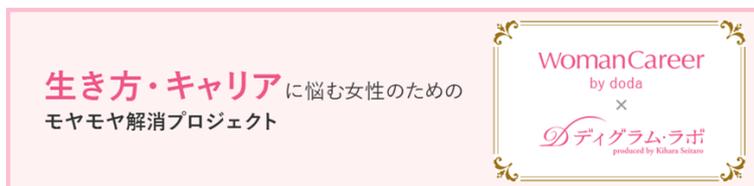
< 調査概要 >

- ・調査期間：2019年8月23日～25日
- ・調査対象：全国の22～39歳のはたらく女性計3,000人
- ・雇用形態：正社員
- ・調査方法：インターネットによるアンケート回答方式

■「生き方・キャリアに悩むはたらく女性のモヤモヤ解消プロジェクト」概要

パーソルキャリアが運営する転職サービス「doda (デュード)」 < <https://doda.jp/> > が提供する、「Woman Career (ウーマン・キャリア)」 < <https://doda.jp/woman/> > が、ディグラム・ラボとともに立ち上げた、現代のはたらく女性が抱えている悩みや不安の解消を支援するプロジェクト。

本プロジェクトでは、働き方の多様化により現代の女性が抱えている悩みや不安を『令和型女性モヤモヤ』と命名し、この悩みや不安を解消する手助けとなる診断コンテンツや、診断コンテンツを用いた参加型イベントの開催を通じて、『令和型女性モヤモヤ』の解消を推進していきます。



< コンテンツ・イベント予定 >

- ◆2020年1月 診断コンテンツ ローンチ予定
- ◆2020年3月 診断コンテンツを用いた参加型イベント実施予定

※詳細は随時、特設サイト < <https://doda.jp/woman/careerlife/> > にて公開します。

■「doda」について < <https://doda.jp> >

「doda」は、「はたらく今日が、いい日に。」をスローガンに、転職サイトや転職エージェント、日本最大級のdoda転職フェアなど、各種コンテンツで転職希望者と求人企業の最適なマッチングを提供しています。

■パーソルキャリア株式会社について < <https://www.persol-career.co.jp/> >

パーソルキャリア株式会社は、パーソルグループの「リクルーティングセグメント」中核会社として、-人々に「はたらく」を自分のものにする力を-をミッションとし、転職サービス「doda」やハイクラス人材のキャリア戦略プラットフォーム「iX」をはじめとした人材紹介、求人広告、新卒採用支援等のサービスを提供しています。2017年7月より、株式会社インテリジェンスからパーソルキャリア株式会社へ社名変更。グループの総力をあげて、これまで以上に個人の「はたらく」にフォーカスした社会価値の創出に努め、社会課題に正面から向き合い、すべての「はたらく」が笑顔につながる社会の実現を目指します。

問い合わせ先 パーソルキャリア株式会社（旧社名：インテリジェンス） 広報部  
TEL：03-6757-4266 FAX：03-6385-6134 [pr@persol.co.jp](mailto:pr@persol.co.jp)

---

■ 「PERSOL (パーソル)」について < <https://www.persol-group.co.jp/> >

パーソルグループは、「はたらいて、笑おう。」をグループビジョンに、人材派遣サービス「テンプスタッフ」、転職サービス「doda」をはじめ、ITアウトソーシングや設計開発など、人と組織にかかわる多様なサービスを展開しています。

また、人材サービスとテクノロジーの融合による、次世代のイノベーション開発にも取り組んでおり、市場価値を見いだす転職サービス「ミイダス」、ITイベント情報サイトおよびイベント&コミュニティスペース「TECH PLAY」、オープンイノベーションプラットフォーム「eiicon」、クラウド型モバイルPOSシステム「POS+ (ポスタス)」などのサービスも展開しています。