

誓約書（入社時）

株式会社サンプル商事 代表取締役 佐藤 一郎 殿

誓約日	令和8年9月24日（木）
入社日	令和8年10月1日（木）

私は、株式会社サンプル商事（以下「会社」といいます。）に入社するにあたり、次のことを誓約します。

第1条（就業規則等の遵守）

私は、会社の就業規則その他の社内規程を守り、業務上の指示に従って誠実に勤務します。

第2条（秘密の保持）

私は、在職中に知った会社の秘密情報を、会社の許可なく社外に開示せず、業務以外の目的に使用しません。秘密情報とは、顧客・取引先の情報、取引条件、技術情報、人事情報、その他会社が秘密として指定した情報をいいます。

この義務は、退職後も次の期間続きます。

期間：退職後3年間

☐ 期間を定めない（秘密情報が公になるまで）

第3条（資料の返還）

私は、退職するとき、または会社から求められたときは、会社から預かった書類・データ・機器を返し、私物の機器にある秘密情報を消去したうえで、その旨を会社に報告します。

第4条（個人情報の取扱い）

私は、業務で知った個人情報を、会社の定めに従って取り扱い、目的外に使用しません。

第5条（兼業・副業）

私は、在職中に他の会社の役員・従業員になるとき、または自分で事業を始めるときは、事前に会社に届け出て、承認を受けます。

第6条（損害の賠償）

私は、この誓約書に反する行為によって会社に損害を与えたときは、会社実際に生じた損害を賠償します。

住所	東京都千代田区サンプル町1-2-3
氏名	田中 太郎 印

誓約書（退職時）

株式会社テスト工房 代表取締役 山口 次郎 殿

誓約日	令和 8 年 12 月 28 日（月）
退職日	令和 8 年 12 月 31 日（木）

私は、株式会社テスト工房（以下「会社」といいます。）を退職するにあたり、次のことを誓約します。

第 1 条（貸与品・資料の返還）

私は、会社から預かった次の物品・資料をすべて返還したことを確認します。私物の機器・クラウドにある会社の秘密情報は消去しました。

品名	数量	返還日	受領者（会社）
社員証	1	令和 8 年 12 月 28 日（月）	総務課 大野
ノートパソコン	1	令和 8 年 12 月 28 日（月）	総務課 大野
書類ファイル	2	令和 8 年 12 月 28 日（月）	総務課 大野
事務所の鍵	1	令和 8 年 12 月 28 日（月）	総務課 大野

第 2 条（秘密の保持）

私は、在職中に知った会社の秘密情報を、退職後も、会社の許可なく開示せず、業務以外の目的に使用しません。秘密情報とは、顧客・取引先の情報、取引条件、技術情報、人事情報、その他会社が秘密として指定した情報をいいます。

この義務は、次の期間続きます。

期間：退職後 3 年間

☐ 期間を定めない（秘密情報が公になるまで）

第 3 条（顧客・取引先への勧誘）

私は、退職日の翌日から令和 9 年 6 月 30 日までの間、在職中に担当した会社の顧客・取引先に対し、会社の事業と競合する目的で勧誘をしません。

第 4 条（個人情報）

私は、在職中に知った個人情報を、退職後も目的外に使用せず、開示しません。

第 5 条（SNS 等での公開）

私は、会社の秘密情報・個人情報を、SNS・ブログ等で公開しません。すでに公開したものは速やかに削除します。

第 6 条（確認への協力）

私は、会社から退職後に、在職中の業務について合理的な範囲で確認を求められたときは、協力します。

第 7 条（損害の賠償）

私は、この誓約書に反する行為によって会社に損害を与えたときは、会社実際に生じた損害を賠償します。

住所	東京都港区テスト町 2-3-4
氏名	鈴木 花子 印

（会社の記入欄）

会社は、第 1 条の物品・資料を受け取りました。

令和 8 年 12 月 28 日（月）

会社名	株式会社テスト工房
代表者	山口 次郎 印

誓約書（退職時・競業避止）

株式会社デモ産業 代表取締役 高橋 三郎 殿

誓約日	令和8年11月30日（月）
退職日	令和8年11月30日（月）

私は、株式会社デモ産業（以下「会社」といいます。）を退職するにあたり、次のことを誓約します。

第1条（貸与品・資料の返還）

私は、会社から預かった次の物品・資料をすべて返還したことを確認します。私物の機器・クラウドにある会社の秘密情報は消去しました。

品名	数量	返還日	受領者（会社）
社員証	1	令和8年11月30日（月）	総務部 石川
タブレット端末	1	令和8年11月30日（月）	総務部 石川

第2条（秘密の保持）

私は、在職中に知った会社の秘密情報を、退職後も、会社の許可なく開示せず、業務以外の目的に使用しません。秘密情報とは、顧客・取引先の情報、取引条件、技術情報、人事情報、その他会社が秘密として指定した情報をいいます。

この義務は、次の期間続きます。

期間：退職後3年間

☐ 期間を定めない（秘密情報が公になるまで）

第3条（退職後の競業の制限）

私は、退職日の翌日から令和9年11月30日までの間、次の地域において、次の業務を、自ら行わず、他の会社・団体の役員・従業員・顧問などとしても行いません。ただし、会社が書面で承諾した場合を除きます。

地域：東京都内

業務：業務用厨房機器の法人向け営業

第4条（代償）

第3条の制限の代償として、会社は私に次のとおり支払います。

金額：金300,000円

支払日：令和8年12月25日（金）

支払方法：私の指定する銀行口座への振込

第5条（顧客・取引先への勧誘）

私は、退職日の翌日から令和9年5月31日までの間、在職中に担当した会社の顧客・取引先に対し、会社の事業と競合する目的で勧誘をしません。

第6条（個人情報）

私は、在職中に知った個人情報を、退職後も目的外に使用せず、開示しません。

第7条（SNS等での公開）

私は、会社の秘密情報・個人情報を、SNS・ブログ等で公開しません。すでに公開したものは速やかに削除します。

第8条（確認への協力）

私は、会社から退職後に、在職中の業務について合理的な範囲で確認を求められたときは、協力します。

第9条（損害の賠償）

私は、この誓約書に反する行為によって会社に損害を与えたときは、会社実際に生じた損害を賠償します。

住所	東京都渋谷区デモ町3-4-5
氏名	伊藤 四郎 印

（会社の記入欄）

会社は、第1条の物品・資料を受け取りました。また、第4条の代償を支払うことを約束します。

令和8年11月30日（月）

会社名	株式会社デモ産業
代表者	高橋 三郎 印

書き方のポイント（この紙は提出しません）

①	誓約日は、署名する日です。入社日・退職日は、実際に入社する日・退職する日で、別の欄です。入社前に署名するときは、誓約日が入社日より前になります。
②	期間・地域・業務・金額の欄は、書く人が決めて書きます。この記入例の値は、書き方を見せるための例です。推奨でも、相場でもありません。
③	損害の賠償の条には、金額を書きません。違約金や損害賠償額の予定は、労働基準法 16 条で、使用者が定めてはならないとされています。
④	退職金を減らす・支払わない・返してもらう条件は、この書式に入れていません。退職金の支払の条件は、就業規則に書く事項として法律に挙がっています（労働基準法 89 条 3 号の 2）。
⑤	退職後の競業を制限するパターン 3 は、期間・地域・業務・代償をすべて書き、会社も署名します。有効かどうかは個別の事情で決まるので、使う前に弁護士に相談してください。
⑥	署名する前に、納得できない条項がどれか、その条項がなぜ必要かを、会社に確認してください。

この紙は提出しません。前のページまでの記入例は、これらのポイントに沿って書いています。赤字が記入例です。

この書式は、法令が定めた様式ではありません。当サイトで作った一般的な書式で、法的な効力を保証するものではありません。