

ダラスのワーキング女子へエールを！

～DJCWのマンズリーメッセージ～

在宅と出勤

まさかこんな長期戦になるとは予想だにできなかった新型コロナウィルス。今でも在宅勤務を続けている方も多いのでは。皆さん在宅してみていますか？通勤時間がなくなり嬉しいという方もいれば、会社でないと集中できないという方もいるのでは。ではここで質問です。在宅だけで仕事は成り立つのか？もしそうなら、そもそもオフィスの存在意義って？私はオフィスのデザイン設計を生業としていたので、結構死活問題な質問です。もうオフィスいらないんじゃないのとなると、ちと困る。そこで、在宅VS出勤のメリット・デメリットを私なりに考えてみました。

まずは在宅勤務のメリットその1。それはなんといつても通勤時間が短縮（というかゼロ）になったことです。以前私は通勤に往復2時間かけていたので、これは本当に嬉しいのです。在宅が始まって1週間ほど経った頃、「あれ、私いつもより疲れてないかも」と思える日が増えてきました。通勤時間がなくなると体力も温存されたんでしょうね。最初の頃はあまりに元気なせいか、夜もすぐに寝つくことができなかったほどです（すぐ慣れましたが）。日々の通勤がどれだけ精神的・肉体的にストレスを与えていたかが分かりました。

在宅勤務のメリットその2。自宅でもそれなりにきちんと集中して仕事ができることです。我が家には私専用の書斎（通称ママの部屋）があるので、そこで仕事をしています。会社にいると同僚とおしゃべりしたり上司に話しかけられたりで、なかなか仕事が終わらなかつたりますのですが、在宅勤務だとそれが無い。今までの半分の時間で仕事が終わることでも一方、在宅だと集中できないという方の話も聞きます。ある私の友人は、夫と書斎を共有して使っているため、電話会議などが重なる2人のどちらかが別の部屋へと移動しなければなら

ず、なかなか仕事にならないのと。また夫の電話の音がうるさいなど、地味にイライラする…なんてこともあるそう。オフィスの備品設定も重要です。モニターはあるか、長時間座っても疲れない椅子はあるかなど。目・腰・肩などの疲れ具合が全く違ってきます。私の同僚はダイニングルームで仕事をしているらしいのですが、さすがに椅子だけ新調したと言っていました。かくいう私も在宅の1か月目はノートパソコンで仕事をしていましたが、画面が小さくて見づらい！だんだん体に響いてきたので、結局モニターとキーボードを購入。これだけで毎日の疲れ具合が全然違う！改めてオフィス設定の重要さを認識しました。

在宅勤務のメリットその3。仕事は早く終わるし通勤時間もカットとなれば、自分に使える時間が生まれてきます。趣味に使うもよし、もっと仕事を進めるもよし、家族時間を楽しむのもよし。当面レストランはテイクアウトのみで必然的に外食も減ったので、今までも料理にイそしむようになりました。ロールキャベツやチキンポットパイなど、今まで時間がなくて手を出さなかったちよつと難しめのレシピにも挑戦しています。うまくできあがった料理を家族で楽しめるのも在宅ならでは。また、子供の頃かじっていたピアノも最近またやり始めました。私は母にピアノを習ったので、今度は私が娘に教えてあげる番。でもまずは自分のピアノの感覚を取り戻さないと！辛い時間もあるので、休憩の合間にプレイクールムに行く代わりに今はピアノを練習しています。

さてさて、ここまで在宅勤務のメリットばかりを挙げてきましたが、デメリットはどうでしょう。

デメリットその1。今まで直接顔を合わせていた会議ができなくなってしまう。幸い様々なツールのおかげでどこにいても会議はできます。テレビ会議を通してお互いの顔も見られるし、まあいいかな。でもやっぱり直接会って話すのには代えがたいですね。いずれ徐々にオフィスに戻っても、かつてのような全員集合スタイルの会議は当分先になりそうですし、これからは会議そのものの新しい形を見直す必要性がありそうです。

デメリットその2。同僚や上司とのお

しゃべりの機会がなくなってしまう。他愛ない日常会話と言ってしまうかもしれませんが、そんな何気ない会話もたらす人との繋がりがって大事だと思うんです。また、そんな会話から入手できる情報も侮れません。私の部署では今、毎朝9時に15分間だけ「雑談会」たるものをテレビ会議形式でアレンジしています。アジエンダはなく、入れる人だけです。私も週に何回か入るようになっていきます。毎回違ったメンバーがいて案外楽しいものです。特に一人暮らしの人達は誰とも会えないので電話やチャットだけがコミュニケーションになっているらしく、こんなたつた15分の雑談会でもとても楽しいと言っていました。一人暮らしをしている私の友人は、在宅勤務を始めてからシエルターの犬を預かっています。犬の散歩で外を歩く理由にもなるし、家族が増えたようで嬉しいそう。多分このまま犬を引き取ると言っています。子育て世代の社員のケアをどうするかといったことに会社は目が向きがちですが、一人暮らしの人達のメンタルサポートも考えていきたいですね。

デメリットその3。自宅に24時間カンツメなため、なかなか気分が仕事モードに切り替わりません。仕事時はメイクをする、書斎に入ったら仕事モードへ心を切り替えるなどして対応しています。でもこの問題を完全に払しょくするには、やっぱりオフィス通勤が必要なのかな？こう考えると、オフィスってやはり大事。日々の仕事はもちろんのこと、人と人との繋がりがコミュニケーションの場としても「役買」しているんだなと改めて思います。ということは、将来的にオフィスが全くいらない、となることはないかな。よかった、当分私も今の仕事を続けられそうです。

これから徐々にオフィスに戻る会社も増えていくかと思えます。今後は在宅勤務とオフィス勤務をうまく使い分けて、双方のいいところ取りをした新しい働き方を模索していきたいですね。これからの勤務形態がどう変化するか、不安でもあり楽しみでもあります。

プロフィール

DJCW(Dallas Japanese Career Women)
ダラス在住の働く日本人女性2人が2018年に立ち上げた会。「ダラスにて頑張っている日本人のキャリア女性を応援し、ネットワークの場を作ろう」という趣旨で、毎月イベントなどを通してネットワークの場を作っている。
メールアドレス: djcwomen@gmail.com
ウェブサイト: www.djcw.org