

内定辞退は電話しないとダメ？

結論

内定辞退は必ず電話で行わなければならないという法律上の決まりはありません。

企業とのやり取りは電話が望ましいとされる場合がありますが、メールや企業指定の連絡手段で辞退を伝えるケースもあります。また、企業からLINEなどで連絡を受けている場合は、その手段でやり取りが行われることもあります。

大切なのは、できるだけ早く誠実に辞退の意思を伝えることです。

電話で内定辞退するメリット

電話には次のようなメリットがあります。

- 気持ちが伝わりやすい
- その場で辞退が完了する場合が多い
- 採用担当者からの質問にすぐ答えられる
- マナーを重視する企業では好印象になりやすい

一方で、電話が苦手な方には大きな負担となることもあります。

電話で内定辞退するデメリット

電話では次のようなケースがあります。

- 強く引き止められる
- 辞退理由を詳しく聞かれる
- 精神的な負担が大きい
- 「一度会って話そう」と言われることがある

実際に退職サポートDREAMへ相談される方の中にも、

「何度も電話がかかってきて怖かった」

「辞退を断られてしまった」

という相談は少なくありません。

メールでも内定辞退できる？

企業によってはメールで辞退を受け付けています。

特に

- 選考中のやり取りがメール中心
- 面接案内がメール
- 内定通知がメール

だった場合は、メールで辞退を伝えるケースもあります。

ただし、企業から

「電話してください」

と案内されている場合は、その指示に従うことが望ましいでしょう。

LINEで内定辞退できる？

最近では企業とのやり取りをLINEで行う会社も増えています。

例えば

- LINE採用
- LINE公式アカウント
- LINEで面接予約

などです。

企業がLINEで採用活動をしている場合は、LINEで辞退の連絡を受け付けるケースもあります。

一方で、企業から電話やメールでの連絡を求められている場合は、その方法が適切です。

電話が怖い場合はどうすればいい？

電話が苦手だからといって、無断で連絡をしないのはおすすめできません。

無断辞退をすると、

- 採用担当者から何度も電話が来る
- メールが届く
- 自宅へ書類が送付される場合がある

など、かえって負担が大きくなることがあります。

まずは落ち着いて連絡方法を考えましょう。

内定辞退を電話で伝える例文

お世話になっております。

〇〇大学の〇〇と申します。

このたびは内定をいただき誠にありがとうございました。

大変恐縮ですが、慎重に検討した結果、今回の内定を辞退させていただきたくご連絡いたしました。

貴重なお時間をいただいたにもかかわらず申し訳ございません。

何卒よろしくお願いいたします。

内定辞退メール例文

件名：内定辞退のご連絡（氏名）

本文

〇〇株式会社

採用ご担当者様

お世話になっております。

〇〇大学の〇〇です。

このたびは内定をいただき誠にありがとうございました。

慎重に検討した結果、誠に恐縮ですが内定を辞退させていただきたくご連絡いたしました。

お忙しい中、貴重なお時間をいただいたにもかかわらず、このような結果となりましたことを深くお詫び申し上げます。

貴社のますますのご発展を心よりお祈り申し上げます。

よくある質問(FAQ)

Q. 電話しないと失礼ですか？

法律上、電話でなければならない決まりはありません。ただし、企業の案内や状況に応じて適切な方法を選ぶことが大切です。

Q. 辞退理由は正直に話すべき？

差し支えない範囲で伝えれば十分です。

例えば

- 他社へ入社を決めた
- 自分の希望と異なった

などでも問題ありません。

Q. 電話で怒られることはありますか？

企業によって対応は異なります。

引き止めや理由の確認をされる場合もありますが、辞退の意思が変わらないのであれば、その意思を丁寧に伝えることが重要です。

電話で辞退するのが不安なら

電話での連絡が精神的に大きな負担となる方や、企業とのやり取りに不安を感じる方もいます。

退職サポートDREAMでは、内定辞退に関するご相談をLINEで24時間受け付けています。

「電話が苦手」

「企業から何と言われるか不安」

「できるだけスムーズに辞退したい」

という方は、まずはお気軽にご相談ください。

まとめ

内定辞退は、電話が法律上必須というわけではありません。企業とのこれまでの連絡手段や案内を確認し、できるだけ早く誠実に意思を伝えることが大切です。

電話が不安で一人では対応が難しいと感じる場合は、無理をせず相談できるサービスを利用することも一つの方法です。

関連記事

- [内定辞退メール例文](#)
- [内定辞退をLINEだけで済ませる方法](#)
- 内定辞退はいつまでなら間に合う？
- 内定辞退代行は違法？
- 内定辞退代行の費用相場

無料LINE相談はこちら

「今すぐ辞めたい」

「会社へ連絡したくない」

そんな方は、まずは無料LINE相談をご利用ください。

あなたの状況に合わせて最適な方法をご案内します。

▶ [LINE無料相談はこちら](#)

 [問い合わせフォーム](#)

料金はこちら

退職サポートDREAMでは、

- 正社員・契約社員
- 派遣社員
- パート・アルバイト
- 内定辞退

それぞれ分かりやすい料金設定をご用意しています。

▶ [金料プランを見る](#)

✓ お客様の声

実際に退職サポートDREAMをご利用いただいた方から、

- 「会社へ行かず退職できました」
- 「親身に対応してくれて安心しました」
- 「LINEだけで解決しました」

など、多くのお声をいただいています。

▶ [お客様の声を見る](#)

✓ よくある質問

- 本当に会社へ行かなくて大丈夫？
- 家族へ連絡されませんか？
- 有給は使えますか？
- 即日対応できますか？
- 相談だけでも大丈夫？

▶ [よくある質問はこちら](#)

#内定辞退

#内定辞退代行

#内定辞退電話

#内定辞退メール

#内定辞退LINE

#就活

#就職活動

#新卒

#転職

#第二新卒

#就活生

#採用

#内定

#退職サポートDREAM

#退職代行