

在宅ワークと住まい

積水ハウス株式会社 住生活研究所長 河崎 由美子

変化する仕事スタイル、進化する住まいのカたち

新型コロナウイルスをきっかけに、わが家で仕事をするスタイルがずいぶんと身近になりました。

実際に在宅勤務やリモートワークを行うと、思いのほか効率的という声も多く、今後は身近なワークスタイルとして広まっていきそうです。

ただ、家での仕事の機会が増えると、これまでの普段の暮らしとどのようにバランスを取っていくかという新たな課題も現れてきています。

そして同時に、仕事や家事、家族との生活を自宅で上手に組み合わせて暮らす“ワークライフミックス”というスタイルにも注目が集まっています。

そこで今回は、在宅ワークと住まいの関係について、いち早く研究に取り組んできた積水ハウス・住生活研究所のノウハウの一端をご紹介します。

在宅ワークって 思いのほかメリット大！

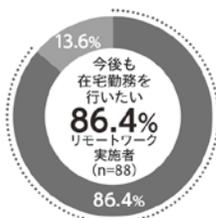
コミュニケーションやチームプレーが行いにくい、仕事とプライベートの境界線が曖昧になりそう、情報やスタッフの管理が難しいのでは…。そんな理由から、なかなか普及しなかったのが在宅ワーク。でも実践してみると、想像していたよりスムーズ、仕事に集中しやすくてライフワークバランスも高められそうなど、メリットの大きさを感じた人も少なくないようです。

実際にリモートワーク実施者へのアンケートでは、8割以上の方が今後も在宅勤務を望んでいることが分かりました。具体的に良かったと思う点については、時間的な余裕と家族とのコミュニケーションの面で、メリットを実感している人が多いようです。

業種や仕事のスタイルなどによって導入が難しかったり、就業システムや環境整備などにまだまだハードルは残っていましたが、これから在宅ワークが広まっていくのは確かだと言えるのではないのでしょうか。

■今後の在宅勤務意向 (リモートワーク実施者)

- 今後も在宅勤務を行いたい
- 今後、在宅勤務を行いたくない



■在宅勤務で良かったと思うこと (現在在宅勤務中 n=88)

1位	時間に余裕が持てる (50.0%)
2位	通勤時間を気にしなくて良い (45.5%)
3位	家族とのコミュニケーションが増えた (39.8%)
3位	子どもとゆっくり話することができる (39.8%)
5位	出かける準備にかかる時間が減った (37.5%)

■実感を伴って在宅ワークが 広まる傾向に



■在宅ワークで求められる 3つのポイント

Point 1

仕事場としての環境整備

Point 2

ON/OFFのスイッチング

Point 3

家族や日常生活との両立

住まいに求められる 3つのポイント！

確かにメリットの多い在宅ワークですが、実践したからこそ浮き彫りになってきた課題も多くあります。これまで自宅で本格的に仕事をするのが少なかったことから、住まい自体に新たな機能や工夫が必要になるのは当然だと言えるでしょう。

そこで調査と研究を進めた結果、在宅ワークにおいて住まいが抱える課題には、「仕事場としての環境整備」「ON/OFFのスイッチング」「家族や日常生活との両立」といった大きく3つのポイントがあることが分かりました。

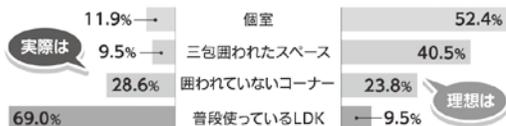
もちろん家族構成やライフスタイル、職種や業務内容などによって違いはありますが、まずはこの3つを基本に住まいの工夫や機能を考えていくことにしましょう。

Point 1 仕事場としての環境整備を考える

在宅ワークで最も多くの人が直面した課題が、仕



■在宅ワークした場所の実際と理想(家族在宅時)



在宅ワークの実態と意識調査/積水ハウス 住生活研究所 (2020年)

■ワークスペースの提案例



事のためのスペース確保ではないでしょうか。

調査では、普段くつろいでいるLDKを使ったというケースが7割近くに上りますが、理想は個室という人が半数以上です。確かに独立した仕事部屋を設けられれば、いっそう集中できて仕事の効率も高まりそうです。ただ、完全な在宅勤務以外のケースでの個室確保は条件的に厳しいのも現実です。

そこで解決策の一つとなるのが、家具を上手に使ってパブリックエリア内にワークスペースを設ける方法です。

たとえば、本棚などで仕切りを設ければ適度な囲われ感が生まれて、家族が同じ空間に居ても集中しやすい環境が整えられます。

また、ダイニングテーブルを活用するのも一案です。広々と仕事がしやすく、お昼ご飯をリビングランチにすれば気分も変わって、テーブル上の資料などを片付けることなく夕方までワークスペースとして使えます。



本格的な仕事部屋を設けるならコンパクトでも独立空間が理想



LD内のデスクコーナーは家族共用の学び空間としても活用可能



透明スライドドアで適度な囲われ感を持たせたワークスペース



WEBミーティングを考えると背景となるインテリアにも工夫を

スペース確保と同じく話題となったのが「WEB会議で生活感があらわに…」という悩み事でした。アプリで背景を消す方法もありますが、逆に“WEB映え”を考えてみては？ インテリアやディスプレイにこだわるなど、対面機会が減る在宅ワークだからこそ、コミュニケーションを深める工夫にもなるのではないでしょうか。コンパクトでも専用の場所や個室があれば音の配慮もでき、WEB会議以外に子どもの習い事やオンライン授業にも対応しやすくなります。

子どもと共用するなら、子ども室自体をシェアするという方法もあります。学校に行っている日中をワークスペースにする“親子で使いこなす個室”を持つという考え方です。

Point 2 ON/OFFを切り替えやすく

在宅ワークでは以前から仕事とプライベートの境界が曖昧になることが懸念されていました。出社・退社という明快なきっかけがなくなる分、ON/OFF

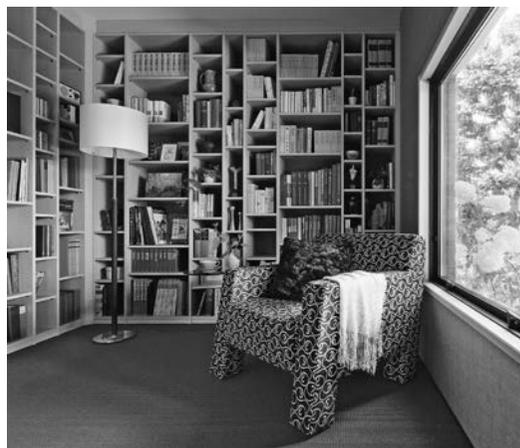
の切り替えには自己マネジメント力が求められますが、それをサポートすることも在宅ワーク時代の住まいの役割の一つだと言えるでしょう。

まず、ワークスペースを明確にすることが第一歩。席に着座すると同時にONモードに切り替えやすくするように、適度な囲われ感や独立性を持たせておくのがおすすめです。さらに仕事のモチベーションを高める工夫も大切です。こだわりのデスクやチェアを設えたり、インテリアを日常エリアと異なる雰囲気にとまめたり、気分がアップするお気に入りのグッズをディスプレイするなどでもスイッチングのきっかけになりそうです。

そして、OFFへの切り替えやすさも肝心です。



モダンな家具やディスプレイでモチベーションアップ



お気に入りのパーソナルチェアで上質なリラックスタイム



インテリアの雰囲気を
変えて仕事場としての
エリア感を演出



少し奥まったワークス
ペースは日常から切り
替えやすいのが魅力



キッチン近接のワークスペースならお茶休憩の用意
もスムーズ

仕事を終える時はもちろんですが、合間の適度な休憩を忘れやすいのが在宅ワークの落とし穴です。電話や接客対応などが少なくなり、仕事に集中しやすくなるだけに、気がつくはずとデスクに向かったままということも起こりがちです。適度な休憩は仕事の効率アップには欠かせず、質の高いリラックスタイムを確保できるようにしておくことが大切になります。

ワークスペースの近くに気軽にくつろげるパーソナルチェアを置いたり、飲み物をさっと用意できたり、窓外の景色で気分をリフレッシュできるようにしておくなど、自分にとってどのようなアイテムが気分の切り替えに効果的かを思い描いてみましょう。

Point 3 家族や日常生活と 仕事を上手に両立

リモートワーク実施者へのアンケート結果で分かるように (p.6 グラフ参照)、多くの人が「時間の

余裕」「家族や子どもとのコミュニケーション」を在宅ワークの魅力と感じています。

とくに子育て世代(末子未就学・小学生家族)では「ちょっとした時間でも在宅勤務できると良い」と思っている人が多く、仕事・家事・育児の時間を上手に交差させながら賢くこなす“ワークライフミックス”の要望が高いと言えます。

同時に在宅ワークによって、普段の生活や家族への負担が増えるのは避けたいという声も少なくありません。在宅時のランチは自分で手際よく済ませる、仕事の合間の休憩を兼ねて家事や育児をサポートする。そんな自宅にいるからこそその生活スタイルが大切になってきそうです。

ワークスタイル・生活スタイルが変われば、メインステージとなる住まいも進化が必要でしょう。仕事とプライベートの両立は生き方だけでなく、住まいの在り方としても重要なポイントなのです。

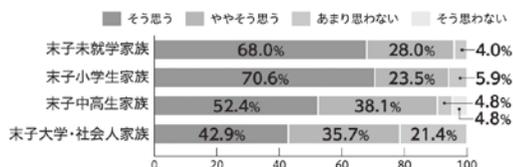
住まいでまず考えたいのが、ワークスペースの配置と動線です。適度な独立感を持たせながらもLDKなど行き来しやすくするのが、家事との両立面でも基本となります。

最初にご紹介したLDK内のワークスペースの提案例のほか、キッチンやユーティリティに隣接させるプランも有効です。場所が離れていると仕事と家事の切り替えも負担になりがちですが、隣接ならさっと動いてスムーズに両立させやすくなります。

また、家事への積極的な参加・サポート面では、住まい全体を誰もが使いやすいように工夫しておくことが大切です。なかでも身近で思いのほか効果的なのが収納への配慮です。たとえば、食材や日用品のストック、掃除道具や洗濯用品の置き場所など、



■ちょっとした時間でも在宅勤務できると良い



在宅ワークの実態と意識調査/積水ハウス 住生活研究所 (2020年)



アウトドアのティータイムなら楽しさもリラックス感も高まります



家族それぞれが自由に過ごせる空間づくりで普段の暮らし心地をアップ



道具類が取り出しやすいと、気づいたときに気づいた人がパッとお掃除



食品や日用品が見渡しやすいストックヤードで、家事参加が毎日の習慣に



奥まったコーナーを活かしてキッチンへのアクセスと集中のしやすさを両立

家族みんなが見渡しやすく取り出しやすくしておくだけで“家事のやる気・しやすさ”が大きく変わってくるものです。

そして忘れてはならないのが、普段のライフシーンの充実です。住まいは家族や日常生活の場が基本ですから、在宅ワークを意識しながらも、より楽しく心地よく過ごせることこそ重要です。

普段の生活の豊かさや充足感があってこそ、仕事

へのモチベーションアップになるのではないのでしょうか。

今後、仕事の在り方はさまざまに変化し、多彩なワークスタイルが生まれてくることでしょう。自分と家族の未来の姿を見つめ、働き方を含めた理想の生活スタイルを思い描きながら、その思いにマッチした住まいを考えてみませんか。