

サーモスが人ととのちょうどいい関係を探るプロジェクト

「ココロの温度差ラボ」を開始

第一弾として上司と部下の温度差に関する調査を実施

互いに本音を言える関係が、仕事の成長実感に好影響

一方で上司の3人に1人、部下の半数が本音で話せない実態が明らかに

魔法びんのグローバル企業として、人と社会に快適で環境にもやさしいライフスタイルを提案するサーモス株式会社(本社：東京都港区 社長：片岡 有二)は、2025年7月18日(金)より、人と人の心の温度差によって生じるさまざまな問題に向き合う「ココロの温度差ラボ」プロジェクトを開始いたします。

サーモスは、「次の心地よいをつくる。」をタグラインに掲げ、食べものや飲みものの保温や保冷はもちろん、人々の生活に寄り添う取り組みを行ってきました。このたび、新たなチャレンジの一環として「ココロの温度差ラボ」を立ち上げます。他者との心地よい温度を紐解き探求していくための取り組みを、本プロジェクトを通して展開していきます。

第一弾として、上司と部下との心の温度差に着目した調査を実施。調査の結果、上司の3人に1人、部下の半数が上司あるいは部下に本音を話せていないと回答しました。一方で、部下あるいは上司に本音を伝えられているの方が、成長実感や新しい仕事への挑戦意欲が高いなど、「本音モチベーション」とも言えるプラスの効果が明らかになりました。さらに、上司の8割、部下の6割は上司あるいは部下との関係性を良くする努力が必要と答えており、立場に関係なく多くの人がちょうどいい関係を探る必要性を感じているようです。

また、本プロジェクトの開始に伴い、「ココロの温度差ラボ」公式Xアカウントを開設します。公式Xアカウントでは、そんなちょうどいい関係を目指すユーザーにとって役立つ「ひとこと」や、心の温度差の解消に役立つ情報を発信していきます。



「ココロの温度差ラボ」公式Webサイト：<https://www.thermos.jp/kokoronoondosa>
「ココロの温度差ラボ」公式Xアカウント：<https://x.com/kokoronoondosa?s=11>

『上司と部下の温度差』に関する調査サマリー

- 上司も部下も本音を飲み込んでいる？3人に1人の上司が部下へ本音で話せていない！
- 部下の約半数も上司へ本音で話せていないと回答！
- 本音を言えない理由は、上司「嫌われたくない、ハラスメントが怖い」、部下「期待していない」
- 本音を言える関係によって上司も部下も仕事に好影響が及ぶ「本音モチベーション」に注目
- 1on1の“期待と現実”にギャップ。1on1でも本音で話せない人は上司の3人に1人、部下の半数以上
- 本音で話せずとも、上司の8割、部下の6割が関係性をよくする努力が必要と回答

「ココロの温度差ラボ」とは？

魔法びんのパイオニアであるサーモスは、飲み物や食べ物の保温・保冷はもちろん、製品の使いやすさやお手入れのしやすさなど、日常の中で感じる「心地よさ」を追求してきました。

その一環として「ココロの温度差ラボ」を立ち上げました。人と人との間にある「心の温度差」に着目し、物理的な温度にとどまらない「人と人とのちょうどいい関係」を追求するプロジェクトです。職場における上司と部下の「本音で向き合えない」実態の調査や、特設Xアカウントを通じて、温度差を感じた時に使える「ひとこと」や関係構築に役立つ情報などを発信していきます。

今後、本音を言えない職場で「ちょうどいい関係」を探る上司と部下のショートドラマを公開予定。最新の情報を公式Xアカウントよりお知らせしますので、ぜひフォローして更新をお待ちください。

調査結果詳細

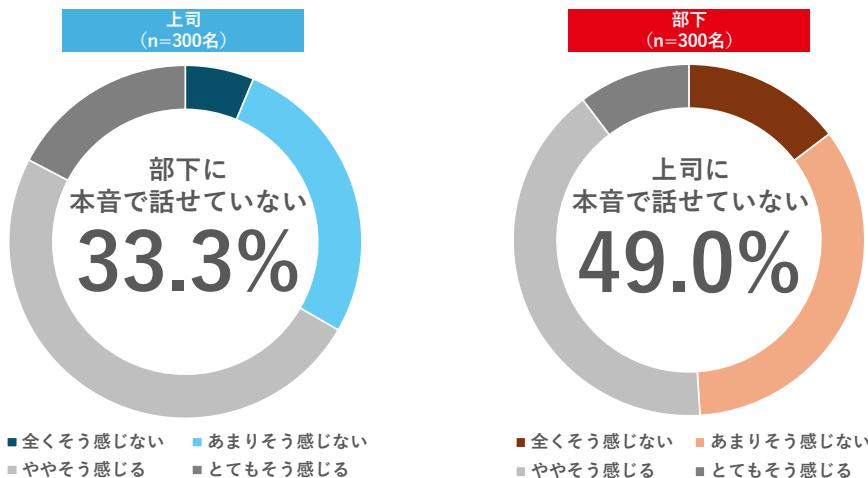
- 上司も部下も本音を飲み込んでいる？3人に1人の上司が部下へ本音で話せていない！
- 部下の約半数も上司へ本音で話せていないと回答！

近年、多くの業界で人手不足が課題であり、人材の定着のためにも、上司・部下間の円滑なコミュニケーションの重要性が高まっています。上司と部下がある程度本音を言い合えるような関係を築くことが、心地よい職場環境を作るために必要であると考えられます。

ですが、上司あるいは部下と本音で話しているか質問したところ、「本音で話せていないと感じる」と回答した人は、上司の33.3%、部下の49.0%でした。上司の3人に1人、部下に至っては約半数が本音で話せていない結果となりました。

上司/部下と本音で話せていると感じますか

※単一回答

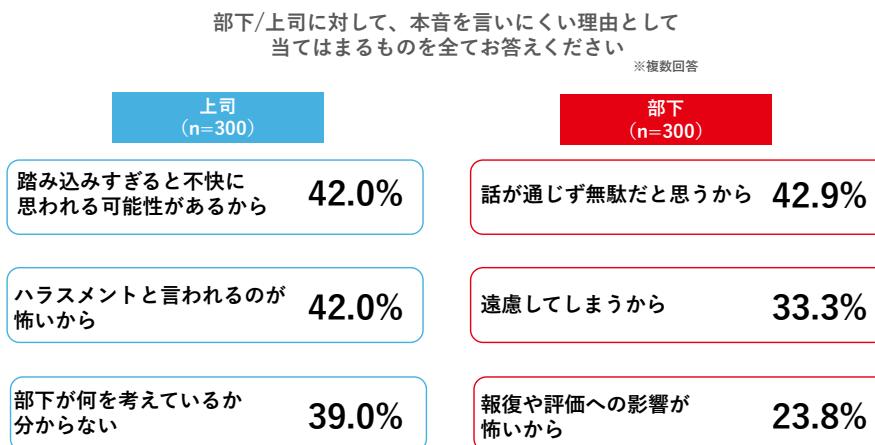


■本音を言えない理由は、上司「嫌われたくない、ハラスメントが怖い」、部下「期待していない」

本音を言えない理由を聞いたところ、上司の理由上位 3 つは「踏み込みすぎると不快に思われる可能性があるから（42.0%）」、「ハラスメントと言われるのが怖いから（42.0%）」、「部下が何を考えているか分からない（39.0%）」となりました。

一方で、部下の理由上位 3 つは「話が通じず無駄だと思うから（42.9%）」、「遠慮してしまうから（33.3%）」、「報復や評価への影響が怖いから（23.8%）」という結果に。

上司は「部下に嫌われたくない、ハラスメントが怖い」気持ちが強く、部下は「上司に期待していない」気持ちが強く表れており、互いに歩み寄りづらい構図が明らかになりました。



■本音を言える関係によって上司も部下も仕事に好影響が及ぶ「本音モチベーション」に注目

一方、本音を言い合っているか否かで仕事への向き合い方に差が出ることが明らかになりました。

部下のうち、「仕事を通じて成長している実感があるか」と質問したところ、本音を言っている人は言えていない人に比べて、成長実感があると答えた割合が 26.7 ポイント高い結果に。上司に焦点を当てても、部下に本音を言っている人はそうでない人より 35.0 ポイントも成長実感が高いと回答しました。

それ以外にも「会社のために貢献したいと思うか」、「新しい仕事に挑戦したいと思うか」、「自分を優秀だと思うか」、「自分の希望に沿った業務に従事しているか」といった項目でも上司・部下ともに本音を言っている人の方が 10~30 ポイント近く高い結果となり、本音を言える関係を築くことで仕事にプラスの影響が及ぶ「本音モチベーション」とも言うべき実態が明らかになりました。

以下のあなたの考え方や行動に関する質問について、最も近いものを選んでください

※各单一回答

項目	部下に本音を言っている上司 (n=200)	部下に本音を言えない上司 (n=100)	差
仕事を通じて成長している実感がある	ある 80.0%	ある 45.0%	35.0ポイント
会社のために貢献したいと思う	思う 86.0%	思う 52.0%	34.0ポイント
新しい仕事に挑戦したいと思う	思う 65.5%	思う 39.0%	26.5ポイント
職場において、自分は優秀な方だと感じる	感じる 68.0%	感じる 49.0%	19.0ポイント
自身の希望に沿った業務に従事している	している 79.0%	している 42.0%	37.0ポイント

以下のあなたの考え方や行動に関する質問について、最も近いものを選んでください

※各单一回答

項目	上司に本音を言っている部下 (n=153)	上司に本音を言えない部下 (n=147)	差
仕事を通じて成長している実感がある	ある 61.4%	ある 34.7%	26.7ポイント
会社のために貢献したいと思う	思う 73.2%	思う 36.1%	37.1ポイント
新しい仕事に挑戦したいと思う	思う 50.3%	思う 39.5%	10.8ポイント
職場において、自分は優秀な方だと感じる	感じる 52.9%	感じる 27.9%	25.0ポイント
自身の希望に沿った業務に従事している	している 69.9%	している 43.5%	26.4ポイント

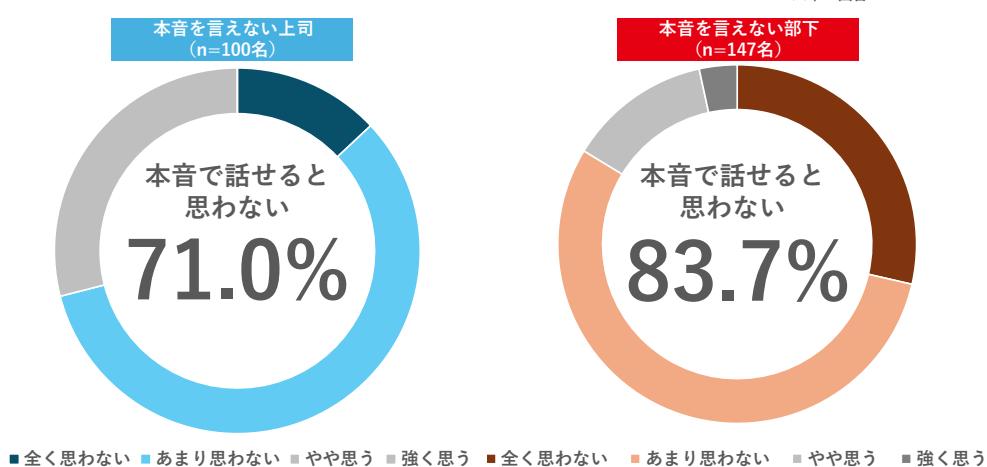
■ 1on1 の“期待と現実”にギャップ。1on1 でも本音で話せない人は上司の 3 人に 1 人、部下の半数以上

普段の業務上のコミュニケーションを超えて、上司と部下が話し合う場として設けられている「1on1」。できるだけ本音で話すための機会として設けられていますが、実際にはそうとは限らないようです。「1on1 では上司あるいは部下と本音で話せると思いますか」という質問に対して、上司の 34.7%、部下の 50.3%があまり思わない、全く思わない回答。さらに、上司あるいは部下に本音を言えない人に限ると、上司の 71.0%、部下の 83.7%があまり思わない、全く思わない回答。

本音を話す機会である 1on1 ですが、特別本音を話せるようになるわけではなく、常日頃から信頼関係の構築が求められるようです。

1on1であれば上司/部下と本音で話せると思いますか

※単一回答



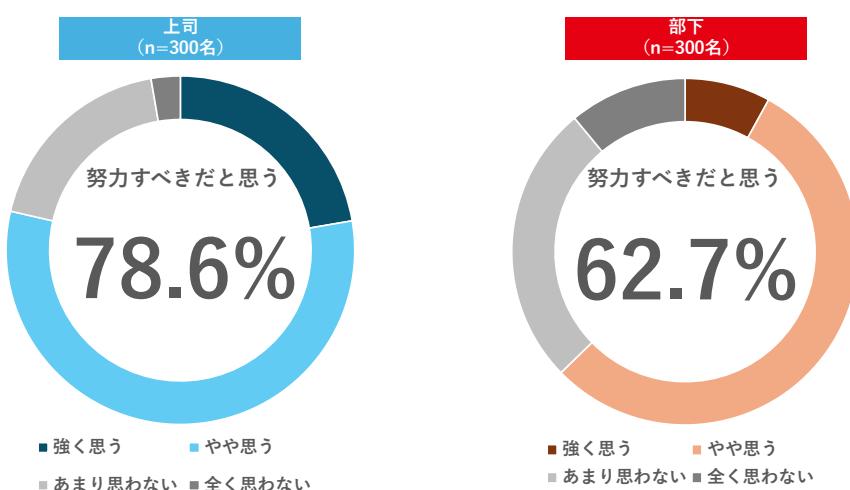
■ 本音で話せずとも、上司の 8 割、部下の 6 割が関係性をよくする努力が必要と回答

1on1 をはじめ、本音で話せない人が多い実態があるものの、「上司あるいは部下と心地いい距離感を作るための努力をするべきか」という質問に対しては上司の 78.6%、部下の 62.7%が強く思う、やや思うと回答。

本音で向き合っていない現状が浮き彫りとなる一方で、上司・部下ともに関係性をよくする努力の必要性を感じている人が多い結果となりました。

上司/部下と心地いい距離感を作るための努力をするべきだと思いますか

※単一回答



■人間関係の温度差に効く“ひとこと”を発信

「ココロの温度差ラボ」プロジェクト X アカウントをスタート

本プロジェクトのスタートに際して、公式 X アカウントをスタート。ちょうどいい関係を見つけるために努力が必要と感じている人が多い調査結果も踏まえ、人と人との温度差を感じてモヤッとした時に使える言葉や心地よい関係性を築くための Tips などを発信していきます。

ショートドラマの公開情報や今後のプロジェクトの動向についても発信していくので、ぜひフォローしてください。

「ココロの温度差ラボ」公式 X アカウント：<https://x.com/kokoronoondosa?s=11>

■調査概要

調査目的：上司と部下のコミュニケーションの実態把握

調査方法：インターネット調査

調査期間：2025年6月26日(木)～30日(月)

調査対象：600名（1on1を実施している上司300名、1on1を実施している部下300名）