

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

- 職場への往復の移動時間が無いぶん、仕事できる！
- 起床時刻も遅くすることができたよ。
- 急に降ってくる仕事が減った気がする。電話をとらなくてもいいね。
- 昼食や、終業の時間を気にせず、ゆとりをもって仕事できた。自宅だと気分転換もしやすいしね。
- 職場に出勤しなくてはならない時も、部屋に人が少ないので、静かな環境で仕事できた。

- 専門書や文献の読み込み、助成の申請書、論文書きに集中できたわ。
- 溜まっていた仕事もさばけそう。
- 自分と家族のぶんのご飯を一緒に準備できたわ。洗濯しながら仕事できるし。
- 家事を、朝夕に詰め込まなくていいから、体が楽。
- 家族と一緒に昼食も取れるので、家族で話す時間が増えたわ。普段着のまま仕事できるのもいい。



エンカちゃん



自宅勤務をしてみて

困ったところ + 対策

- ・仕事とプライベートの切替が難しいね。
- ・家だと仕事に集中できない、緊張感に欠ける時があります。
- ・ほとんど動かない。運動不足になりがち。



集中しなくて済む簡単な作業を入れたり、お昼の休憩時間に近所を散歩したり、ストレッチしたり、工夫しています。

- ・資料がなかったり、セキュリティ上の問題でファイルが送れないことも。
- ・電話で済む内容までメールになりがち。大量のメールに追われることも。



出勤日に対応せざるを得ません。
みんなは、どうしてる？

- ・自宅勤務だけでは、予定していた実験や調査がストップしてしまいます。
- ・実験で育てている樹木も心配です。



許容範囲と思われる程度に出勤しています。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ています。



自宅勤務をしてみても

困ったところ + 対策

仕事に集中できる専用場所が、家の中にはないわ。家族間での作業スペースのシェアが必要です。



物理的なスペースは限られています。家族みんなに理解してもらい、協力しあえるきっかけになるといいわね。



仕事仲間での、ちょっとした会話での相談や気分転換ができません。



仕事環境として、チャット機能がありません。なにか良いアイディアはないかな？

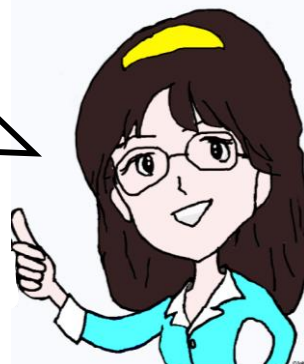
- 子供がインコと口笛で話す声がうるさい。
- 集中している時に家族が話しかけてくる。



みんなどうしてる？

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。

わたしの場合、今回の災害が終息してもしばしば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。



職員に
聞きました

自宅勤務をしてみて そのほか



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。



ダイバくんとエンカちゃん
は森林総研ダイバーシティ
推進室のマスコットキャラ
クターです

ダイバーシティ推進活動（本ファイルの充実、ポスター展示等）のために
みなさんの『自宅勤務や隔日勤務の良かったところ、困ったところ、
わたしはこんな工夫でやってます』情報をお寄せください。
個人情報 は 公開 しません。

宛 先 ：ダイバーシティ推進室（geneq@ffpri.affrc.go.jp）

タイトル：自宅勤務等

※寄せられた情報の目的外使用はいたしません。