退職代行サービス利用者アンケート調査

退職代行サービスを実際に利用した100名を対象に、利用理由・満足度・費用・退職までの日数などを調査しました。本資料は、ランキング記事の評価項目を決める際に参考にした回答データを、個人を特定できる情報を除いてすべて掲載したものです。

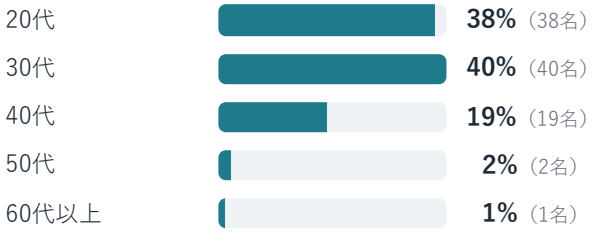
- 調査期間：2025年7月1日〜2025年7月2日
- 調査方法：インターネット調査
- 調査機関：クラウドワークス
- 調査対象：退職代行サービスを利用したことがある方
- 有効回答数：100件
- 調査主体：退職代行比較ムリスルナ

回答者の属性

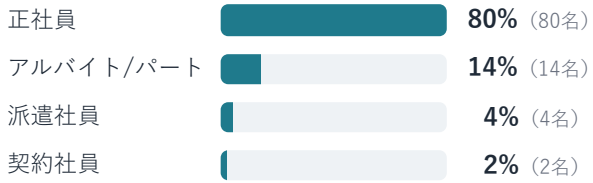
性別



年代



雇用形態



調査結果のまとめ

出典：退職代行比較ムリスルナ「退職代行サービス利用者アンケート調査」（2025年7月・n=100）

87%
総合満足度が「4」以上

73%
「また利用したい」と回答

97%
「トラブルはなかった」と回答

24,000円
支払った料金の中央値

項目別の満足度（5段階評価）

	回答分布	平均	4以上
対応の満足度	35 / 52 / 9 / 4	4.18	87%
サポートの丁寧さ	28 / 59 / 10 / 3	4.12	87%
価格に対する満足度	18 / 45 / 25 / 12	3.69	63%
総合満足度	22 / 65 / 9 / 4	4.05	87%

5 とても満足　4　3　2　1 不満

支払った料金

2万円未満	14%	（14名）
2.0〜2.5万円未満	41%	（41名）
2.5〜3.0万円未満	23%	（23名）
3.0〜4.0万円未満	15%	（15名）
4万円以上	7%	（7名）

「約2万円」「3万円ほど」などの回答はその金額として分類しています。

利用したサービス

モームリ	34%	（34名）
EXIT	16%	（16名）
ガーディアン	12%	（12名）
SARABA	9%	（9名）
Jobs	7%	（7名）
ニコイチ	4%	（4名）
OITOMA	3%	（3名）
わたしNEXT	3%	（3名）
男の退職代行	3%	（3名）
トリケシ	2%	（2名）
弁護士法人みやび	2%	（2名）
その他	3%	（3名）
回答なし・不明	2%	（2名）

サービス名は自由記述のため、表記ゆれ（例：「モームリ」「退職代行モームリ」）を同一サービスとしてまとめています。

依頼から退職完了までの日数

即日〜1日	11%	（11名）
2〜7日	61%	（61名）
8日〜1か月未満	23%	（23名）
1か月以上	4%	（4名）
不明・回答なし	1%	（1名）

有給休暇の消化期間を含めて回答した方もいます。

回答データ一覧（選択式・数値回答）

No.	性別	年代	雇用形態	職種	利用サービス（原文）	料金（原文）	退職までの日数（原文）	また利用	トラブル	対応	丁寧	価格	総合
001	男性	30代	正社員	販売職	モームリ	25000	3日	はい	なし	5	4	5	5
002	女性	40代	正社員	事務職	退職代行Jobs	27000円	2週間ほど	はい	なし	4	5	3	4
003	男性	20代	正社員	営業職	モームリ	1万5000円	1週間	はい	なし	4	5	4	5
004	男性	30代	正社員	製造業	モームリ	6万円	退職が決まるまでに1日、有給が40日丸々残っていたので使い切るのに2ヶ月かかったので退職までに2ヶ月でした。	いいえ	なし	5	5	3	4
005	男性	40代	正社員	管理職	内緒でお願いします。	正式な料金は言えませんが、1万以上2万未満です。	2日です。	はい	なし	4	4	4	4
006	男性	30代	正社員	SE	退職代行モームリ	22000円	1週間	いいえ	なし	4	4	4	4
007	女性	30代	正社員	wen クリエイティブ	exit	2万程度	有給消化したので20日、辞めること自体は即日で話がまとまった	はい	あり	4	5	4	4
008	女性	40代	アルバイト/パート	事務職	退職代行EXIT	30,000円	即日	いいえ	あり	3	3	2	3
009	女性	30代	アルバイト/パート	販売職	退職代行トリケシ	約3万円ぐらい	退職の意思をご連絡していただいてから10日ほどだったかと思います。	はい	なし	5	5	4	5
010	女性	20代	アルバイト/パート	事務職	退職代行SARABA	20000円	1日	はい	なし	4	4	4	4
011	女性	30代	正社員	飲食店	退職代行ガーディアン	28000	20日	はい	なし	3	3	2	4
012	男性	20代	派遣社員	建築業界	退職代行モームリ	12000円	1日	いいえ	なし	5	5	2	4
013	女性	20代	正社員	看護師	退職代行SARABA	6000円	2日	はい	なし	5	3	4	3
014	男性	40代	アルバイト/パート	サービス業	退職代行Jobs	24,800円	1ヶ月	はい	あり	4	5	4	4
015	男性	20代	アルバイト/パート	飲食店	退職代行SARABA	24000	2日くらい？	はい	なし	4	5	3	4
016	女性	40代	正社員	生活支援員	退職代行ガーディアン	19800円	3日ほどです。	はい	なし	5	4	3	5
017	女性	60代以上	アルバイト/パート	営業職	退職代行OITOMA	19800	14日	はい	なし	5	5	5	5

No.	性別	年代	雇用形態	職種	利用サービス（原文）	料金（原文）	退職までの日数（原文）	また利用	トラブル	対応	丁寧	価格	総合
018	女性	20代	正社員	介護	モームリ	22000円	2日	はい	なし	5	5	5	5
019	男性	40代	正社員	製造職	モームリ	五万円	一ヶ月程度	いいえ	なし	3	4	3	3
020	男性	30代	正社員	運輸業ドライバー	もームリ	3万円ほど	2週間ほど	いいえ	なし	3	5	5	4
021	男性	40代	正社員	営業職	退職代行ニコイチ	27,000円	4日間	はい	なし	4	4	4	4
022	男性	20代	正社員	居酒屋の調理スタッフ	EXIT	20000円程度	3日程度	はい	なし	4	4	4	3
023	男性	30代	正社員	出版社勤務	退職代行ガーディアン	3万円ぐらい	5日	はい	なし	4	4	3	5
024	男性	30代	正社員	販売スタッフ	EXIT	19,800円	3日間	はい	なし	5	4	4	4
025	男性	20代	正社員	不動産営業	モウムリ	3万ほどでした	1日	はい	なし	5	4	3	4
026	男性	30代	正社員	ライター	モームリ	3万くらいですね	覚えてない	はい	なし	4	4	4	4
027	女性	20代	正社員	営業職	退職代行EXIT	2万円	2週間	はい	なし	5	5	3	5
028	女性	40代	正社員	美容関係	退職代行ほっとライン	19800円	2日	いいえ	なし	4	5	4	4
029	男性	30代	派遣社員	事務職	モームリ	22000円	20日	はい	なし	4	4	4	4
030	男性	40代	正社員	SD職	退職代行「ガーディアン」	24800円	1日	はい	なし	4	4	5	4
031	男性	40代	正社員	営業職	退職代行モームリ	22000	15日	はい	なし	5	5	5	5
032	男性	20代	正社員	現場作業員	退職代行EXIT	30000	3日	はい	なし	4	4	3	4
033	男性	20代	正社員	営業	モームリ	5万円	5日	はい	なし	4	3	4	4
034	女性	20代	アルバイト/パート	販売職	退職代行モームリ	12000	1日	はい	なし	5	5	4	5
035	女性	20代	正社員	営業職	わたしNEXT	3万円ぐらい	4日間	はい	なし	4	4	4	4
036	女性	20代	アルバイト/パート	コンビニ店員	退職代行モームリ	12000円	半日	はい	なし	5	5	4	4
037	男性	40代	派遣社員	事務職	退職代行モームリ	二万二千円	5日間	はい	なし	5	4	3	4
038	女性	30代	正社員	営業職	退職代行	30000	4日	いいえ	なし	4	4	4	4
039	男性	20代	正社員	現場作業員	男の退職代行	26,800円	2日	はい	なし	5	4	4	4
040	男性	30代	正社員	清掃員	退職代行モームリ	３万円ほど	３日ほど	いいえ	なし	4	4	5	4
041	男性	20代	正社員	事務職	退職代行モームリ	30000円	5日	いいえ	なし	4	4	3	4
042	男性	20代	正社員	居酒屋チェーンのホールスタッフ	EXIT	約2万円	4日	はい	なし	4	4	4	4

No.	性別	年代	雇用形態	職種	利用サービス（原文）	料金（原文）	退職までの日数（原文）	また利用	トラブル	対応	丁寧	価格	総合
043	女性	20代	契約社員	事務職	退職代行モームリ	22,000円	２日	はい	なし	5	4	5	4
044	男性	30代	正社員	営業職	退職代行SARABA	24,000円	3日	はい	なし	4	4	3	4
045	男性	30代	正社員	地方公務員	退職代行ガーディアン	29,800円	約10日間	はい	なし	3	4	4	4
046	女性	20代	正社員	認可保育園の保育士	わたしNEXT	29,800円	5日	いいえ	なし	4	3	3	4
047	女性	20代	正社員	飲食チェーンのホールスタッフ	EXIT	約2万	3日	はい	なし	4	4	3	4
048	男性	30代	正社員	製造業	退職代行ガーディアン	44000	2ヶ月	いいえ	なし	2	2	2	3
049	男性	30代	正社員	営業職	退職代行ガーディアン	19,800円	1週間	いいえ	なし	4	4	3	3
050	男性	30代	正社員	営業	退職代行ニコイチ	27,000円	4日	はい	なし	3	4	4	4
051	女性	20代	正社員	介護職	弁護士法人みやび	55,000円	1週間	はい	なし	4	4	3	4
052	男性	20代	契約社員	技術作業員	退職代行モームリ	20000円程度	2.3日程度	いいえ	なし	5	5	3	4
053	男性	30代	正社員	IT企業のシステムエンジニア	EXIT	19,800円	4日	はい	なし	4	4	4	4
054	女性	20代	正社員	美容師アシスタント	EXIT	約20000円	3日	はい	なし	5	4	4	4
055	男性	20代	正社員	大学院研究助手	わたしNEXT	約3万	5日	はい	なし	4	4	4	3
056	女性	20代	正社員	工場作業員	退職代行モームリ	22000	2週間	いいえ	なし	4	4	3	4
057	女性	40代	正社員	介護施設スタッフ	退職代行ニコイチ	27,000円	5日	はい	なし	4	4	3	4
058	男性	30代	正社員	営業職	EXIT	20,000円	5日	いいえ	なし	5	5	4	4
059	男性	30代	正社員	ホテルフロントスタッフ	退職代行ガーディアン	約30000円	4日	はい	なし	4	4	4	4
060	男性	30代	正社員	営業職	EXIT	20000円くらい	3日	はい	なし	4	4	4	4
061	男性	30代	正社員	営業職	モームリ	2万円	10日ほど	いいえ	なし	4	4	3	4
062	男性	40代	正社員	看護師	フォーゲル綜合法律事務所	25000円	12日	はい	なし	5	5	4	5
063	女性	30代	アルバイト/パート	事務職	退職代行Jobs	24000ほど	3日ほど	はい	なし	5	5	5	5
064	男性	40代	正社員	建設業・土木	男の退職代行	26,800円	2日	はい	なし	4	5	4	4
065	男性	20代	アルバイト/パート	飲食店ホール	モームリ	12000	1日	はい	なし	4	4	4	4
066	女性	20代	正社員	専門職	株式会社ローキ	3万円	1週間くらい	いいえ	なし	5	5	5	5

No.	性別	年代	雇用形態	職種	利用サービス（原文）	料金（原文）	退職までの日数（原文）	また利用	トラブル	対応	丁寧	価格	総合
067	男性	30代	正社員	営業職	男の退職代行	27,000円	2日	はい	なし	5	4	3	4
068	男性	30代	正社員	販売業	退職代行トリケシ	19,800円	3日程度	はい	なし	3	3	4	4
069	男性	40代	正社員	総合職	退職代行ガーディアン	24,800円	3日	いいえ	なし	5	4	4	4
070	女性	30代	正社員	事務職（総務・庶務）	退職代行SARABA	27,000円	3日	はい	なし	4	4	4	4
071	女性	30代	正社員	看護師	退職代行EXIT	20,000円	大体2週間後くらい	はい	なし	4	5	5	4
072	男性	30代	正社員	営業職	退職代行SARABA（サラバ）	27,000円	相談から実際に退職が成立するまで5日間ほどでした。	はい	なし	3	4	4	3
073	女性	20代	正社員	事務	退職代行モームリ	29000円くらい	5日くらい	いいえ	なし	5	4	2	3
074	女性	20代	正社員	製造職	退職代行SARABA	24000円	当日	はい	なし	5	5	4	5
075	男性	30代	正社員	地方の製造業で勤務していた現場系の技術職（男性・30歳）。3交代制で、夜勤も多い職場でした。	退職代行Jobs（ジョブズ）	29,800円	わずか1日。朝方に依頼して、その日の昼には退職が受理された連絡をもらいました。	はい	なし	4	4	3	4
076	女性	20代	正社員	アパレルブランドの販売スタッフ	退職代行ニコイチ	27,000円	4日	はい	なし	4	4	3	4
077	男性	30代	正社員	営業、不動産業界	退職代行モームリ	22000円	2日	いいえ	なし	2	2	2	2
078	女性	30代	アルバイト/パート	スーパーのアルバイト	退職代行EXIT	20000円	2日です。	いいえ	なし	2	2	2	2
079	女性	40代	正社員	介護職	弁護士法人みやび	55,000円	5日	はい	なし	4	4	4	4
080	女性	20代	正社員	製造業	退職代行SARABA	27,000円	申し込みから実際に退職完了するまで約3日程度（即日で会社に連絡→2日後に退職受理の連絡がきた）	いいえ	なし	2	3	2	2
081	男性	40代	アルバイト/パート	営業職	退職代行ガーディアン	?25,000	3日ほどです。	はい	なし	4	4	2	4
082	男性	20代	正社員	営業	退職代行モームリ	22000円	5	はい	なし	4	4	4	4
083	男性	20代	正社員	営業	退職代行モームリ	22000	3	はい	なし	4	4	5	4
084	男性	20代	正社員	営業職	退職代行モームリ	22000円	2週間程度	はい	なし	5	5	5	5
085	男性	20代	正社員	事務職	退職代行モームリ	22000円	3日	はい	なし	5	4	5	5
086	男性	20代	正社員	事務職	退職代行モームリ	22000円	2	はい	なし	5	4	5	5
087	男性	30代	正社員	IT技術職	退職代行OITOMA	24,000	5日	いいえ	なし	4	4	2	4

No.	性別	年代	雇用形態	職種	利用サービス（原文）	料金（原文）	退職までの日数（原文）	また利用	トラブル	対応	丁寧	価格	総合
088	女性	30代	正社員	営業職	退職代行EXIT	20,000円	5日	はい	なし	5	4	4	5
089	女性	40代	正社員	営業事務	退職代行モームリ	22000円	3日	はい	なし	4	4	4	4
090	女性	30代	アルバイト/パート	軽作業	退職代行サービスjobs	20000	14	いいえ	なし	5	5	5	5
091	女性	30代	アルバイト/パート	販売職	退職代行ガーディアン	24,800円	26日	はい	なし	4	3	3	4
092	男性	20代	正社員	事務職	代行EXIT	25000	2、3日	はい	なし	5	4	3	4
093	女性	30代	正社員	事務職	退職代行モームリ	5万円	20日	いいえ	なし	3	3	2	2
094	女性	40代	派遣社員	事務職	退職代行ジョブズ	29800円	2日	はい	なし	5	4	4	4
095	男性	30代	正社員	法人営業	退職代行ガーディアン	25000円	約3日	はい	なし	4	4	5	5
096	女性	20代	正社員	事務職	退職代行モームリ	22000円	2日	はい	なし	4	4	5	5
097	男性	50代	正社員	製造業・品質管理担当	退職代行OITOMA	24000円	3日	はい	なし	4	4	4	4
098	女性	50代	正社員	事務職	退職代行SARABA	25000	3日ほど	いいえ	なし	4	3	4	4
099	女性	30代	正社員	サービス業	退職代行jobs	30000	1日	はい	なし	5	5	2	4
100	女性	30代	正社員	営業アシスタント	退職代行モームリ	22000	２日	はい	なし	4	5	4	5

「また利用」＝また利用したいと思ったか、「トラブル」＝退職代行の利用でトラブルがあったか。満足度は5段階評価（5＝とても満足、1＝不満）。職種・サービス名・料金・日数は回答者の記述をそのまま掲載しています。回答者名・アカウント情報は掲載していません。

回答データ一覧（自由記述）

自由記述は回答者の文章をそのまま掲載しています（誤字・表記も原文のまま）。

No.001 男性／30代／正社員／販売職／利用：モームリ

退職代行を使った理由
会社に対して何か恨みがあるというわけではないが、基本的に関係が希薄であったため、次の会社に対して全力を注ぎたいという気持ちがあり、面倒な手続き等を代行してくれるのであれば、代行を頼んだ方がお互いに気楽かと思いました。

使って良かったところ
その時間を他の準備に使うことができ、在宅で完結するため会社に何度も足を運ぶ必要がない。

使ってイマイチだったところ
こちらが求めていたことでもありますが、どこかそっけなさは感じました。矛盾しているような感覚ではありますが、退職代行の方とも最低限の連絡事項で終わった。

また利用したいか（はい）の理由
辞めるときの状況にもよりますが、基本的に立つ鳥後を濁さずでいきたいので、無駄な揉め事ができるのであれば、相手方も業者を使ったほうが楽なのではないかと考えてしまいます。

利用サービスの良かったところ
スピード感もありましたし、何か揉め事があった場合には、返金保証もあるので、こちらに損はないと思いました。

利用サービスのイマイチだったところ
特にないですが、人によっては、もう少し親身な雰囲気が欲しいと感じる方もいらっしゃるかもしれません。

トラブルの内容
（回答なし）

No.002 女性／40代／正社員／事務職／利用：退職代行Jobs

退職代行を使った理由
上司がパワハラ気味な人で、精神的に限界が来てしまい、顔を思い浮かべたくもないくらいになってしまったので、面と向かって退職の話し合いや手続きが無理だと思った。

使って良かったところ
会社に出向かずに、嫌な上司の顔を見ることなく退職の手続きができたので、精神的に少し楽になった。

使ってイマイチだったところ
費用がちょっと高かったこと。

また利用したいか（はい）の理由
自分で話すよりもスムーズに退職の話が進んだと感じたから。

利用サービスの良かったところ
LINEから相談と依頼の両方ができて、有給消化の話もしっかりとしてくれたこと。

利用サービスのイマイチだったところ
他のところよりも費用が少し高かったこと。

トラブルの内容
（回答なし）

No.003 男性／20代／正社員／営業職／利用：モームリ

退職代行を使った理由
上司に退職届を出しても受理してくれなかったため

使って良かったところ
もう上司と関わらなく辞めれたこと
辞めたくて辞めれたこと

使ってイマイチだったところ
特にはなくて
一点は携帯に上司から電話が何件もきた

また利用したいか（はい）の理由
本当に辞めたくなった時に使えれば楽だから

利用サービスの良かったところ
オペレーターが優しかった

利用サービスのイマイチだったところ
特にありません

トラブルの内容
（回答なし）

No.004 男性／30代／正社員／製造業／利用：モームリ

退職代行を使った理由
以前から退職したい旨を伝えており、残っている有給を使い切りたいと言ったところ人がいないから無理だと言われたから。

使って良かったところ
無事に残っている有給を使い切ることが出来た。

使ってイマイチだったところ
手続きが少し手間だと思った。

また利用したいか（いいえ）の理由
退職代行は便利ですが、使うことに慣れてしまうと辞め癖がついてしまいそうだから。

利用サービスの良かったところ
面倒なやり取りを全てやってくれたのでありがたかったです。

利用サービスのイマイチだったところ
料金が少し高いところ。

トラブルの内容
（回答なし）

No.005 男性／40代／正社員／管理職／利用：内緒でお願いします。

退職代行を使った理由
色々なことんを、1人でこなさないといけなくなって、鬱になりそうになったから

使って良かったところ
いいにくいことを言っていただけるし、ストレスなしで退職できたから

使ってイマイチだったところ
イマイチだったところは、とくにありません。

また利用したいか（はい）の理由
こういう状況になったら、使いたいです。

利用サービスの良かったところ
親身に話を聞いてくれたことです。

利用サービスのイマイチだったところ
とくにありません

トラブルの内容
（回答なし）

No.006 男性／30代／正社員／SE／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
会社の将来に不安を覚えたが、やめるという勇気がなかったから

使って良かったところ
直接話すことなくやめることができるので、精神的に楽

使ってイマイチだったところ
こちらが会社側に伝えたかった内容が会社側に若干違う意図で伝わってしまったところ

また利用したいか（いいえ）の理由
もう退職代行を使用してやめることはないと思うから

利用サービスの良かったところ
すんなり辞めれたところ

利用サービスのイマイチだったところ
特にありません

トラブルの内容
トラブルはありませんでした

No.007 女性／30代／正社員／wen クリエイティブ／利用：exit

退職代行を使った理由
会社とやり取りすることすら嫌だったから

使って良かったところ
会社と連絡を取ることなく、希望通りに退職できたところ

使ってイマイチだったところ
料金がそれなりにかかるところ

また利用したいか（はい）の理由
辞めたいタイミングでスムーズに退職できたから

利用サービスの良かったところ
丁寧な対応で、文章では伝わりにくいことは電話でフォローアップしてくれた

利用サービスのイマイチだったところ
たまにLINEのレスが遅い時がある

トラブルの内容
（回答なし）

No.008 女性／40代／アルバイト/パート／事務職／利用：退職代行EXIT

退職代行を使った理由
自分で退職したいと伝えたのですが、3か月たっても人手不足を理由に受理してもらえなかったから

使って良かったところ
すんなり退職を受け入れてもらえたし、手続きで会社に出向くことがなかった

使ってイマイチだったところ
退職金や未払い給与1か月分の支払いがなかった

また利用したいか（いいえ）の理由
退職はスムーズだったが、収入面でのデメリットがあった

利用サービスの良かったところ
すぐにやめることができた

利用サービスのイマイチだったところ
円満退社にはならなかった

トラブルの内容
振込があると言われていたのに、退職金や未払い給与1か月分の支払いがなかった

No.009 女性／30代／アルバイト/パート／販売職／利用：退職代行トリケシ

退職代行を使った理由
以前転職前の会社での話ですが、有名な医療機器メーカーで働いていました。早朝から早出し、毎日のサービス残業、そして営業にはノルマがあり達成できないと上司からの叱責に反省文。控えめに言ってもかなりブラックな会社でした。辞めることさえ許されないような雰囲気になかなか言い出すことができず、心身ともに疲弊し逃げてしまいたいと考えていた時に退職代行を利用させていただきました。

使って良かったところ
本当に最初から最後まできちんと退職の手続きをしてくださいました。必要な書類や手続きも全て請け負っていただいたおかげで、会社に足を運ぶことなく退社でき
精神的に本当に助けられました。

使ってイマイチだったところ
その時利用したきりなので他の退職代行はどんなものなのかわかりませんが、私にとってはイマイチな部分はありませんでした。

また利用したいか（はい）の理由
もし同じ状況に置かれたら間違いなくまた利用させていただくと思います。自分の心を守るのが1番と考え
その方法のひとつだと思います。

利用サービスの良かったところ
要望を聞き、迅速に動いてくれました。

利用サービスのイマイチだったところ
特にありません。

トラブルの内容
（回答なし）

No.010 女性／20代／アルバイト/パート／事務職／利用：退職代行SARABA

退職代行を使った理由
職場の人間関係に悩み、自分から辞める意思を伝えることが精神的に難しかったためです。シフトの急な変更や責任の押し付けもあり、直接のやりとりを避けたかったので利用しました。

使って良かったところ
精神的にかなり楽でした。連絡のやりとりもスムーズで、即日対応してもらえたのもありがたかったです。

使ってイマイチだったところ
事前の説明がやや不十分で、手続きの流れが分かりにくい部分もありました。質問への返信が少し遅かったこともあって、不安に感じる瞬間がありました。

また利用したいか（はい）の理由
精神的な負担がとても軽減されたためです。

利用サービスの良かったところ
即日対応・LINEでのやりとりが可能・料金が明確。

利用サービスのイマイチだったところ
対応は丁寧だが、返信が遅い時間帯もあった。

トラブルの内容
特にありません

No.011 女性／30代／正社員／飲食店／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
退職を相談した際に断られたため。契約では9:00-18:00の週5の正社員（店長）としてOpeningでお店を任せて頂けるというお話でした。無給で一ヶ月の残業時間が100時間を超えるのは当たり前でした。普段の勤務時間は7:00-22:00、家に帰ってからシフトをつくり、連絡もずっときます。一度も休んだことはありません。退職をお願いし、辞められそうになかったですが新しい職場を探していた際にハローワークに行っていたときに私自身が社保を払っているのにも関わらず雇用されていないことが発覚し、オーナーに問うと慌てて手続きをしてきました。退職代行に依頼をし、色々今までしてきた不正がバレるのを恐れたのか退職できました。一人では退職できなかったとおもいます。とても助かりました。ほんとに精神的にも追い詰められるので誰かの助けって必要だとおもいます。

使って良かったところ
第三者が入ってくださることで話が進みやすくなる

使ってイマイチだったところ
費用が思っていたよりかかってしまったところ

また利用したいか（はい）の理由
とても助かったので、できれば自分の力で退職したいですが、無理なときは利用したいです

利用サービスの良かったところ
とても親身になってくださいます。

利用サービスのイマイチだったところ
相談や期間はできるだけ余裕がないとできないかも

トラブルの内容
（回答なし）

No.012 男性／20代／派遣社員／建築業界／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
建築現場でバイトしていたんですが、社員がとにかく厳しく怒鳴られることも多くて精神的にしんどかったです。でも辞めたいなんて言ったら何言われるか分からなくて、ずっと我慢してました。体力的にもきつかったし、学校との両立も限界になってきたときにネットで退職代行っていう方法を知って、「モームリ」って名前が自分の気持ちそのまんまだったから思い切って頼んでみました。

使って良かったところ
頼むときはちょっと緊張したけど、すぐに丁寧な返事が来て安心しました。「もう会社に連絡しなくて大丈夫ですよ」と言われたときは本当にホッとしました。自分で辞めるって伝えなくてもいいだけでこんなに気が楽になるんだなって思いました。怖かった社員にも会わずに済んだし、次の日にはもう出勤しなくてOKだったので、本当に助かりました。

使ってイマイチだったところ
やはり料金が学生には厳しく、バイト10時間分の料金がかかってしまったため少しもったいないと感じてしまう気持ちはありました。

また利用したいか（いいえ）の理由
精神的に追い詰められていたため利用しましたが、学生には少し厳しい料金だったためなるべく退職代行には頼らずに自分で解決できるようにしたいと考えました。

利用サービスの良かったところ
返信がとにかく早く、夜中にLINEしたのにすぐ返ってきたのはびっくりしました。対応も丁寧で、こっちの状況をちゃんと聞いてくれたので話しやすかったです。費用も他よりは安めで、追加料金もなくてわかりやすかった。学生でも頼みやすいと思いました。退職代行ってちょっと怖いイメージあったけどモームリを使って正解でした。

利用サービスのイマイチだったところ
やはり料金はちょっと高く感じました。もちろん追加料金がかからないのは安心だったけど、もう少し学生割とかあれば助かったなと思います。でも、自分で辞めるストレスや気まずさを考えたら払った価値はあったとは思います。

トラブルの内容
（回答なし）

No.013 女性／20代／正社員／看護師／利用：退職代行SARABA

退職代行を使った理由
自分で言うと否定されてばっかだから

使って良かったところ
会社の人ともう話さなくて良い

使ってイマイチだったところ
電話が少し時間がかかった

また利用したいか（はい）の理由
とても便利で気が楽だったから

利用サービスの良かったところ
とても丁寧に話を聞いてくれた

利用サービスのイマイチだったところ
電話の時間が長かった

トラブルの内容
（回答なし）

No.014 男性／40代／アルバイト/パート／サービス業／利用：退職代行Jobs

退職代行を使った理由
面と向かって言えないから

使って良かったところ
すぐ退職が出来て良かったです

使ってイマイチだったところ
本当にうまいこといくのか心配だった

また利用したいか（はい）の理由
意外とスムーズに退職できたから

利用サービスの良かったところ
円満に解決しました。

利用サービスのイマイチだったところ
進捗状況がよく分からなかった

トラブルの内容
会社から直接かかってきた

No.015 男性／20代／アルバイト/パート／飲食店／利用：退職代行SARABA

退職代行を使った理由
上司に会いたくない、話したくない、怒られそう

使って良かったところ
お金はかかったが全てのことをやってくれた
上司に会わずに辞めれた

使ってイマイチだったところ
意外に値段が高いし、色々な質問をされた

また利用したいか（はい）の理由
値段は高かったがそれを踏まれても上司に会わずに辞めれるならメリットの方がでかい

利用サービスの良かったところ
LINEなどで解決した

利用サービスのイマイチだったところ
ちょい値段高い

トラブルの内容
（回答なし）

No.016 女性／40代／正社員／生活支援員／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
自分としては上司と面会の場を持たないまま退職することができたり、会わずに済むため精神的なストレスを感じることを軽減することができるからです。

使って良かったところ
良かった点としては退職を切り出しづらい人の心理的負担が減ることができ、退職後にトラブルになる心配がないことです。

使ってイマイチだったところ
イマイチだった点としては退職代行に必要な費用が思っていたよりもかかってしまうことです。

また利用したいか（はい）の理由
自分自身としては自分から退職を言い出すことがなかなかできないことで緊張から解放されるからです。

利用サービスの良かったところ
良かった点としては365日いつでも依頼を受け付けているので今すぐ辞めたいと思った場合にすぐに退職をすることができることです。

利用サービスのイマイチだったところ
イマイチだった点としては転職のサポートがなかったり、連絡が少し遅いと感じることがあることです。

トラブルの内容
（回答なし）

No.017 女性／60代以上／アルバイト/パート／営業職／利用：退職代行OITOMA

退職代行を使った理由
上司に退職を止められてなかなか退職できなかったからです。

使って良かったところ
全てお任せで、穏便に退職させてもらえたところです。

使ってイマイチだったところ
悪かったところは一切ないです。

また利用したいか（はい）の理由
とても頼りになったからです。

利用サービスの良かったところ
後払いに対応してくれて安心して利用できたこと。

利用サービスのイマイチだったところ
特にないです。

トラブルの内容
トラブルはありませんでした。

No.018 女性／20代／正社員／介護／利用：モームリ

退職代行を使った理由
精神疾患で会社に行けなくなったため

使って良かったところ
一切自分では会社のやり取りをしなくてよかったこと

使ってイマイチだったところ
少し値段が高いように感じた。

また利用したいか（はい）の理由
退職をする際の煩わしさがないため

利用サービスの良かったところ
担当してくださったスタッフがとても親切丁寧でした。

利用サービスのイマイチだったところ
特にありません。

トラブルの内容
（回答なし）

No.019 男性／40代／正社員／製造職／利用：モームリ

退職代行を使った理由
退職を申し入れたが、執拗な引き留めに遭い会社との関係が悪化したため

使って良かったところ
会社との交渉や手続きなど行わずに退職できたから

使ってイマイチだったところ
思った以上に費用がかかったこと

また利用したいか（いいえ）の理由
退職や転職すること自体エネルギーを使うので、もうしたくない

利用サービスの良かったところ
担当者が親身になって聞いてくれ、対応も、素早かった

利用サービスのイマイチだったところ
担当者が妙に馴れ馴れしい

トラブルの内容
（回答なし）

No.020 男性／30代／正社員／運輸業ドライバー／利用：もームリ

退職代行を使った理由
まず使った理由として、辞職すると会社へ報告した後約1ヶ月ほど働くのも状況的につらかったため。

使って良かったところ
金額が思ったほど安いことと、自分からの連絡なしで全て代行してやってくれること。自分の希望も伝えれば通るのでそこは使いやすいと思った。

使ってイマイチだったところ
今回の場合に限るかもしれませんが、とてもスムーズに色々勧めてくれましたが代行会社の方の雰囲気話し方などが微妙でそれは少し不快と思いました。

また利用したいか（いいえ）の理由
金額は安いが、自分で退職する旨を伝えればその分のお金はかからないため。本当にきつい職場環境なら使うのはおすすめです。

利用サービスの良かったところ
やり取りがとてもスムーズ。こちらの希望をしっかりと聞いてくれてそれを伝えてくれるところ。

利用サービスのイマイチだったところ
担当してくれた方の対応が若干だるそうだった。

トラブルの内容
トラブルはなし

No.021 男性／40代／正社員／営業職／利用：退職代行ニコイチ

退職代行を使った理由
職場の人間関係が悪化し、精神的に限界を感じていました。派遣元には直接言いづらかったので、退職代行を利用しました。

使って良かったところ
代理で連絡や交渉をしてもらい、精神的負担が減りました。派遣元とのやりとりもスムーズでした。

使ってイマイチだったところ
書類の準備や郵送は自分で行う必要があり、そこだけ手間でした。

また利用したいか（はい）の理由
状況次第ではまた使いたいですが、できる限り自分で解決できるようになりたいです。

利用サービスの良かったところ
対応が丁寧で、質問にもすぐ答えてくれました。

利用サービスのイマイチだったところ
もう少し書類手続きのサポートがあると助かりました。

トラブルの内容
ありませんでした

No.022 男性／20代／正社員／居酒屋の調理スタッフ／利用：EXIT

退職代行を使った理由
毎日終わらない残業、怒鳴る店長、そしてまるで戦場のようなキッチン。もう限界で、直接「辞めます」なんて言える空気じゃなかったので退職代行にお願いしました。

使って良かったところ
LINEだけで済むし、翌日から連絡ゼロで自由になれたのは最高でした。ストレスフリーで辞められて感謝しています。

使ってイマイチだったところ
退職届の郵送やら何やらは自分でやらなきゃいけなくて、そこだけは面倒でした。

また利用したいか（はい）の理由
もしまたブラック環境に遭遇したら即利用します！でも次はもっと強くなって自分で辞めたいですね（笑）。

利用サービスの良かったところ
返信が早くて安心感ありました。夜でも対応してくれて助かりました。

利用サービスのイマイチだったところ
フォローがもう少しあると嬉しいですが、概ね満足です。

トラブルの内容
特にありません。

No.023 男性／30代／正社員／出版社勤務／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
仕事量が多く、残業も頻繁。上司との関係もぎくしゃくしていて、直接退職を伝える勇気が出ませんでした。ストレスで体調も崩したため、退職代行を利用しました。

使って良かったところ
面倒なやり取りを全て代行してくれて、精神的な負担がかなり軽減されました。辞めるまでの期間もスムーズで安心できました。

使ってイマイチだったところ
退職届の準備や郵送は自分で行う必要があり、その点はやや手間でした。

また利用したいか（はい）の理由
また必要なら利用しますが、できる限り自分で解決できるようになりたいと思っています。

利用サービスの良かったところ
対応が丁寧で、質問にも迅速に答えてくれました。

利用サービスのイマイチだったところ
もう少し書類関係のフォローが充実していると助かります。

トラブルの内容
特にトラブルはなく、円満に退職できました。

No.024 男性／30代／正社員／販売スタッフ／利用：EXIT

退職代行を使った理由
残業続きで体も心も疲弊。店長からの理不尽な指示も多く、直接辞めることを言い出せませんでした。ネットで退職代行を知り、勢いでお願いしました。

使って良かったところ
やり取りは全部LINEでできて楽。次の日から連絡がこなくなって気持ちがすごく楽になりました。

使ってイマイチだったところ
書類の郵送だけは自分でやらなきゃいけなかったのが面倒でした。

また利用したいか（はい）の理由
もしまた辞めづらい職場に入ったら、すぐ使いたいです。

利用サービスの良かったところ
返信が早くて助かりました。夜でも対応してくれたのも良かった。

利用サービスのイマイチだったところ
細かいフォローはあまりなく、自分で動く必要がありました。

トラブルの内容
なかった。

No.025 男性／20代／正社員／不動産営業／利用：モウムリ

退職代行を使った理由
何よりも上司のパワハラで辞めることを言える雰囲気ではなかったので恥ずかしいとは思いますが退職代行を使うことにしました。

使って良かったところ
すぐに退職が決まった。本当にこれで終わりなのか？と思うぐらいすぐに終わった

使ってイマイチだったところ
相手の会社に申し訳ないですね。

また利用したいか（はい）の理由
これに対しては本当に難しいです。
また使わないとどうしようもない場合は使うしかないのかなと思います

利用サービスの良かったところ
スタッフが対応に慣れてるのでスムーズだった

利用サービスのイマイチだったところ
値段が他に比べて高いところ

トラブルの内容
（回答なし）

No.026 男性／30代／正社員／ライター／利用：モームリ

退職代行を使った理由
待遇が悪くてすぐに変えたかったから

使って良かったところ
すぐに対応してくれてありがたい

使ってイマイチだったところ
値段が少し高いというところですね

また利用したいか（はい）の理由
安心して退職することが可能だから

利用サービスの良かったところ
有名だし口コミが高い

利用サービスのイマイチだったところ
値段が高いところ

トラブルの内容
（回答なし）

No.027 女性／20代／正社員／営業職／利用：退職代行EXIT

退職代行を使った理由
ほんとにパワハラ上司がきつくて、自分で退職することを伝えるのが辛かったから。

使って良かったところ
自分自身で退職することを言うのを躊躇っていたので代わりに伝えていただけて助かった。

使ってイマイチだったところ
金額が高かったところ。

また利用したいか（はい）の理由
金額は高いけれど、自分で伝えれないことを伝えてもらえるから使いたい。

利用サービスの良かったところ
とても優しく対応してくれて、対応が早かった。

利用サービスのイマイチだったところ
イマイチなところはありません。

トラブルの内容
（回答なし）

No.028 女性／40代／正社員／美容関係／利用：退職代行ほっとライン

退職代行を使った理由
何度辞めたいと言っても、色々理由を付けて辞めさせてくれなかった為。

使って良かったところ
私が会社と関わらなくても、全ての退職の手続きを代行業者が行ってくれました。会社の上司と話さなくて済んだのがとても気が楽でした。

使ってイマイチだったところ
イマイチだったところは特にありません。

また利用したいか（いいえ）の理由
本来は代行業者などを使わなくても、問題無く辞められるのが普通だと思うので、心が病みそうになる程悩んで、代行業者を使う様な事にはもうなりたくないですか。

利用サービスの良かったところ
女性の担当者を選べて、仕事を辞められるか、凄く不安でしたが、お話しをして安心出来たし、全て任せれば良かったので、心強く本当に助かりました。

利用サービスのイマイチだったところ
料金がもう少し安かったらいいなと思います。

トラブルの内容
（回答なし）

No.029 男性／30代／派遣社員／事務職／利用：モームリ

退職代行を使った理由
職場に行きたくなかったので。

使って良かったところ
職場に行かずに辞めることができた。

使ってイマイチだったところ
ないですないです。。

また利用したいか（はい）の理由
簡単に辞めることができたので。

利用サービスの良かったところ
LINEで相談ができたところ。

利用サービスのイマイチだったところ
ないです。

トラブルの内容
（回答なし）

No.030 男性／40代／正社員／SD職／利用：退職代行「ガーディアン」

退職代行を使った理由
勤めていた会社の直属の上司と口喧嘩してしまい、会社に居づらくなりました。そのため、退社しようと社長に駆け寄ったのですが、「社員が少ないから辞めないでほしい」「もう少し我慢してほしい」と言われ、第三者が入った方が辞めやすいなと思ったので退職代行を使おうと思いました。

使って良かったところ
退職代行を使って良かったのは、会社側に有給休暇の交渉をしてくれ、会社が了承してくれたので即日退職することができたのは良かったなと感じています。退職してからすぐに転職活動したのですが、その間も給与が発生していたので、安心して活動することができたのはありがたかったです。

使ってイマイチだったところ
退職代行を使ってイマイチだったのは、レスポンスが少し遅かったところです。複数人を担当しているから仕方ない部分もあると思いますが、気になったことをすぐに解決することができなかったのは不安に感じました。

また利用したいか（はい）の理由
第三者が介入することで会社側も引くので、こちら側が優位に立ちやすいなと感じました。そのため、また辞めることがあれば退職代行を利用したいと思っています。

利用サービスの良かったところ
退職代行「ガーディアン」を利用して良かったところは、「LINEで相談することができた」ところです。LINEで相談できたことで気軽に利用することができましたし、モヤモヤしていた気持ちをメッセージで送ることができ、スッキリすることができたので良かったと感じています。

利用サービスのイマイチだったところ
退職代行「ガーディアン」を利用してイマイチだったのは、レスポンスが遅かったところです。退職代行を利用する人は、不安や悩みがあるので、なるべく早くレスポンスをしてもらえたら安心できるのになと感じました。

トラブルの内容
（回答なし）

No.031 男性／40代／正社員／営業職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
社長に退職届を出したら破られたから。

使って良かったところ
スムーズに退職をさせてくれたところです。会社からのしつこい連絡もなくなりました。

使ってイマイチだったところ
イマイチだったところは全くありません。

また利用したいか（はい）の理由
機会があればですが、スムーズに退職に導いてくれるから。

利用サービスの良かったところ
退職までの流れをしっかり説明してくれる。

利用サービスのイマイチだったところ
特にイマイチだったところはない。

トラブルの内容
なかったです。

No.032 男性／20代／正社員／現場作業員／利用：退職代行EXIT

退職代行を使った理由
職人気質の世界で、上下関係が厳しすぎて馴染めなかった。怒号が飛び交う毎日に嫌気がさし、自分から「辞めたい」と切り出す勇気もなかったため、退職代行に頼った。

使って良かったところ
職長や親方と話さずに済んだのが一番ありがたかった。電話も何もなく、あっさり現場を離れられた。

使ってイマイチだったところ
作業着やヘルメットなどの返却は自分で郵送しなきゃならず、そこは少し面倒だった。

また利用したいか（はい）の理由
同じような職場ならまた使いたい。ただ、今後は最初から雰囲気の合う職場を選びたい。

利用サービスの良かったところ
男性スタッフが対応してくれたので、話しやすく、余計な気を使わずに済んだ。

利用サービスのイマイチだったところ
返信が少し遅れる時があったので、もう少しテンポよく進んでほしかった。

トラブルの内容
ないです。

No.033 男性／20代／正社員／営業／利用：モームリ

退職代行を使った理由
上司のパワハラと職場の理不尽な残業に心が限界だった。何度も辞意を伝えたがはぐらかされ、恐怖で直接話すのも無理に。自分を守る最後の手段として、退職代行に頼った。電話一本で全てが終わった瞬間、やっと呼吸ができた気がした。

使って良かったところ
自分で上司に辞意を伝えるストレスや不安から解放されたのが何より大きかった。手続きもスムーズで、即日で会社と連絡を取らずに退職できたことに安心した。精神的にも体力的にも限界だった中で、退職代行のサポートが心の支えになったと感じている。

使ってイマイチだったところ
会社とのやり取りをすべて代行してもらえる反面、私物の返却や書類の確認など細かな点で不安が残った。代行業者からの連絡を待つしかなく、進捗がわかりにくい時間もあった。もう少し状況報告がこまめにあれば、安心感がもっとあったと思う。

また利用したいか（はい）の理由
精神的に追い詰められた状況では本当に助かったので、同じような状況ならまた利用したいと思った。ただ、通常の退職であれば自分で伝えた方が細かい確認ができるし、後々の不安も少ない。状況によって使い分けるのがベストだと感じた。

利用サービスの良かったところ
返信が早く、こちらの不安や疑問にも丁寧に答えてくれた点がとても安心できた。LINEで気軽にやり取りできたのも便利で、精神的に余裕がない中でとても助かった。手続きもスムーズで、こちらの希望に沿った形で対応してくれたのが良かった。

利用サービスのイマイチだったところ
全体的に満足しているが、進捗の報告が少なく不安になる場面があった。また、会社側からの反応についての詳しい説明がなかったため、少し心配になった

トラブルの内容
（回答なし）

No.034 女性／20代／アルバイト/パート／販売職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
週2日、夫の扶養内の契約でパートを始めました。勤務初日にシフトが渡され見てみると、週4日で組まれていました。扶養外になる上、社会保険にもギリギリ入れないような勤務時間で組まれていました。上司に相談しても、変えてくれませんでした。イラついてバックれようと思いましたが、その勇気も出ず…。初日で、自分で辞めると伝える勇気も出なかったので、退職代行を使いました。

使って良かったところ
ラインだけで、退職の相談ができたこと。即日で辞められたこと。

使ってイマイチだったところ
個人情報が第三者や他の企業に漏れないか心配

また利用したいか（はい）の理由
自分で伝える勇気のない人にとっては、救世主だと思ったから

利用サービスの良かったところ
アルバイトが辞める場合、値段が半額になったこと

利用サービスのイマイチだったところ
半額になったとはいえ、値段が少し高いところ

トラブルの内容
（回答なし）

No.035 女性／20代／正社員／営業職／利用：わたしNEXT

退職代行を使った理由
「根性が足りない」と言われるのが怖くて、なかなか辞めると言い出せずにいました。売り上げノルマもキツくて心が限界に。自分で伝えるのが無理だと判断して、退職代行に依頼しました。

使って良かったところ
一切会社の人と話さずに済んだことが、本当に助かりました。辞めた翌日、心の重荷がスッと取れた感覚がありました。

使ってイマイチだったところ
退職後の書類の送付など、一部は自分でやる必要があり、そこはちょっとだけ不安でした。

また利用したいか（はい）の理由
同じような職場環境だったらまた使いたいです。でも、できれば次は自分でしっかり話して辞めたい。

利用サービスの良かったところ
女性スタッフが対応してくれて、親身になって話を聞いてくれたのが嬉しかったです。

利用サービスのイマイチだったところ
連絡がつかない時間帯が少しあって、少し不安に感じました。

トラブルの内容
特になし。店長からの連絡もなく、すんなり辞められました。

No.036 女性／20代／アルバイト/パート／コンビニ店員／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
上司からのパワハラや仕事の押しつけに嫌気がさし、自分から言い出すことも出来ずに使わせて頂きました。

使って良かったところ
lineで気軽に相談でき、即日対応して頂けるのが良かったです。

使ってイマイチだったところ
とても満足しています。

また利用したいか（はい）の理由
自分から退職を言い出す事が難しい時代なので、また機会があれば利用したい

利用サービスの良かったところ
lineで気軽に相談でき、即日対応してくれる

利用サービスのイマイチだったところ
とても満足しています

トラブルの内容
（回答なし）

No.037 男性／40代／派遣社員／事務職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
「退職したい」ということが自分の性格上、会社に言い出しづらくて頼みました。

使って良かったところ
会社と全くやりとりせずに退職できたところです。会社にわざわざ行くこともないですし電話で会社の人とやりとりすることもありませんでした。

使ってイマイチだったところ
退職するまでの手続きが少しだけ面倒でした。退職代行業者とメールなどで頻繁に連絡する手間に少しだけ億劫さを感じました。

また利用したいか（はい）の理由
退職を手伝ってもらえたので、なんとなく業者に対して好感がありまた退職したくなったら頼みたいという気持ちが高まりました。

利用サービスの良かったところ
スタッフさんの対応がとても丁寧だったところがとても良かったポイントです。メールでの進捗状況など丁寧な言葉遣いでわかりやすく示してくれて助かりました。

利用サービスのイマイチだったところ
費用が少し高いように思いました。できたら1万円台で利用できたらもっと良かったのにという感情が少しばかり湧きました。

トラブルの内容
（回答なし）

No.038 女性／30代／正社員／営業職／利用：退職代行

退職代行を使った理由
自分で退職を伝えたが、なかなか受け入れられなかった

使って良かったところ
退職までの期間が短い

使ってイマイチだったところ
嫌な印象を持たれてしまう。筋を通してやめた感じがなく、モヤモヤする。

また利用したいか（いいえ）の理由
一方的に突然退職するのは無礼だったとかなり後悔した

利用サービスの良かったところ
対応が早かった

利用サービスのイマイチだったところ
特にありません

トラブルの内容
（回答なし）

No.039 男性／20代／正社員／現場作業員／利用：男の退職代行

退職代行を使った理由
とにかく言いづらかった。現場の空気も体育会系で、辞めるなんて言おうもんなら怒鳴られるのが目に見えてた。自分で言う自信がなくて、スマホで調べて退職代行を使うことにした。

使って良かったところ
「自分で言わなくていい」って、それだけで気持ちが楽になった。代行の人が会社に話を通してくれて、俺はただ指示された書類を送っただけ。拍子抜けするくらい簡単だった。

使ってイマイチだったところ
説明はやや事務的。もう少し人間味があっても良かったけど、仕事としてはちゃんとしてた。

また利用したいか（はい）の理由
同じように辞めにくい職場だったら、また使う。変に揉めるより、こっちのほうが時間も体力もムダにしなくて済む。

利用サービスの良かったところ
対応が早く、朝イチの連絡にもすぐ返ってきた。男の事情に理解ある感じで、無駄な質問もなかった。

利用サービスのイマイチだったところ
マニュアル感は少しある。個別対応ってより「型通り」の進め方って感じだった。

トラブルの内容
会社から1回だけ電話が来たけど、「本人とは連絡しないでください」と伝えてもらって、それっきり。問題なし。

No.040 男性／30代／正社員／清掃員／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
人間関係に疲れたから

使って良かったところ
自分ではなかなか言い出せなかったので気軽に退職できた

使ってイマイチだったところ
ほぼすべてを任せているので代行の人がどういうことをしているのかやや不透明だったところ

また利用したいか（いいえ）の理由
もう退職自体をしたくないから

利用サービスの良かったところ
説明が分かりやすくほとんど自分で何もしなかったから

利用サービスのイマイチだったところ
いまいちと感じる部分は無かった

トラブルの内容
（回答なし）

No.041 男性／20代／正社員／事務職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
忙しく、上司に退職を伝えたら怒鳴られそうだから。

使って良かったところ
職場の人と2度と会うことがなく退職できること。

使ってイマイチだったところ
お金がかかる、なんだかんだこちらでやらなくてはならない手続きがある。

また利用したいか（いいえ）の理由
次はできれば円満にやめてお金を節約したい。

利用サービスの良かったところ
口コミが多く利用前にイメージが湧きやすかった。

利用サービスのイマイチだったところ
特にありません。

トラブルの内容
（回答なし）

No.042 男性／20代／正社員／居酒屋チェーンのホールスタッフ／利用：EXIT

退職代行を使った理由
朝10時から翌朝4時まで働く日もあって、休憩なんて取れない。シフトは毎週コロコロ変わるし、体調崩しても「代わりがいないから」で休めない。辞めたいって言ったら「裏切り者」扱いされて、完全に無理だと悟りました。

使って良かったところ
スマホでLINE送るだけで全部動いてくれたのが神でした。翌朝には「今日からもう行かなくて大丈夫です」って来て、泣きそうになりました。制服も郵送でOKだったし、会社とは一言も話さずに終われたのは本当に助かりました。

使ってイマイチだったところ
夜中の対応は即レスってわけじゃなかったので、すぐ返事が来ないと不安になる人はいるかも。でも、朝にはちゃんと対応されてたので問題なかったです。

また利用したいか（はい）の理由
またあの手の職場に入ってしまったら、絶対使う。でももう二度と、そんなところで働かないって決めたから、使わずに済むように頑張りたいです。

利用サービスの良かったところ
料金が安くて、即日対応してくれたのが良かったです。対応もあっさりしてて、自分みたいに「今すぐ辞めたいけど何も考えたくない」って人には向いてると思います。

利用サービスのイマイチだったところ
細かいフォローは少なめなので、書類とか引っ越し関係まで手厚くサポートして欲しい人にはちょっと物足りないかも。でも、自分にはちょうどよかったです。

トラブルの内容
ありません。

No.043 女性／20代／契約社員／事務職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
人手不足な職場で言い出しづらかったからです。

使って良かったところ
良かったところについては精神的な負担が少なく、スムーズな対応をしてもらえたところです。

使ってイマイチだったところ
イマイチだったところについては費用がかかったところです。

また利用したいか（はい）の理由
利用したことによって専門的でスムーズに対応してもらえたので無事に退職することができましたし、良い転職先も見つかったからです。

利用サービスの良かったところ
良かったところについてはオンライン相談ができてスタッフさんの対応もよく、社会保険給付金の受給サポートを受けられたところです。

利用サービスのイマイチだったところ
悪かったところについては訴訟や裁判などの法的な対応ができないので、利用するまでは不安だったことです。

トラブルの内容
（回答なし）

No.044 男性／30代／正社員／営業職／利用：退職代行SARABA

退職代行を使った理由
上司からのパワハラがひどく、自分では辞めたいと伝えられなかったから。

使って良かったところ
自分で会社に連絡することなく退職できた点がとても良かったです。精神的な負担が大きかったので、大変助かりました。

使ってイマイチだったところ
退職完了までの連絡の頻度が少なめだったため、少しだけ不安を感じる場面がありました。

また利用したいか（はい）の理由
自分一人ではうまく辞められなかったと思うので、もし次も同じような状況になったらまた頼りたいと感じました。

利用サービスの良かったところ
LINEでやり取りできて、24時間対応してくれた点が便利で良かったです。

利用サービスのイマイチだったところ
やり取りの途中で少し返信が遅くなることがあり、不安に感じたことがありました。

トラブルの内容
（回答なし）

No.045 男性／30代／正社員／地方公務員／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
仕事量が年々増え、人手不足の影響で毎日22時まで残業。それでも残業代は月20時間分しか出ない。人間関係もピリピリしていて、うつ症状の診断を受けたとき、「このまま続けるべきじゃない」と思いました。でも、公務員という立場上、辞めるには「説得→面談→文書→引継ぎ→教育」という面倒な手順があり、それが怖くて自分では動けませんでした。

使って良かったところ
誰にも会わずに辞められたこと。辞意を伝えるだけでも心が折れそうだったので、すべて代わりにやってくれるのは大きな支えでした。公務員に対応しているサービスを使ったので、手続きにも詳しく、安心感がありました。

使ってイマイチだったところ
手続きが複雑な分、完了までやや時間がかかりました。あと、やはり「自分でちゃんと伝えるべきだったのかも」と後ろめたさは正直残りました。

また利用したいか（はい）の理由
自分のように心が壊れる寸前の人には、選択肢として必要だと思います。でも、もう2度と使わなくて済むよう、次の職場は慎重に選びたいと思っています。

利用サービスの良かったところ
公務員対応の実績があったこと。退職理由や離職票の処理、公的機関への届け出の流れも把握していて、質問にも的確に答えてくれました。LINEで丁寧にやりとりしてくれて、かなり安心できました。

利用サービスのイマイチだったところ
完全に丸投げというより、「書類はこれを使って、こう書いて、こう送ってください」といった指示をこちらが実行する必要がありました。サポートはありますが、全部お任せというわけではないです。

トラブルの内容
直属の上司から一時「直接話させてほしい」と代行に連絡があったようですが、「今後すべては書面でお願いします」と断ってくれました。書類の不備もなく、きちんと退職できました。

No.046 女性／20代／正社員／認可保育園の保育士／利用：わたしNEXT

退職代行を使った理由
人手が足りず、1人で複数の子どもを見る状況が日常化していました。お昼も立ったまま5分で食べるとか、書類仕事を家に持ち帰るのが当たり前。なのに先輩や園長からは「やる気が足りない」「努力が見えない」と詰められて…気づいたら職場の玄関前で涙が止まらなくなり、「もう無理だ」と思いました。でも、子どもたちの顔が浮かんで自分では辞めると言い出せず、退職代行に頼ることにしました。

使って良かったところ
「明日から出勤しなくて大丈夫です」という言葉に救われました。先生同士の人間関係もきつかったので、誰とも顔を合わせずに辞められたのが何よりよかったです。代行が園側にきっぱりと対応してくれて、トラブルもなかったです。

使ってイマイチだったところ
やっぱり、「子どもたちに何も言えずに去ってしまった」ことだけが心残りです。これはサービスの問題ではないのですが、そういう別れ方しかできなかった自分が、情けなく思える瞬間もあります。

また利用したいか（いいえ）の理由
あの時の私には必要な選択でした。でも、今後は「ちゃんと話し合って辞められる職場」に出会えるよう、自分も勇気を持ちたい。だから、また使いたいとは思いません。

利用サービスの良かったところ
女性スタッフが対応してくれるのが安心感につながりました。保育士の退職実績が多いとのことで、話も伝わりやすく、LINEのやり取りも丁寧でした。「罪悪感を持たないで」と何度も言ってくれて、心が軽くなりました。

利用サービスのイマイチだったところ
あえて言うなら、連絡が夜遅い時間だと少し反応が遅いときがありました。でも許容範囲でしたし、全体としては大満足です。

トラブルの内容
ありませんでした

No.047 女性／20代／正社員／飲食チェーンのホールスタッフ／利用：EXIT

退職代行を使った理由
「辞めます」と言ったら店長が怒鳴り散らし、その後も無視されたり嫌がらせを受けました。店が小さく、辞めること自体が大騒ぎになる環境で、もう自分では話せなくなってしまいました。

使って良かったところ
直接会わずに済むので精神的負担がなく、LINEでやりとりできる手軽さもありがたかったです。翌日から連絡が一切来なくなり、解放感が半端なかったです。

使ってイマイチだったところ
退職届の提出は自分でやらなければならず、そこだけ少し手間に感じました。忙しい時期だったので郵送準備が負担でした。

また利用したいか（はい）の理由
もしまた理不尽な職場に入ったら、迷わず使います。自分の気持ちを守るために必要なサービスだと思います。

利用サービスの良かったところ
対応が早く、費用も手頃。使いやすいプランがあったので助かりました。

利用サービスのイマイチだったところ
退職に伴う書類のフォローがやや簡素なので、自分で動く必要がありました。

トラブルの内容
なかったです

No.048 男性／30代／正社員／製造業／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
契約前の業務内容とは大きく異なっていたから

使って良かったところ
無事に退職手続きまで済ませてくれて顔も合わせずに次の職場へ転職できたところ

使ってイマイチだったところ
厚生年金や雇用保険に関して自身に電話やメールの問い合わせがきたとこです

また利用したいか（いいえ）の理由
退職代行を利用しない企業への就職を望みますが、落ち着いて思い正してみると受けた側の思いや苛立ちを考慮すると利用したくはないと思ったからです

利用サービスの良かったところ
無事に退職までの手続きを行ってくれたところです

利用サービスのイマイチだったところ
書類関連での不備が多く自身で対応せざるを得なかったところです

トラブルの内容
ございません

No.049 男性／30代／正社員／営業職／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
上司に直接退職したいという旨をどうしても話せなかったため

使って良かったところ
第三者を通して連絡ができるので、心の面で落ち着くことができる

使ってイマイチだったところ
代行に任せるため、進展が非常に気になること

また利用したいか（いいえ）の理由
自分自身でしっかり伝えることが本来あるべき姿だと思うため

利用サービスの良かったところ
連絡はLINEで完結し、すぐに会社と交渉してくれて、たった1日で退職できた。希望通り有給も消化でき、本当に感謝しています。精神的な負担が一切なく、スムーズに退職できました。

利用サービスのイマイチだったところ
LINEでのやり取りは便利でしたが、定型文が多く、個別の状況への柔軟な対応に物足りなさを感じました。電話での直接相談の選択肢もあれば、より安心感があったと思います。

トラブルの内容
トラブルはなし

No.050 男性／30代／正社員／営業／利用：退職代行ニコイチ

退職代行を使った理由
長時間労働に加えて、職場の人間関係がギスギスしていてストレスが溜まり、体調を崩してしまいました。直接辞めると言いづらく、退職代行に依頼しました。

使って良かったところ
会社とのやり取りをすべて代行してくれたので、精神的に楽でした。退職後も会社からの連絡がなく、穏やかに過ごせています。

使ってイマイチだったところ
代行サービスからの連絡がやや遅いと感じる時があり、早く辞めたい気持ちと少しもどかしさがありました。

また利用したいか（はい）の理由
もしまた似たような職場にいたら使いたいです。ですが、なるべく早く問題を解決できるよう自分で動けるようになりたいです。

利用サービスの良かったところ
LINE対応がスムーズで、質問にも丁寧に答えてくれました。

利用サービスのイマイチだったところ
退職届や必要書類の郵送は自分でやる必要があり、少し手間でした。

トラブルの内容
なかった。

No.051 女性／20代／正社員／介護職／利用：弁護士法人みやび

退職代行を使った理由
長年働いてきましたが、施設の人員削減で仕事量が増え、休みも減り体力的に限界でした。辞めると言いにくい職場の雰囲気もあって、退職代行に頼ることにしました。

使って良かったところ
自分の代わりに会社とやりとりしてくれて、直接顔を合わせなくて済んだので精神的な負担が減りました。スムーズに辞められて本当に助かりました。

使ってイマイチだったところ
細かい説明や手続きのフォローが少し足りないと感じましたが、大きな問題ではありませんでした。

また利用したいか（はい）の理由
状況次第ではまた使うかもしれませんが、できれば最後まで自分で対処したいと思います。

利用サービスの良かったところ
弁護士が対応してくれる安心感があり、未払い残業代などの問題も相談できました。

利用サービスのイマイチだったところ
料金がやや高いのがネックですが、トラブル時には頼りになると思います。

トラブルの内容
なかった。

No.052 男性／20代／契約社員／技術作業員／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
退職代行を使ったのは今勤めている会社ではなく、前職です。4年弱営業の仕事をしていました。退職代行使う前からもともと仕事を辞めようか悩んでいました。というのも、上司との人間関係で悩みがあり、相談する同僚、先輩もいませんでした。日に日にイライラとストレスが溜まり、欠勤も続き、退職代行を利用しました。

使って良かったところ
利用する前は不安しかなかったですが、代行で会社へ連絡してくれ、退職日までの流れまでサポートしてくれ退職まであっという間でました。利用してみたら、気持ちもスッキリしました。

使ってイマイチだったところ
2.3万そこらで退職できると思えば安いですが、気持ちもう少し安価だと助かるかなというところです。

また利用したいか（いいえ）の理由
退職代行は今では利用者は多くなっているとは思いますが、一般的にはお世話になった上司や得意先に不義理をしたと私自身多少感じています。利用すれば楽ですが、円満にまめてみたいとも思っています。

利用サービスの良かったところ
退職連絡前から退職日までの流れをしっかり教えていただきました。サポート相談等寄り添っていただきました。

利用サービスのイマイチだったところ
大手の部類になると思いますが、気持ちもう少し安価だと助かります。

トラブルの内容
トラブルは特にありませんでした

No.053 男性／30代／正社員／IT企業のシステムエンジニア／利用：EXIT

退職代行を使った理由
転職先が決まり、円満に辞めたかったのですが、上司とのコミュニケーションが苦手で直接言い出しづらかったため、スムーズに退職できる方法を探していました。

使って良かったところ
プロに任せたことで、無駄なストレスなくスムーズに退職できました。会社側とのやりとりも一任できて、気持ちよく次のステージに進めたのが何より良かったです。

使ってイマイチだったところ
退職に必要な書類の一部は自分で準備する必要があったため、そこだけ少し手間でした。

また利用したいか（はい）の理由
また状況に応じて使いたいと思いますが、できれば自分の言葉で円満に辞められるのが一番だと思います。

利用サービスの良かったところ
レスポンスが早く、相談もしやすかったです。専門的な質問にも的確に答えてもらえました。

利用サービスのイマイチだったところ
もっと書類準備を手厚くしてもらえるとさらに良かったです。

トラブルの内容
なかった。

No.054 女性／20代／正社員／美容師アシスタント／利用：EXIT

退職代行を使った理由
残業は当たり前、休日出勤も多く、体力的にも精神的にも限界でした。でも、辞めたいと言ったら店長に怒られたり、同僚にも迷惑がかかると思うと怖くて言い出せずにいました。そんな時に退職代行のことを知り、迷わず依頼しました。

使って良かったところ
顔を合わせずに済み、直接のやり取りがなくて本当にホッとしました。翌日から出勤しなくて良いと言われ、気持ちがすごく楽になりました。

使ってイマイチだったところ
退職届の郵送や書類手続きは自分でやる必要があり、少し不安でした。

また利用したいか（はい）の理由
もしまた同じような状況になったら迷わず使います。でも、次はもっと自分からちゃんと言える人になりたいです。

利用サービスの良かったところ
対応が早く、質問にも親切に答えてくれました。女性スタッフがいるのも安心でした。

利用サービスのイマイチだったところ
細かいフォローは少なめで、自分で動かなきゃいけない部分もありました。

トラブルの内容
ありませんでした

No.055 男性／20代／正社員／大学院研究助手／利用：わたしNEXT

退職代行を使った理由
研究室の人間関係が悪く、教授や先輩からのプレッシャーが尋常じゃなかったです。自分で「辞めます」なんて言える状況じゃなかったので、ネットで見つけた退職代行を試してみました。

使って良かったところ
自分で言いづらいことを代わりに伝えてもらえて、本当に助かりました。LINEでサクッと連絡できて、ストレスフリーでした。

使ってイマイチだったところ
郵送での書類提出など、まだ自分でやらないといけない部分があって、少し面倒でした。

また利用したいか（はい）の理由
もうあんな辛い思いはしたくないけど、もし次あったらまた使うと思います。直接話す勇気はまだないですね（笑）。

利用サービスの良かったところ
レスポンスが早く、質問に丁寧に答えてくれたので安心感がありました。

利用サービスのイマイチだったところ
細かいサポートは少なめで、自分で調べる部分が多かったです。

トラブルの内容
ありませんでした

No.056 女性／20代／正社員／工場作業員／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
夜勤が思ったより辛くてやりたくなかったから

使って良かったところ
自分で言わなくていいので勇気がいらない

使ってイマイチだったところ
やめた後の手続きなどはどうしても本人がやらないといけないので結局会社側と話さなければいけないところ

また利用したいか（いいえ）の理由
退職代行とやり取りするのと会社とやり取りするのは変わらないと思ったから

利用サービスの良かったところ
退職することの相談は無料だった

利用サービスのイマイチだったところ
料金が高い

トラブルの内容
特になかった

No.057 女性／40代／正社員／介護施設スタッフ／利用：退職代行ニコイチ

退職代行を使った理由
長年勤めてきましたが、人手不足で負担が増え、体調も崩してしまいました。辞めたい気持ちは強かったものの、職場の人間関係や引き止めが怖くて言い出せませんでした。

使って良かったところ
代行が会社とのやり取りをすべて代わりにやってくれ、直接顔を合わせずに辞められたのが精神的に助かりました。ストレスが減り、安心して新しい生活を始められました。

使ってイマイチだったところ
退職後の書類手続きは自分で行う必要があり、少し不安でした。

また利用したいか（はい）の理由
もしまた同じような状況なら利用すると思いますが、なるべく円満に自分で辞められるのが理想です。

利用サービスの良かったところ
LINEでの対応が丁寧で、質問にも迅速に答えてくれました。

利用サービスのイマイチだったところ
退職届の郵送など、一部の手続きは自分でやる必要がありました。

トラブルの内容
なかった。

No.058 男性／30代／正社員／営業職／利用：EXIT

退職代行を使った理由
人間関係が最悪で、直属の上司からのパワハラがひどかったからです。何度も退職を申し出ようとしましたが、話を聞いてもらえなかったり、引き止められて精神的に参っていました。もう自分ではどうにもならないと感じ、会社の人間と一切関わらずに辞めたいという一心で利用しました。

使って良かったところ
何よりも精神的な負担から解放されたことが一番良かったです。会社とのやり取りを全て代行してもらえたので、もうあの嫌な上司と顔を合わせたり、電話で話したりする必要がなくなりました。おかげでストレスが激減し、次のステップに進むためのエネルギーを温存できました。

使ってイマイチだったところ
会社からの私物の返却や離職票の手続きなどで、サービス側との細かなやり取りが何度か発生し、完全に「何もしなくていい」というわけではなかった点です。

また利用したいか（いいえ）の理由
もう退職代行を利用するような状況には陥りたくない、という気持ちが強いからです。退職代行は本当に最終手段だと思っています。もちろん、サービス自体は助かりましたが、次に転職する際は、今回の経験を活かして、もっと慎重に企業選びをしようと心に決めました。

利用サービスの良かったところ
連絡が非常にスムーズで、対応が早かった点です。申し込み後すぐに連絡が来て、その日のうちに会社へ連絡を入れてくれました。状況報告もこまめにLINEでしてくれるので、不安を感じることなく手続きを進められました。また、弁護士監修のサービスだったので、法的な問題も安心できました。

利用サービスのイマイチだったところ
強いて言えば、料金プランがややシンプルすぎたことです。もう少し細かいオプションサービスがあれば、さらに個々のニーズに合わせた利用ができたかもしれません。例えば、私物の郵送手配まで完全に代行してくれるようなサービスがあれば、より完璧だったと思います。

トラブルの内容
（回答なし）

No.059 男性／30代／正社員／ホテルフロントスタッフ／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
長時間勤務とサービス業特有のストレスで体調を崩し、退職を決意。しかし、上司に直接辞める意思を伝えるのが難しく、代行を利用しました。

使って良かったところ
会社とのやり取りを全て代行してもらえ、面倒な直接対話を避けられたのが良かったです。気持ちを整理して次のステップに進めました。

使ってイマイチだったところ
必要な書類の処理は自分で行う必要があり、少し手間でした。

また利用したいか（はい）の理由
同じような状況になったらまた利用すると思いますが、できれば自分で直接話せるようになりたいです。

利用サービスの良かったところ
レスポンスが早く、安心して任せられました。

利用サービスのイマイチだったところ
書類のやりとりに関してもう少しサポートが欲しかったです。

トラブルの内容
ありませんでした

No.060 男性／30代／正社員／営業職／利用：EXIT

退職代行を使った理由
電話応対が苦手で、毎日精神的に追い詰められていました。辞めたい気持ちはあっても、上司に直接伝える勇気がなく退職代行を利用しました。

使って良かったところ
直接話さなくて済むのでストレスフリー。LINEで簡単に相談でき、すぐに対応してもらえて安心しました。

使ってイマイチだったところ
退職に必要な書類の郵送は自分でやる必要があって、そこだけ手間でした。

また利用したいか（はい）の理由
また困ったら迷わず使います。直接言えないタイプなので本当に助かりました。

利用サービスの良かったところ
対応が早くて、質問にも丁寧に答えてくれました。

利用サービスのイマイチだったところ
細かいフォローがあまりなく、自分で動く部分が多かったです。

トラブルの内容
ありませんでした

No.061 男性／30代／正社員／営業職／利用：モームリ

退職代行を使った理由
ブラック体質の上司の存在があり、自身で伝えても辞めることができなかったため

使って良かったところ
上司と話せずに辞めることができたところ

使ってイマイチだったところ
コストがかかってしまったところ

また利用したいか（いいえ）の理由
高いコストを払うことになるので

利用サービスの良かったところ
こちらの依頼をしっかり遂行してくれた

利用サービスのイマイチだったところ
特になかった

トラブルの内容
トラブルなし

No.062 男性／40代／正社員／看護師／利用：フォーゲル綜合法律事務所

退職代行を使った理由
退職が半年間受理されず、次の転職先も決まっていたため

使って良かったところ
職場との直接のやり取りを一切せずに退職できたこと

使ってイマイチだったところ
満足だったので特にありません

また利用したいか（はい）の理由
確実に退職することが出来、職場から連絡が来ないから

利用サービスの良かったところ
弁護士が運営しているため、有休消化などの交渉をしてもらえること

利用サービスのイマイチだったところ
特にありません

トラブルの内容
（回答なし）

No.063 女性／30代／アルバイト/パート／事務職／利用：退職代行Jobs

退職代行を使った理由
パワハラにあっていたため、自分が退職を言いきにくかったので

使って良かったところ
やはり自分から言わないため負担が減りました

使ってイマイチだったところ
個人的には、ないです

また利用したいか（はい）の理由
やはり自分からは切り出せないため

利用サービスの良かったところ
自分の代わりに退職を申し出てくれたのが良かったです

利用サービスのイマイチだったところ
個人的にはないです

トラブルの内容
（回答なし）

No.064 男性／40代／正社員／建設業・土木／利用：男の退職代行

退職代行を使った理由
キャリアアップの為に転職が決まっていましたが、それでも上司に退職届を受け取ってもらえず無駄な時間が過ぎていたので、代行を利用しました。

使って良かったところ
スピーディーな対応はもちろんでしたが、アフターフォローまで親身で退職をした後の不安など気持ち的に楽になれたのは特に良かったと感じました。

使ってイマイチだったところ
退職手続きをされている際には全く連絡がなかったので、どうなっているのか不安になったのはイマイチでした。

また利用したいか（はい）の理由
対応が迅速で全く負担を感じなかったですし、時短にも繋がったので機会があればまた利用したいです。

利用サービスの良かったところ
男性に特化されているサービスなので、男性として相談をしやすくて素直に伝えられたのは大変良かったです。

利用サービスのイマイチだったところ
LINEでの相談の際には対応がラフだと感じたので、その点はイマイチでした。

トラブルの内容
（回答なし）

No.065 男性／20代／アルバイト/パート／飲食店ホール／利用：モームリ

退職代行を使った理由
話したくないと思い利用

使って良かったところ
嫌いな人と会わなくて辞められたのが良かった

使ってイマイチだったところ
値段がとても高くて残念でした。

また利用したいか（はい）の理由
簡単にお仕事を辞められるのでまた利用したい。

利用サービスの良かったところ
すぐに辞められる。

利用サービスのイマイチだったところ
値段がとても高い

トラブルの内容
（回答なし）

No.066 女性／20代／正社員／専門職／利用：株式会社ローキ

退職代行を使った理由
精神的に追い詰められ社長に退職をなかなか切り出せなかった。

使って良かったところ
今後会うことがないし、連絡も取らないのでスッキリした

使ってイマイチだったところ
急に辞めたので仲良かった人とかにはちょっと申し訳なかった

また利用したいか（いいえ）の理由
次は順序をまもり相談からしていけたらと思いました。

利用サービスの良かったところ
手厚いサポートがあったおかげで退職できた

利用サービスのイマイチだったところ
大きな問題はなかった

トラブルの内容
（回答なし）

No.067 男性／30代／正社員／営業職／利用：男の退職代行

退職代行を使った理由
辞めたいということを上司に伝えたときに、「まだ働いてもらわないと困る。そのお願いは聞けません」と全く聞く耳を持ってもらえなかったからです。

使って良かったところ
上司と顔を合わせる必要もなく、電話も対応することもなく辞められたのが良かったです。

使ってイマイチだったところ
普通に仕事を辞める場合にはかからないはずのコストがかかるところ。

また利用したいか（はい）の理由
仕事を辞められないという絶望感から救ってくれるサービスだと実感したから。

利用サービスの良かったところ
メンタルがやられてるこちらに寄り添ってくれるような、優しい対応をしてくれた。

利用サービスのイマイチだったところ
書類の説明などがちょっとわかりにくかった。

トラブルの内容
（回答なし）

No.068 男性／30代／正社員／販売業／利用：退職代行トリケシ

退職代行を使った理由
退職しようとしたが、拒否され続けたため。

使って良かったところ
強引にではあるが、退職が確実に成立したことがよかったです。
絶対に辞めさせようとしない会社だったので、利用して正解でした。

使ってイマイチだったところ
会社との関係が悪化したため、書類を取りに行くと厳しい指摘をされたことです。
退職代行を利用したことも責められました。

また利用したいか（はい）の理由
ほぼ確実に退職できる点がいいと思いますし、嫌な人との関わりも断ち切れます。
どうやっても辞められない時は代行を利用したほうがいいです。

利用サービスの良かったところ
有休消化を交渉してもらえたことです。
絶対に無理だと思っていましたが、交渉の結果、有休を使って辞められるようになりました。

利用サービスのイマイチだったところ
ヒアリングの際にあまり対応が良くないと感じた点です。
少し担当者の質問内容が雑で、何度か聞き直すことがありました。
少し上から目線のイメージもあるので改善してほしいです。

トラブルの内容
（回答なし）

No.069 男性／40代／正社員／総合職／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
あまりに忙しすぎて、退職を自分でやる気力もなくなっていたため

使って良かったところ
いろいろな手続きを業者側でしっかりと処理してくれ、自分はほぼ何もしなくてもよかったこと

使ってイマイチだったところ
料金は安いけど、法律的にやや不安な面があったところ

また利用したいか（いいえ）の理由
法的にグレーな行為なので、できたら今後は余裕がある時には自分で退職意向を示したいため。

利用サービスの良かったところ
労働組合がバックについているので安心できたのと、すぐに退職処理を行えてよかった。

利用サービスのイマイチだったところ
屋や法律的に大丈夫か不安だった

トラブルの内容
トラブルなし

No.070 女性／30代／正社員／事務職（総務・庶務）／利用：退職代行SARABA

退職代行を使った理由
直属の上司にパワハラまがいの言動があり、自分では辞めたいと言い出せなかったから。

使って良かったところ
会社と一切やり取りせずに辞められて、精神的にすごくラクだった。

使ってイマイチだったところ
代行してくれる人が毎回違って、やり取りにちょっとズレを感じることがあった。

また利用したいか（はい）の理由
もし次も辞めづらい職場だったら、もう一度使いたいと思うくらいストレスが軽減されたから。

利用サービスの良かったところ
即日対応してくれて、LINEでやり取りできるのが便利だった。

利用サービスのイマイチだったところ
退職届のテンプレートがちょっとわかりにくかった。

トラブルの内容
（回答なし）

No.071 女性／30代／正社員／看護師／利用：退職代行EXIT

退職代行を使った理由
不当な残業や夜勤を押し付けられることが多く、精神的にも肉体的にも辛くなって鬱病になりかけたので退職代行を利用してトラブルなく辞める決断をしました。

使って良かったところ
精神的な負担が大幅に減ったことが一番良かったです。自分から退職届を出しても引き留められる確率が高いですし、すぐには辞めさせてくれないので仲介者に間に入ってもらうことでスムーズに退職ができました。会社の人と直接会わないまま退職できたこともストレス軽減に繋がって良かったです。

使ってイマイチだったところ
思った以上に費用がかかってしまうところがイマイチでした。安くても2万円くらいかかるので、意外と痛い出費です。

また利用したいか（はい）の理由
トラブルなくスムーズに退職することはなかなか難しいので、未然にトラブルを回避するためにも今後も退職代行は積極的に利用していきたいです。

利用サービスの良かったところ
料金が一律でわかりやすいところ、夜間や土日祝日でも対応してくれるところが良いです。また、退職の手続きをしてくれるだけではなく、転職サポートも行ってくれるのが有難いです。

利用サービスのイマイチだったところ
電話対応をしていないところがちょっとマイナスに感じました。基本的にLINEかメールのみでの相談だったので、じっくりと話ができないところが少し残念に思います。

トラブルの内容
特になかったです。

No.072 男性／30代／正社員／営業職／利用：退職代行SARABA（サラバ）

退職代行を使った理由
上司からの圧が強く、辞めたいと伝える勇気が持てなかったからです。退職を切り出した同僚が引き止めや無視などの嫌がらせを受けたこともあり、「自分には無理だ」と思い、退職代行を使うことを決めました。

使って良かったところ
会社と一切連絡を取らずに済んだのが一番大きかったです。連絡が来るかとヒヤヒヤしていましたが、一度も直接連絡はありませんでした。精神的な負担が大幅に軽くなり、気持ちも楽になりました。

使ってイマイチだったところ
退職に関して、会社側と何が話されているのかが不透明で少し不安でした。引き継ぎが不要だったとはいえ、「何も聞かれないまま終わっていいのかな？」と罪悪感のようなものもありました。

また利用したいか（はい）の理由
また使いたいと思います。退職する時はいつだって緊張しますし、精神的に余裕がないときには、こういったプロの力を借りた方が良いと実感しました。

利用サービスの良かったところ
LINEでのやり取りが非常にスムーズで、夜遅くでも返信をくれたのがありがたかったです。対応も淡々としていながら丁寧で、安心感がありました。「もう会社に行かなくて大丈夫です」とはっきり言われたときは泣きそうになりました。

利用サービスのイマイチだったところ
退職届のテンプレートはもらえましたが、自分で印刷・署名・郵送が必要だったのが少し面倒に感じました。紙に触れるだけで当時の職場を思い出してしまうほどだったので、もう少しフォローがあると助かると思いました。

トラブルの内容
なかったです

No.073 女性／20代／正社員／事務／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
自分から言いにくいから

使って良かったところ
言った時に気まづくならない。

使ってイマイチだったところ
あまりないです。

また利用したいか（いいえ）の理由
ちょっと高いなと思ってしまうから

利用サービスの良かったところ
LINEでやり取りできるところ

利用サービスのイマイチだったところ
特になし。

トラブルの内容
（回答なし）

No.074 女性／20代／正社員／製造職／利用：退職代行SARABA

退職代行を使った理由
話がなかなか通じない上司だった為

使って良かったところ
さらっと、やめれたこと

使ってイマイチだったところ
イマイチだったことはない

また利用したいか（はい）の理由
直接上司に声かけて時間もらって説明してってことをしなくていいからストレス少なくやめれるから

利用サービスの良かったところ
ラインで完結

利用サービスのイマイチだったところ
イマイチだったところはない

トラブルの内容
（回答なし）

No.075 男性／30代／正社員／地方の製造業で勤務していた現場系の技術職（男性・30歳）。3交代制で、夜勤も多い職場でした。／利用：退職代行Jobs（ジョブズ）

退職代行を使った理由

直属の上司からの暴言や、シフトの急な変更が頻発して精神的に限界を感じていました。睡眠もろくに取れず、気がついたらうつ症状のような状態に。自分から辞めるなんて言い出せる雰囲気もなく、「明日からもう出社したくない」という思いで、ネット検索から退職代行に辿り着きました。

使って良かったところ

とにかく即日対応してもらえたこと。深夜にLINEで相談したのに、その数時間後には会社に連絡を入れてくれて、「本日付で出社不要になりました」と報告が来ました。肉体的にも精神的にも限界だったので、本当に救われました。

使ってイマイチだったところ

会社から支給されていた作業服や工具類の返却手配を自分でやる必要があり、若干手間に感じました。退職代行がそこまでやってくれると思っていたので、その点だけは「ちょっと想像と違ったな」と思いました。

また利用したいか（はい）の理由

正直、自分で言い出すよりも遥かに楽だったので、同じように追い詰められたらまた使うと思います。でも、できることなら次の職場では使わなくて済むような環境で働きたいです。

利用サービスの良かったところ

労働組合運営ということで、会社側の引き止めにもきちんと交渉してくれる点が安心でした。LINEの返信も早く、こちらの状況をすぐに理解してくれた印象。退職届の送付やその後の書類関係の手順も丁寧に案内してくれました。

利用サービスのイマイチだったところ

電話対応がない（LINEとメールのみ）ため、少し不安に感じる人もいるかもしれません。自分は夜勤明けだったので逆に助かりましたが、「声で聞きたい」という人は戸惑うかも。

トラブルの内容

会社から私物の郵送が遅れていて不安でしたが、代行サービス経由で連絡をしてもらい、1週間後にようやく届きました。その他は特に大きなトラブルはありませんでした。

No.076 女性／20代／正社員／アパレルブランドの販売スタッフ／利用：退職代行ニコイチ

退職代行を使った理由

「辞めたい」と店長に言うたびに、「今は人が足りないから」「あと3ヶ月頑張って」みたいに、のらりくらりかわされ続けたからです。最終的に無視されるようになり、こっちが壊れる前に逃げるしかないと思いました。

使って良かったところ

もう顔も見たくなかったので、LINE一本で全て丸投げできたのが本当に救いでした。精神的にボロボロになってたから、何も言わずに離脱できたのは大きかった。

使ってイマイチだったところ

制服（ブランドの支給品）をクリーニングして返送しなきゃいけなかったのが、正直面倒でした。できればそのへんも代行してくれるプランがあればな…って思いました。

また利用したいか（はい）の理由

多分、また言い出せない環境だったら迷わず使うと思います。でも次は、退職代行を使わなくて済むような会社をちゃんと見て選びたいですね。

利用サービスの良かったところ

対応がとにかく早い！LINEを送った数時間後には会社に連絡を入れてくれて、その日のうちに「明日から行かなくてOKです」って言われました。しかも電話なし、書面だけでOKだったので楽でした。

利用サービスのイマイチだったところ

「弁護士ではないのでトラブル対応できません」と事前に言われていて、万が一なにかあったらどうしようって不安はちょっとありました。でも結局トラブルはなかったので結果オーライ。

トラブルの内容

なかった。

No.077 男性／30代／正社員／営業、不動産業界／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
以前から転職したかったのですが、不動産屋のオーナーに無理だとずっと言われていたので、代行にお願いするしかなかったです。

使って良かったところ
こちらの思いをすごく反映して頂けて安心感がありました。

使ってイマイチだったところ
スピード感がもう少しあったらと思いました。

また利用したいか（いいえ）の理由
もしまた同じように転職するなら自分で伝えれたらと思っているからです。

利用サービスの良かったところ
しっかりプランを考えて頂けてどのようにしていけばいいか言って頂きお任せする事が出来たのでいいと思いました。

利用サービスのイマイチだったところ
担当の方が少しこちらの人間的な部分をつついてきたので嫌でした。

トラブルの内容
（回答なし）

No.078 女性／30代／アルバイト/パート／スーパーのアルバイト／利用：退職代行EXIT

退職代行を使った理由
5年ほど同じ職場で働いていて、体がしんどくなったので辞めたくてオーナーに伝えたのですが辞めさせてもらえなかったのでお願いしました。

使って良かったところ
こちらの伝えた事をきっちりとやってもらえるとこがいいと思いました。

使ってイマイチだったところ
スピード感がもう少しあったらなと思いました。

また利用したいか（いいえ）の理由
すごくいい代行なのですが、できるだけ自分でやりたいからです。

利用サービスの良かったところ
すごくこちらの気持ちになって頂けて安心感のあるとこだったのでありがたかったです。

利用サービスのイマイチだったところ
担当の方が少しだけ圧を感じる発言があったので嫌でした。

トラブルの内容
（回答なし）

No.079 女性／40代／正社員／介護職／利用：弁護士法人みやび

退職代行を使った理由
長年働いてきましたが、人手不足が慢性化し、シフトもきつくなっていくばかり。ミスをすればすぐに責任を押しつけられ、職場に信頼できる上司もいない。「辞めたい」と思っても、現場の仲間に申し訳なくて、言い出せずにいました。ある日、腰を痛めて「もう無理だ」と限界を感じ、退職代行の利用を決意しました。

使って良かったところ
会社とのやり取りをすべて任せられる安心感が大きかったです。私の代わりに退職の意思を伝えてくれたことで、罪悪感やプレッシャーから解放されました。辞めた後に職場の誰とも連絡を取らなくて済んだのが、本当に助かりました。

使ってイマイチだったところ
心身が疲れているときには、LINEでのやり取りも少し億劫に感じることもありました。電話対応もあると嬉しいと思いました。

また利用したいか（はい）の理由
同じように「自分からはもう言えない」と思う状況なら、きっとまた使います。でも今度は、そんなふうに我慢し続ける前に、もっと早く動ける自分でいたいとも思います。

利用サービスの良かったところ
弁護士が対応してくれるので、離職票の発行や未払い残業代の交渉など、法的な内容も安心して任せられました。こちらの状況をきちんと聞いたうえで、相手方に適切な対応をしてくれた印象です。

利用サービスのイマイチだったところ
一般的な代行サービスと比べて費用は高めです。ただ、トラブルリスクのある人にとっては、それだけの価値があると思います。

トラブルの内容
なかったです

No.080 女性／20代／正社員／製造業／利用：退職代行SARABA

退職代行を使った理由
上司のパワハラを受けていたので、退職の話ができそうに無かったから。

使って良かったところ
嫌な上司と話さなくて済むところ。

使ってイマイチだったところ
値段が高いので、辞めるだけに払うのはもったいないと感じたこと。

また利用したいか（いいえ）の理由
料金が高いので、払いたくないと思ったから。

利用サービスの良かったところ
LINEでのやりとりが中心でスムーズかつ丁寧だった点。返信も早く、不安なことにすぐ対応してくれた。全国対応で即日対応可能なところも助かった。会社とのやり取りを一切せずに済んだのが精神的にとてもラクだった。

利用サービスのイマイチだったところ
会社から貸与されていた備品の返却や、保険証の送り方などは自分で対応しなければならず、完全に“丸投げ”できるわけではなかった点。

トラブルの内容
（回答なし）

No.081 男性／40代／アルバイト/パート／営業職／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
自分で言いづらかったからです。

使って良かったところ
何も面倒くさくなかった点が良かったです。

使ってイマイチだったところ
仕方ないことですが、出費がかさんだところです。

また利用したいか（はい）の理由
全て対応してくれたからです。

利用サービスの良かったところ
丁寧な対応だったところです。

利用サービスのイマイチだったところ
コスパが少し悪いです。

トラブルの内容
（回答なし）

No.082 男性／20代／正社員／営業／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
退職の話を切り出す勇気がなく、何度も言い出せずに悩んでいたため

使って良かったところ
自分で会社とやりとりせずに済み、精神的にすごく楽でした。思っていたよりスムーズに進んだのも安心でした。

使ってイマイチだったところ
退職後のフォローなどがもう少しあるともっと安心できたと思います。

また利用したいか（はい）の理由
いざという時に頼れる安心感があり、次も一人で抱え込まずにお願いできる選択肢として考えたいからです。

利用サービスの良かったところ
対応が早く、LINEだけで手続きが進んだ点がとても良かったです。丁寧な返信にも安心感がありました。

利用サービスのイマイチだったところ
やや事務的な印象を受けるやりとりもあり、もう少し人間味のある対応だと嬉しかったです。

トラブルの内容
（回答なし）

No.083 男性／20代／正社員／営業／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
精神的に限界で、上司に退職を切り出す勇気が出なかったため

使って良かったところ
すべてのやりとりを代わりにやってくれて、自分は一度も会社と連絡を取らずに済んだところ。

使ってイマイチだったところ
やや事務的な対応に感じた。もう少し寄り添った言葉やサポートが欲しかった。

また利用したいか（はい）の理由
精神的に楽だったし、確実に辞められたので、同じような状況ならまた頼ると思う

利用サービスの良かったところ
深夜でもLINEで対応してくれて安心できた。即日で会社に連絡をしてくれた。

利用サービスのイマイチだったところ
手続き後の連絡が少なく、完了したのか少し不安になる場面があった。

トラブルの内容
（回答なし）

No.084 男性／20代／正社員／営業職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
会社の人間関係が非常に悪化しており、直接上司に退職の意思を伝えることに強い不安を感じたため、円満に退職することが難しいと判断し利用しました。

使って良かったところ
自分で会社に連絡しなくて済んだため精神的な負担が大幅に減り、スムーズに退職手続きを進められた点が非常に良かったです。

使ってイマイチだったところ
忙しい時期だったのか返信が遅いことが何度かあり、こちらの疑問点がなかなか解消されなかった点が少し不満でした。

また利用したいか（はい）の理由
対応で丁寧で負担なく退職出来たので、また利用したいと感じました。

利用サービスの良かったところ
担当者が親切で、相談時にこちらの事情をよく聞いてくれたため安心感がありました。

利用サービスのイマイチだったところ
連絡のやり取りにタイムラグがあり、対応がやや遅かったことが不安材料でした。

トラブルの内容
特にトラブルはなく、全体的にスムーズに進みました。

No.085 男性／20代／正社員／事務職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
職場の人間関係が悪化し、直接辞意を伝えることが精神的に難しかったため利用しました。

使って良かったところ
会社と一切やり取りすることなくスムーズに退職でき、精神的負担が大きく軽減されました

使ってイマイチだったところ
LINEの返信が少し遅い時間帯があり、緊急時の対応に若干の不安を感じました。

また利用したいか（はい）の理由
丁寧だったため、もしまた退職が必要な場面があれば安心して任せられると感じました

利用サービスの良かったところ
価格が明朗で、LINEだけで全て完結した点がとても便利でした

利用サービスのイマイチだったところ
繁忙期だったのか、返事が遅れるタイミングが少しありました

トラブルの内容
（回答なし）

No.086 男性／20代／正社員／事務職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
パワハラや長時間労働が続き、自分ではもう冷静に退職の話ができる状態ではなかったからです。

使って良かったところ
職場と一切連絡を取らずに辞められたことで、心身ともにとても楽になりました

使ってイマイチだったところ
タイミングによっては返事が遅く、もう少しスピード感があれば安心できたと思います

また利用したいか（はい）の理由
本当に会社と連絡を取らずに辞められたので、今後もしもの時にも頼れる選択肢だと思えたからです

利用サービスの良かったところ
LINEでのやりとりが中心で、スムーズに退職が完了しました。説明もわかりやすかったです

利用サービスのイマイチだったところ
有給取得などの細かい交渉についての説明が少なく、少し不安になりました。

トラブルの内容
（回答なし）

No.087 男性／30代／正社員／IT技術職／利用：退職代行OITOMA

退職代行を使った理由
直接話すのがストレスだった

使って良かったところ
引き止めや揉め事なくスムーズに辞めれたこと

使ってイマイチだったところ
離職票など書類がちゃんと届くか不安だった

また利用したいか（いいえ）の理由
現在はそのようなサービスに頼る必要がないから

利用サービスの良かったところ
弁護士が監修しており交渉にも強く安心して利用できた

利用サービスのイマイチだったところ
他の代行サービスと比べると料金が高い

トラブルの内容
（回答なし）

No.088 女性／30代／正社員／営業職／利用：退職代行EXIT

退職代行を使った理由
上司と会話をしたくないと思いました。

使って良かったところ
すぐに退職する事が出来ました。

使ってイマイチだったところ
問い合わせへの対応が遅いです。

また利用したいか（はい）の理由
知識と経験豊富で、安心して任せる事が出来たので。

利用サービスの良かったところ
料金が安いです。

利用サービスのイマイチだったところ
会社との交渉が出来ません。

トラブルの内容
（回答なし）

No.089 女性／40代／正社員／営業事務／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
退職したいと伝えたものの慰留され続け、心身の負担が大きくなったから。

使って良かったところ
退職に関する煩わしい交渉を代行してくれるため、精神的な安心感を得られた。

使ってイマイチだったところ
サービス内容に比べて料金が高いと感じた。

また利用したいか（はい）の理由
交渉事が苦手なので、プロに頼んで交渉してもらった方が精神的な負担が少ない。

利用サービスの良かったところ
スタッフの対応が丁寧で、相談しやすかった。

利用サービスのイマイチだったところ
退職後のフォローアップが物足りない。

トラブルの内容
トラブルはなかった。

No.090 女性／30代／アルバイト/パート／軽作業／利用：退職代行サービスjobs

退職代行を使った理由
結婚に伴う転居のため、退職を希望しましたが話し合う時間を取ってもらえなかったためです。
手続きや引き継ぎが出来ませんでした。

使って良かったところ
退職代行を利用したところ、後日所定の手続きを行うことができました。又、有給も2週間分取得して辞めることができました。

使ってイマイチだったところ
デメリットは、とくにありません。

また利用したいか（いいえ）の理由
なるべく、自分で解決する力をつけたいためです。

利用サービスの良かったところ
代わりに、意思表示をして分からないところを確認してくださったこと。

利用サービスのイマイチだったところ
特に問題ありません。

トラブルの内容
（回答なし）

No.091 女性／30代／アルバイト/パート／販売職／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
人手不足で、退職の意を示しても次の人が入るまでと先延ばしにされたあげく、実際には求人さえ出していなかったことがわかり、呆れを感じてしまったから。

使って良かったところ
本気で退職したいと思っていること、引き止めても無駄なところまで来ていると伝わったこと。

使ってイマイチだったところ
有給消化とシフトの都合上、即退職とはならなかったこと。

また利用したいか（はい）の理由
自分で伝えても話にならない、相手にされていないとわかったときは、第三者に入ってもらった方が話がスムーズに進むから。

利用サービスの良かったところ
LINEやフリーダイヤルで無料で相談してから申し込めることや、退職時期などの希望をしっかり聞いてもらえること。

利用サービスのイマイチだったところ
実際の退職日まで勤務がある場合は、結局直接連絡を取る必要があり、気まずかった。

トラブルの内容
（回答なし）

No.092 男性／20代／正社員／事務職／利用：代行EXIT

退職代行を使った理由
辞めたいと言ってもなかなかやめさせて貰えなかった

使って良かったところ
その日から自分自身は全く何もせず代行がやってくれた

使ってイマイチだったところ
料金がかかるのはやっぱデメリット

また利用したいか（はい）の理由
全て代行さんがやってくれて、ほんとに自分は何もせず辞めることができた

利用サービスの良かったところ
親身になって話を聞いてくれた

利用サービスのイマイチだったところ
意外と高いなと感じた

トラブルの内容
（回答なし）

No.093 女性／30代／正社員／事務職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
お局さんにいじめられていて、退職を言い出せなかったから

使って良かったところ
退職までの間に出社しなくて良かったこと

使ってイマイチだったところ
理由を聞かれた時に上手く答えてくれず揉めたこと

また利用したいか（いいえ）の理由
代行を使ってまで辞めたいと思う企業に勤めたくないから

利用サービスの良かったところ
きちんとヒアリングはされたこと

利用サービスのイマイチだったところ
担当者によって当たり外れがあるとこ

トラブルの内容
トラブルはない

No.094 女性／40代／派遣社員／事務職／利用：退職代行ジョブズ

退職代行を使った理由
残業や上司のパワハラがひどかった

使って良かったところ
トラブルなくスムーズに退職できた

使ってイマイチだったところ
お金がかかってしまった

また利用したいか（はい）の理由
またブラック企業だったら利用したい

利用サービスの良かったところ
親身になって相談にのってくれた

利用サービスのイマイチだったところ
お金はかかった

トラブルの内容
（回答なし）

No.095 男性／30代／正社員／法人営業／利用：退職代行ガーディアン

退職代行を使った理由
上司に直接退職の意思を伝える勇気が持てず精神的に限界だったため依頼しました。

使って良かったところ
一切職場とやり取りすることなく退職できたこと。精神的にとても助けられました。

使ってイマイチだったところ
退職までのやり取りが少し事務的で不安な時間があった。進捗報告がもう少し欲しかったです。

また利用したいか（はい）の理由
精神的に追い詰められている状況では自分で対応するのは難しいからです

利用サービスの良かったところ
LINEでのやり取りがスムーズで即日対応してもらえた点。

利用サービスのイマイチだったところ
退職届の書き方などもう少しフォローがあればなおよかったと思う。

トラブルの内容
（回答なし）

No.096 女性／20代／正社員／事務職／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
職場での人間関係がつらく毎日泣きながら通っていました。上司に退職を伝える勇気もなく精神的に限界を感じて退職代行に頼ることにしました。

使って良かったところ
自分で何も言わずに辞められたことが本当に救いでした。心が軽くなりましたしすぐに退職が進んだのもよかったです。

使ってイマイチだったところ
LINEでのやり取りが中心だったので返信が遅いときに少し不安になりました。質問に対する答えがテンプレートっぽく感じられて、もう少し人間味があるとよかったです。

また利用したいか（はい）の理由
また辛い状況になった時、自分ひとりで抱え込まずに辞められる選択肢があると安心できるからです。

利用サービスの良かったところ
LINEだけで完結し即日対応してもらえた点がすごくありがたかったです。

利用サービスのイマイチだったところ
使い方のガイドや注意点がもう少し丁寧に説明されていたらよかったと思います。

トラブルの内容
（回答なし）

No.097 男性／50代／正社員／製造業・品質管理担当／利用：退職代行OITOMA

退職代行を使った理由
パワハラに近い圧力が長年続いており自分で辞意を伝えることが精神的に難しかったためです。

使って良かったところ
会社に直接出向くことなくスムーズに手続きが進み、自分の精神的負担が大幅に軽減されました。

使ってイマイチだったところ
工場特有の勤務体系や引継ぎ事情への理解が浅くこちらから細かく説明しないといけなかった点が少し手間でした。

また利用したいか（はい）の理由
いざという時の逃げ道があるとわかっているだけで、心の安心感が違うと感じたからです。

利用サービスの良かったところ
スタッフの対応が迅速で疑問点にもすぐに答えてくれたところが良かったです。

利用サービスのイマイチだったところ
LINEでのやり取りが中心で電話での相談がもっと増えれば安心感が増すと思いました。

トラブルの内容
（回答なし）

No.098 女性／50代／正社員／事務職／利用：退職代行SARABA

退職代行を使った理由
長年勤務していた職場でしたが年齢を理由に担当業務が急に変わり慣れない仕事に心身ともに疲れてしまいました。自分から切り出すのが難しく家族に勧められて退職代行を使うことにしました。

使って良かったところ
自分で何も言わずに退職できたこと。職場とのやりとりをすべて任せられたのは本当にありがたかったです。

使ってイマイチだったところ
サービスの仕組みや手順の説明がもう少し丁寧だったら安心できたと思います。ネットに慣れていない世代には少し不親切でした。

また利用したいか（いいえ）の理由
一度使えば十分です。もう退職代行を使わずにすむよう自分の働き方を見直したいと思いました。

利用サービスの良かったところ
LINEだけで手続きが完了し土日でも対応してくれた点が助かりました。

利用サービスのイマイチだったところ
やり取りが少し事務的で不安な気持ちへの寄り添いがあまり感じられませんでした。

トラブルの内容
（回答なし）

No.099 女性／30代／正社員／サービス業／利用：退職代行jobs

退職代行を使った理由
人間関係で辞めたくて、上司に何言われるかわからなくて怖かったから

使って良かったところ
自分で言わなくていいので無駄に傷つくことなく、とめられることもなくスムーズに辞められた。

使ってイマイチだったところ
料金が高すぎるところ

また利用したいか（はい）の理由
スムーズに自分を削ることなくできるから

利用サービスの良かったところ
弁護士がいるとかで安心できた

利用サービスのイマイチだったところ
料金が高い

トラブルの内容
（回答なし）

No.100 女性／30代／正社員／営業アシスタント／利用：退職代行モームリ

退職代行を使った理由
長年働いていて何度もやめたい旨伝えたが引き止められてなかなかやめられなかっつこと。

使って良かったところ
本人は何もしなくても会社間とやり取りをしてくれてスムーズに対処ができたこと。

使ってイマイチだったところ
少し費用が高かってのかなと。

また利用したいか（はい）の理由
スムーズに退職ができるのでまた使ってみたいなと思う。

利用サービスの良かったところ
３６５日ラインで相談対応してくれるところ

利用サービスのイマイチだったところ
少し費用が高いのかなと思った

トラブルの内容
（回答なし）

データの引用について

本資料の数値・グラフ・回答内容は、引用・転載していただいて構いません。その際は、必ず出典として以下を明記してください。

出典：退職代行比較ムリスルナ「退職代行サービス利用者アンケート調査」（https://taishoku.sooness.co.jp/）