

# ダラスのワーキング女子へエールを!

## ～DJCWのマンスリーメッセージ～

### 在宅と出勤

まさかこんな長期戦になるとは予想だにしなかった新型コロナウイルス。今でも在宅勤務を続いている方も多いのは。皆さん在宅してみてどうですか？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か？もしそうなら、そもそもオフィスの存在意義つて？私はオフィスのデザイン設計を生業としているので、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。それはなんといっ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です。在宅が始まつて1週間ほど経った頃、「あれ、私いつもより疲れてないかも」と思える日が増えときました。通勤時間がなくなつて体力も温存されたんでしようね。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つたほどです（すぐ慣れました）。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かれたりで、なかなか仕事が終わらなかつたりするのですが、在宅勤務だとそれがない。今までの半分の時間で仕事が終わることも一でも一方で、在宅だと集中できぬとい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つているため、電話会議などが重なると二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とのこにしなかつた新型コロナウイルス。でも私も在宅の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。これだけでも毎日の疲れ具合が全然違う！改めてオフィス設定の重要性を認識しました。

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、もつと仕事を進めるもよし、家族時間も楽しむのもよし。当然面レストランはテイクアウトのみで必然的に外食も減つたので、今までよりも料理にいそしむよになりました。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つたちょっと難しめのレシピにも挑戦しています。私は母にピアノを習つたので、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！幸い時間もあるので、休憩の合間にブレイクルー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、デメリットはどうじつでしょうか。

「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つてしましました。幸い様々な一ツ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りれるし、まあいのかな。でもやっぱり直接会つて話すのは代えがたいですね。いずれ徐々にオフィスに戻つても、かつてのような全員集合スタイルの会議は当分先になつてしまうかもしれません。これからの会議そのものの新しい形を見直す必要性がありそじじ。

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りてしまいまし。他愛ない日常会話と言つてしまえばそれまでですが、そんな何気ない会話がもたらす人との繋がりつて大事だと思つます。また、そんな会話から入手できる情報も悔れません。私の部署では今、毎朝の時に15分間だけ「雑談会」たるものを作り、会議形式でアレンジしています。モニターはあるが、長時間座つても疲れない椅子はあるかな？目・腰・肩などの疲れ具合が全く違つてきます。

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つています。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。これだけでも毎日の疲れ具合が全然違う！改めてオフィス設定の重要性を認識しました。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、もつと仕事を進めるもよし、家族時間も楽しむのもよし。当然面レストランはテイクアウトのみで必然的に外食も減つたので、今までよりも料理にいそしむよになりました。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つたちょっと難しめのレシピにも挑戦しています。私は母にピアノを習つたので、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！幸い時間もあるので、休憩の合間にブレイクルー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、デメリットはどうじつでしょうか。

「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つてしましました。幸い様々な一ツ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りれるし、まあいのかな。でもやっぱり直接会つて話すのは代えがたいですね。これからの会議形態がどう変化するか、不安でもあります。

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じてネットワークの場を作つている。メールアドレス・djcwmen@gmail.com