

森林総研の
職員に
聞きました

自宅勤務をしてみて 良かったところ



ダイバくん

- ・週1日程度の出勤，現地調査以外の仕事の大半は自宅で出来ることがわかりました。
- ・コロナ禍拡大を防ぐため，今後も，自宅勤務可能な人が自宅勤務をできるようにしてみたらどうでしょうか。
- ・研究を効率的に進め，業務の整理を進める機会になりました。
- ・文献を読み込むことができたり，論文に集中して執筆できたりしました。
- ・電話をとることもなく，昼食や終業時間を気にせず，ゆとりをもって仕事に取り組みました。
- ・出勤する必要がある時も，自宅勤務で職場に人が少ないので，静かな環境で仕事ことができました。

ふだんは通勤時間と育児時間の調整がたいへん！
職場ではときに，会議等に参加できないこともあり
ました。

今回の自宅勤務中は，時間の配分が柔軟になり，
様々な時間帯のオンライン会議に，多く参加する
ことができました。



エンカちゃん

自宅勤務をしてみて 良かったところ

- 休校で外出できない子供がいましたが、自分も自宅にいられたので、心配が解消されました。
- 共働きですがお互いのシフトに合わせて、家事や育児の分担割合を変更しました。
- 通勤時間が無くなり、時間に余裕ができたため、朝夕に家事を詰め込む必要がなく、体力的に楽になりました。
- 自宅勤務のため、子供と過ごす時間が増え、親子の会話が増えました。
- 仕事場所の確保のため、部屋がきれいになりました。



エンカちゃん



ダイバくん

在宅でテレビ会議などをしていると、やはり在宅の子供達（大学生と高校生）にも、父親がちゃんと仕事をしていることを感じてもらえました。

普段はスマホしかいじっていない子供達も勉強を始めました。それにともない会話も増え、英語、テレビ会議システムやクラウドの使い方などを子供達に教えたので、少し尊敬されるようになりました。



自宅勤務をしてみても

困ったところ + 対策



- 子供やペットがうるさく集中できないなど、仕事とプライベートの切替が難しかった。
- 運動不足のため体力低下，メタボ対策が必要でした。
（対策）自宅マンションの階段の昇り降りしたり，家族でストレッチ，近所を散歩してみました。
- 自宅でできない業務があったり，機密情報のあるメールは読めなかったりしました。
（対策）週1度，あるいは適宜，出勤しました。
- オンラインジャーナルが使えませんでした。
（対策）職場でダウンロードして持ち帰りました。
- サイボウズに，アクセスできないのが不便でした。
【提案】クラウド版にして，ノートパソコンに認証ツールを入れることで改善できないでしょうか。

• 予定した実験や調査がストップしたり，実験で育てている樹木の様子が心配でした。
（対策）許容範囲と思われる程度に出勤しました。どうしても必要な出張は，職場の判断基準に基づいて申請しました。

• 今回の自宅勤務はコロナ禍によるものでしたので，ソーシャルディスタンスを取ろうとしない人がいるなど，公共交通機関の使用で怖いことがありました。



自宅勤務をしてみても そのほか

自宅勤務や裁量労働ができたわたしは、出勤は極力少なくして、出勤時は混む時間をさけるように心がけました。テレワークやオフピークは、誰でも使える制度ではありませんが、使えない人が安全に通勤できるよう、使える立場の者は積極的に使うことも、わたしにできる社会的責任と思いました。



ウチの子供は大きくなったから、思ったよりレポート書きはできました。自分の場合、今回のコロナ禍が収束してもとどき自宅勤務を選択できると生産性が上がるかもしれません。

子供も学校からネットで届く課題に追われて忙しく、意外と自分が相手しなくちゃいけないという事はなかったという話もあったわ。

実家では要介護の父を、母が老老介護しています。高齢の母で対応できないとき、コロナのリスクを覚悟して行くしかありませんでした。緊急事態宣言が出たからは、フォローに行くことができませんでした。



僕も実家の手伝いに通えなくなったけど、以前に増してSNSで父母と連絡し合うようになった。

わたしもそう。遠くに住んでいる老父母や兄弟との連絡が密になったわ。

