

日本のデジタルノマドは「ビーチ」を目指さない？ 求めているのは“安心できる自由”



主な調査結果.....	3
調査方法.....	5
調査結果.....	6
スクリーニング調査.....	6
Q1「デジタルノマド」とはインターネットを活用して国内外を旅しながら働く人を指しますが、このようなライフスタイルについて、全体的にどのような印象をもっていますか？(SA)	6
Q2 一定期間、海外に住みながらリモートワークをしてみたいと思いますか？(SA).....	7
Q3 海外に住みながらリモートワークをすることの最大のメリットは何だと思えますか？(SA).....	8
Q4 海外に住みながらリモートワークをすることの最大のデメリットは何だと思えますか？(SA).....	9
Q5 デジタルノマドや海外でのリモートワーク生活のうち、魅力的だと感じる点をすべて選んでください。(MA).....	10
Q6 海外でリモートワークをする生活について、不安・怖さを感じる点をすべて選んでください。(MA).....	11
Q7 もし海外に住みながらリモートワークをしたら、日本のどのようなものを恋しく感じそうですか？(MA).....	12
Q8 あなたの考えでは、海外でのリモートワークやデジタルノマド生活に最も向いているのはどのような人だと思えますか？(MA).....	13

Q9 もし海外に住みながらリモートワークをしたら、どのデジタル面の不安が最も大きいですか？(SA).....	14
Q10 あなた自身のリモートワークや海外生活の経験として、最も近いものを選んでください。(SA).....	15
追跡調査.....	16
Q1 以前のアンケートで「リモートワークをしたことがある」と答えた方にお聞きます。あなたのリモートワーク経験として、最も近いものを選んでください。(SA).....	16
Q2 主にどのような場所でリモートワークをしてきましたか？下記の選択肢の中から当てはまるものをすべて選んでください。(MA).....	17
Q3 リモートワークが自分のライフスタイルにもたらす最大のメリットは何だと思いますか？(SA).....	18
Q4 あなたのリモートワーク経験における最大の課題は何ですか？(SA).....	19
Q5 海外でのリモートワークにおいて、日本のどのような点を恋しく感じましたか？下記の選択肢の中から当てはまるものをすべて選んでください。(MA).....	20
Q6 リモートワークを経験したことで、仕事に対する考え方はどのように変わりましたか？あなたの考えに最も近いものを選んでください。(SA).....	21
Q7 一般的なオフィス以外の場所でリモートワークをする際、快適に働くために重要なものは何ですか？下記の選択肢の中から当てはまるものをすべて選んでください。(MA).....	22
Q8 自宅や通常のオフィス以外でリモートワークをする際、オンラインセキュリティには普段どのように対応していますか？当てはまるものをすべて選んでください。(MA).....	23
Q9 リモートワーク中のVPNは、主にどのような目的で使っていますか？下記の選択肢の中から当てはまるものをすべて選んでください。(MA).....	24
まとめ.....	25

「デジタルノマド」と聞くと、南国のビーチでノートPCを開く姿を思い浮かべる人が多いかもしれませんが。しかし、日本における実態を調べると、そのイメージとは大きく異なり、安定性と集中力を重視した、極めて実用的な「在宅ワーク」文化が主流なようです。最新の調査データによると、一般層の67%がこのライフスタイルに「経験も興味もない」と回答している一方で、実際にリモートワークへ踏み出した人たちの間では価値観の明確な変化が見られ、31%が「自由と柔軟性」により高い価値を置くようになり、25%が以前よりも「ワークライフバランス」を意識するようになったと回答しています。このギャップが示しているのは、心理的なハードルこそ高いものの、その壁を乗り越えた人にとっての恩恵は確かに存在するという事です。

こうした慎重な姿勢の背景には、より大きな構造的な現実もあります。2024年末時点で、[有効なパスポートを所持する日本人はわずか17%程度](#)にとどまっており、また[2025年EF英語能力指数では日本は123カ国中96位](#)にランクインしています。つまり、海外でのリモートワークを検討する以前に、多くの人にとって「パスポート」と「実用的な英語力」という2つの現実的なハードルを越える必要があるのです。調査データもこの現実を裏付けています。海外でリモートワークを行う際の最大のデメリットとして挙げられたのは「言語や文化の壁」(30.4%)であり、またこのライフスタイルに適した人物像として37.9%の回答者が「高い語学力を持つ人」を選んでおり、適応力や職種など他のどの要素よりも上位に位置しています。パスポートに関するギャップは行動面にも表れており、実際に海外に住みながらリモートワークを経験したことがある人は全体のわずか3%にすぎません。さらに、リモートワーク経験者に限ってみても、66%はその経験がすべて日本国内にとどまっています。

文化的な適応も、この方程式のもう半分を占める要素です。日本の働き方は「根回し」「空気を読む」「おもてなし」といった文化に深く根ざしており、こうした規範は海外のチームやサービス文化にそのまま持ち込めるものではありません。このことは、回答者の18.6%がすでに海外で「日本のカスタマーサービス」を恋しく思うだろうと予想していること、そして31.1%がこのライフスタイルを「変化や不確実性を楽しめる人」に特に向いていると見ていることにもよく表れています。

これらのハードルを乗り越えた人たちにとって、このライフスタイルの最大の魅力は「旅」そのものではなく、居住地の自由度やワークライフバランスの向上といった、実質的な「働き方改革」にあります。ただし、世界トップクラスの国内インフラが当たり前である日本人にとって、信頼性への期待値は自然と高くなります。そのため、日本人デジタルノマドが実際に直面する最大の課題は、極めて現実的な不安要素、すなわち海外での病気や緊急時の対応、海外での金銭管理や決済、そしてデジタル面での懸念事項として第1位に挙げられている「高速かつ安定したインターネット接続の確保」です。さらに、こうしたリスクに追い打ちをかける形でセキュリティ意識の課題もあります。リモートワーク経験者の19%が、オフィス外での作業時にセキュリティ対策を「特に何もしていない」と回答しており、接続環境やデータセキュリティが技術的な不安の上位に挙げられているにもかかわらず、対策が追いついていない状況がうかがえます。

日本が[柔軟な働き方に関する制度整備](#)を進め、[海外からのデジタルノマド受け入れ](#)に門戸を広げる中、国内のプロフェッショナルたちは「冒険」よりも安心感と生産性を優先する、日本独自のデジタルノマド像を築きつつあるようです。

主な調査結果

- 認知のギャップ：デジタルノマドに対する世間の慎重な姿勢は、明確な拒否というよりもむしろ「よく知らない」ことに起因しているようです。回答者の34.6%がこのライフスタイルに対して「どちらでもない」と答え、さらに31.8%が「わからない」と回答しており、約3分の2の人々がまだ明確な意見を形成していないことがわかります。
- 体験がもたらす価値観の変化：一般層の67%がこのライフスタイルに「経験も興味もない」と回答する一方で、実際にリモートワークを経験した人たちの間では価値観の明確な変化が見られ、31%が以前よりも「自由と柔軟性」をより重視するようになり、25%が「ワークライフバランス」をより意識するようになったと回答しています。
- それでも「安定」は大事：「自由に縛られない」というノマドのイメージとは対照的に、経験者の23%がリモートワークを通じてむしろ「安定」の価値を再認識したと回答しています。これは、リスクの高い生き方ではなく、「安心感のある柔軟性」を求める志向を示唆しています。
- 国内型ノマド：リモートワーク経験者の中でも、66%が国内でしか働いたことがありません。日本におけるノマドワークは、現時点では「国内完結型」が主流であることを示しています。
- 主役はやはり「自宅」：ビーチでノートPCを開くといったイメージは、日本のリモートワークの実態とはほぼかけ離れています。リモートワーク経験者のうち66%が主に日本の自宅で働いており、32%が国内のカフェやコワーキングスペース、海外のホテルから働いた経験がある人はわずか15%にとどまっています。日本のリモートワークは、場所を選ばないというよりも、圧倒的に「自宅中心」の働き方であることがうかがえます。
- 「地理的アービトラージ」神話は通用しない：海外で働く最大のメリットとして「生活費の削減」を挙げた回答者はわずか5.3%で、すべての選択肢の中で最下位でした。物価の安い国へ移動して生活コストを下げるといふ、欧米のノマド論で語られがちな「地理的アービトラージ」の発想は、日本のビジネスパーソンの間では海外リモートワークの動機としてほとんど共有されていないようです。
- 安全性という壁：海外勤務に対する最大の不安は、仕事そのものではなく、「海外での病気や緊急時の対応」(46.3%)という、日本の信頼性の高いセーフティネットを離れることへの現実的な懸念であることがわかりました。
- お金まわりへの不安：海外でのお金の管理は、医療面の不安とほぼ同じくらい大きな懸念事項となっています。回答者の44.8%が「海外での金銭管理や決済」を主な不安として挙げており、「海外での病気や緊急時の対応」(46.3%)とほぼ同水準で並んでいます。
- 日本の食生活への愛着：回答者の半数以上(52.2%)が、海外生活で最も恋しくなるものとして「日本の食事とコンビニ」を第1位に挙げています。
- 想像と現実のギャップ：海外で恋しくなるものについて、日本の回答者は予想と実際の体験との間に体系的なズレがあることもわかりました。実際に海外でリモートワークを経験した人たちは、一般層の予想よりもはるかに強く「日本の安全性と利便性」を恋しく感じており(実際56.3%、予想37.1%)、「日本のカスタマーサービス」についてもほぼ2倍の差(実際31.3%、予想18.6%)が見られました。一方で、「家族や友人」については予想よりも恋しく感じる度合いが低い結果(実際18.8%、予想33.4%)となっています。
- 利便性より集中力：オフィス外で働く際、日本のビジネスパーソンが最も重視するのは「集中できる静かな環境」(52%)と「高速で安定したインターネット」(48%)で、近くにカフェや商業施設があるといった生活面の利便性(15%)は優先度が低いようです。
- 通信環境への不安：ハイテク大国のイメージとは裏腹に、「安定したインターネット接続の確保」は、現役リモートワーカーが挙げる課題の第1位(32%)であり続けています。
- オンとオフの線引き問題：通信環境に次いで現役リモートワーカーが直面する隠れた課題は、心理的なものです。28%が「仕事とプライベートの切り分けの難しさ」を最大の課題

として挙げており、第1位の「安定したインターネット接続の確保」(32%)とほぼ並んでいます。これは、いくらインフラが整っても解決しない、境界線の引き方の問題があることを示しています。

- セキュリティ意識のギャップ：データセキュリティを懸念事項に挙げているにもかかわらず、リモートワーク経験者の19%が公共の場での作業時に「特にセキュリティ対策を講じていない」と回答しており、意識と行動の乖離が浮き彫りになっています。
- VPN利用は「業務目的」が中心：リモートワーク中にVPNを利用している人のうち、66.7%が「社内システムへの安全なアクセス」、50%が「公衆Wi-Fi利用時の通信保護」を目的として挙げており、コンテンツアクセス(30%)や個人利用(23.3%)を大きく上回っています。日本におけるVPNの利用は、消費者向けの利便性ツールというよりも、業務上のセキュリティ対策として定着しつつあるようです。
- 女性たちのパラドックス：日本の女性は男性と比べて、ノマドライフに対してより強く惹かれていると同時に、より強い不安も抱えています。「勤務時間の柔軟性」(女性28.8%、男性20.0%)、「海外生活そのもの」(女性22.4%、男性12.8%)、「日常からの解放」(女性25.6%、男性19.6%)に魅力を感じる割合が高い一方で、「収入や雇用の安定性」(女性26.6%、男性17.8%)、「海外での病気や緊急時の対応」(女性51.4%、男性41.2%)、そして日本の身近な暮らしを失うことへの不安も男性より強く感じている傾向があります。憧れと不安の両方が、男性よりも強く表れていると言えます。

調査方法

日本におけるデジタルノマドライフスタイルへの意識や、リモートワークに関する実態を探るため、2026年にセルフ型アンケートツール「Freeasy」を活用し、2回の調査を実施しました。

第1回のスクリーニング調査は、2026年3月18日に実施しました。全国の20歳～99歳の男女1,000名を対象に、デジタルノマドというライフスタイルに対する全体的な印象や、旅先で働くことへの意識を調査しました。

スクリーニング結果をもとに、第2回のフォローアップ調査を2026年3月31日に実施し、リモートワーク経験のある100名を対象に、働き方や実体験、価値観についてより深く掘り下げました。特に、リモートワークの経験が場所にとられない暮らしへの関心とどのように結びついているかに焦点を当てています。

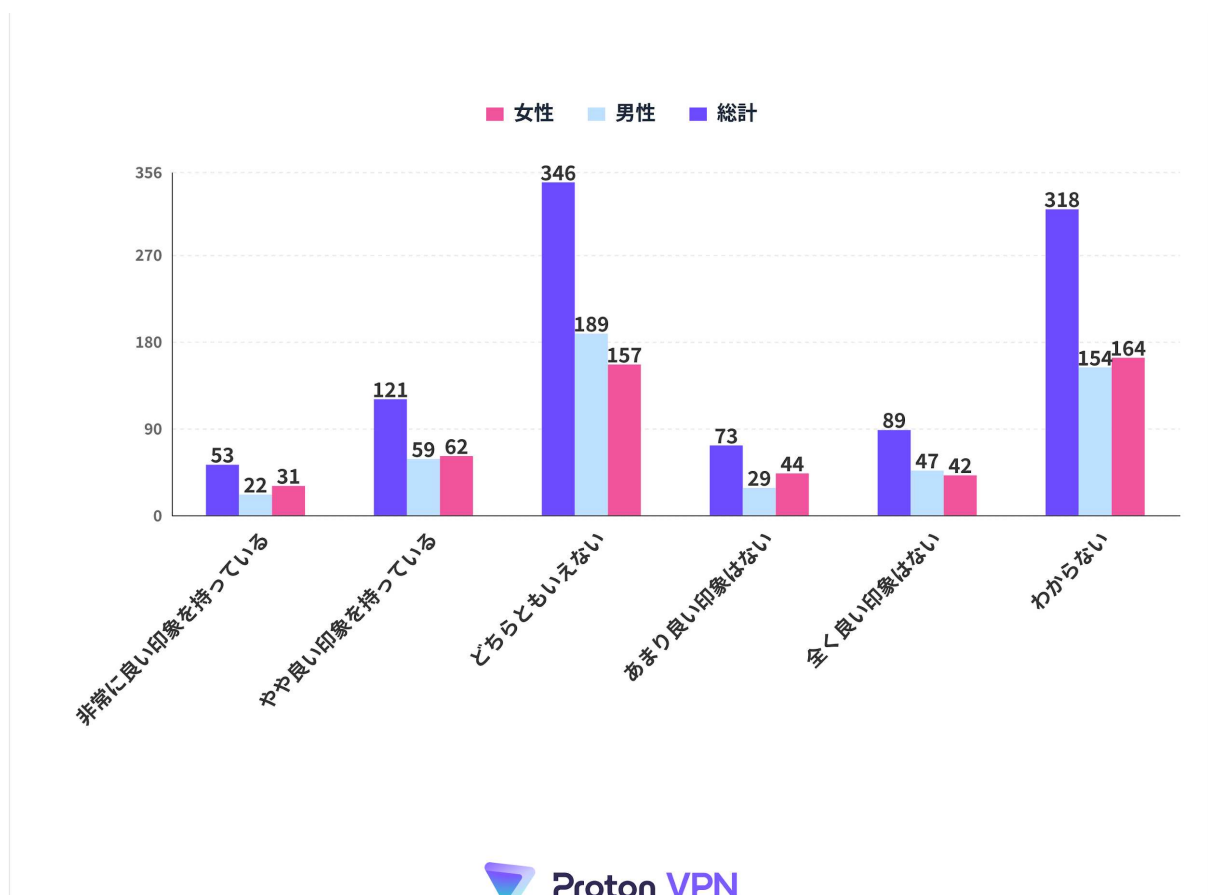
これら2つの調査を通じて、デジタルノマドに対する一般層の認識と、リモートワーク経験者ならではの視点の両面から、包括的な知見を得ることができました。

男女間の回答差については2標本z検定を用いて検証し、本記事では統計的に有意な差 ($p < .05$) が認められた項目のみを報告しています。

調査結果

スクリーニング調査

Q1「デジタルノマド」とはインターネットを活用して国内外を旅しながら働く人を指しますが、このようなライフスタイルについて、全体的にどのような印象をもっていますか？(SA)

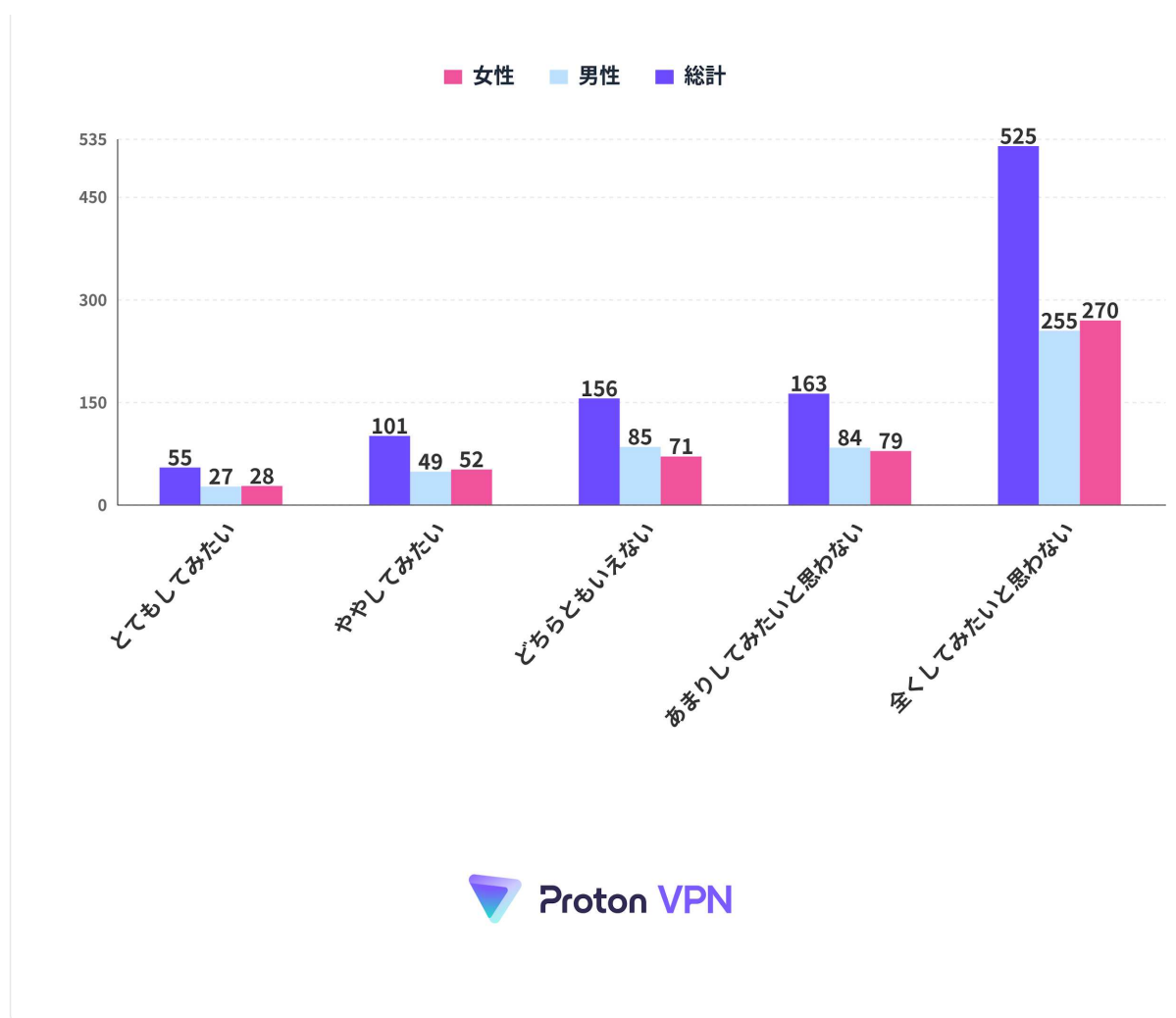


デジタルノマドというライフスタイルに対し、多くはまだ明確な意見持たず

(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

デジタルノマドというライフスタイルに対する印象には、賛否が分かれているというよりも、そもそも関心が十分に向けられていない様子が見えます。最も多い回答は「どちらでもない」で34.6%、次いで「わからない」が31.8%となっており、約3分の2の人々がまだ明確な意見を形成していないことがわかります。好意的な印象は合計で17.4%（「非常に好意的」5.3%、「やや好意的」12.1%）、否定的な印象は合計で16.2%（「あまり好意的ではない」7.3%、「まったく好意的ではない」8.9%）です。このライフスタイルは拒絶されているというよりも、多くの日本人にとってまだ現実的な選択肢として認識されていない段階にあるといえます。

Q2 一定期間、海外に住みながらリモートワークをしてみたいと思いますか？(SA)

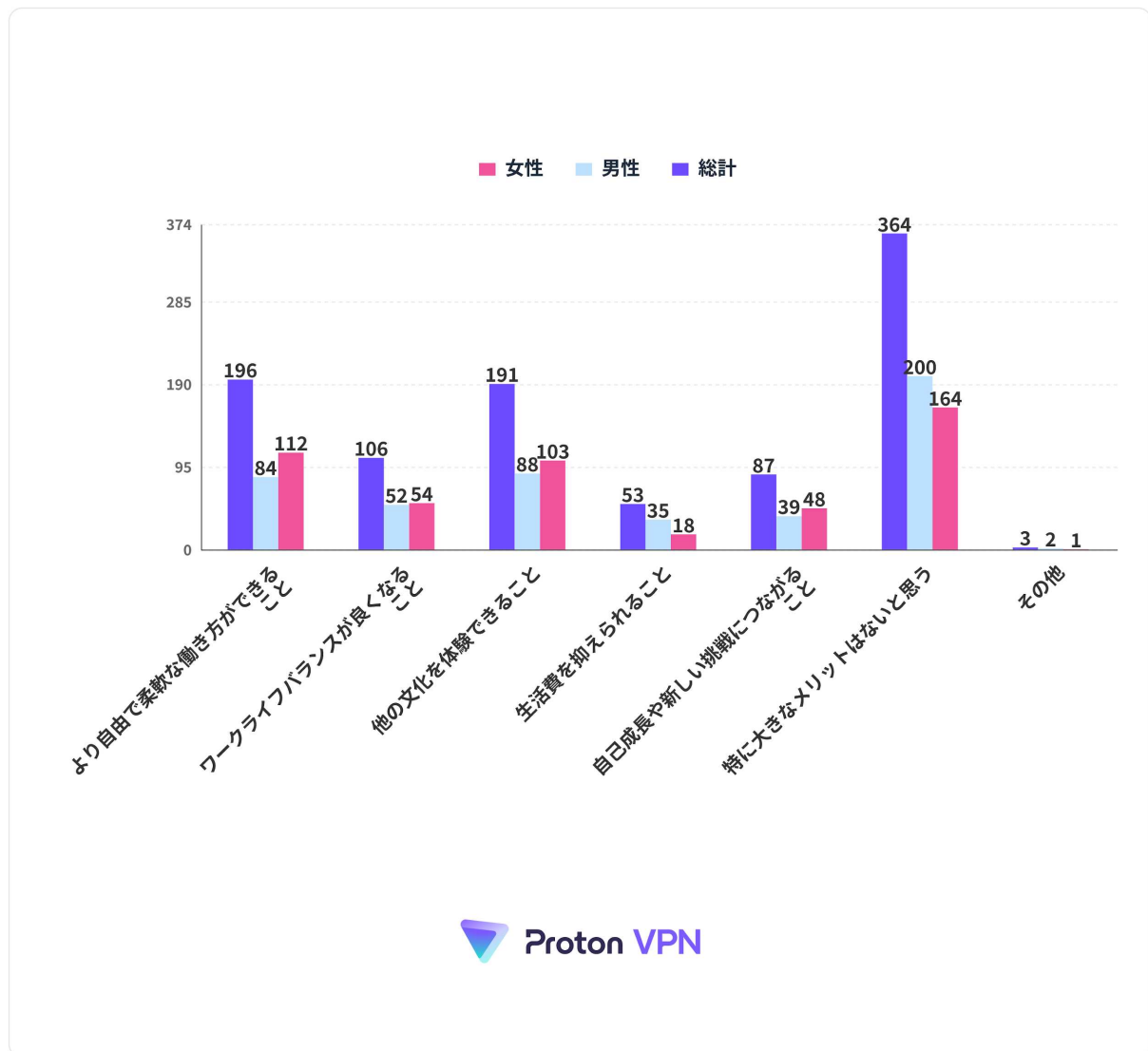


海外でのリモートワークに興味がある人は少数派

(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

海外に住みながらリモートワークをすることへの関心は、全体的に限定的です。最も多い回答は「まったくやってみたいとは思わない」で52.5%、さらに16.3%が「あまりやってみたいとは思わない」と答えており、否定的な回答は合わせて68.8%に達します。一方、「ぜひやってみたい」は5.5%、「やややってみたい」は10.1%にとどまり、肯定的な回答は合計で15.6%にすぎません。残りの15.6%は中立的な立場を示しています。海外生活とリモートワークを組み合わせるといふ発想は、現時点では比較的限られた層にしか響いておらず、大多数からは明確な抵抗感が示されているようです。

Q3 海外に住みながらリモートワークをすることの最大のメリットは何だと思いますか？(SA)



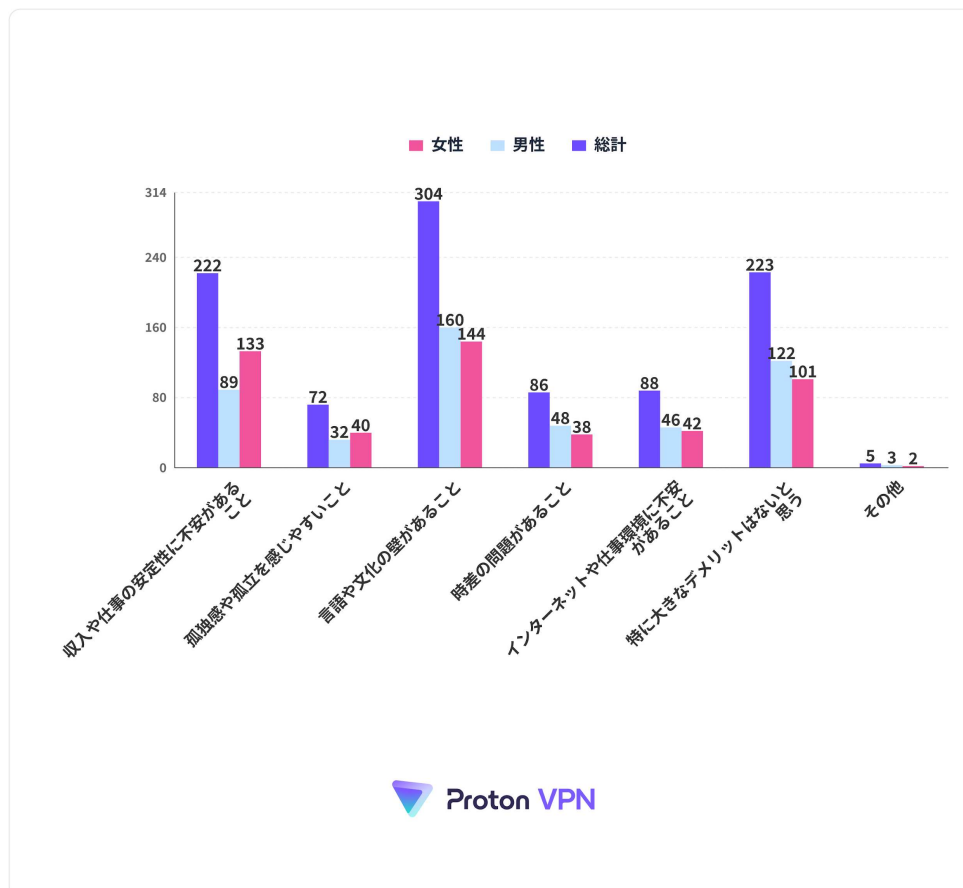
「メリットは特にない」が最多。魅力は柔軟性と異文化体験に集中

(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

海外でリモートワークをする最大のメリットを尋ねたところ、最も多かった回答は「特に大きなメリットはないと思う」で36.4%でした。メリットを感じている層では、「自由で柔軟な働き方ができる」が19.6%、「異文化を体験できる」が19.1%と、僅差で並んでいます。「ワークライフバランスの向上」は10.6%、「自己成長や新たな挑戦」は8.7%と続き、「生活費の削減」を挙げた回答者はわずか5.3%で、すべての選択肢の中で最下位でした。日本のビジネスパーソンにとって海外で働く魅力は、コスト面ではなく、柔軟性と異文化体験に根ざしていることがわかります。

男女差: メリットの捉え方 女性は男性に比べて「自由で柔軟な働き方ができる」をこのライフスタイル最大のメリットとして挙げる割合が高く、女性22.4%に対して男性は16.8%でした。

Q4 海外に住みながらリモートワークをすることの最大のデメリットは何だと思いますか？(SA)



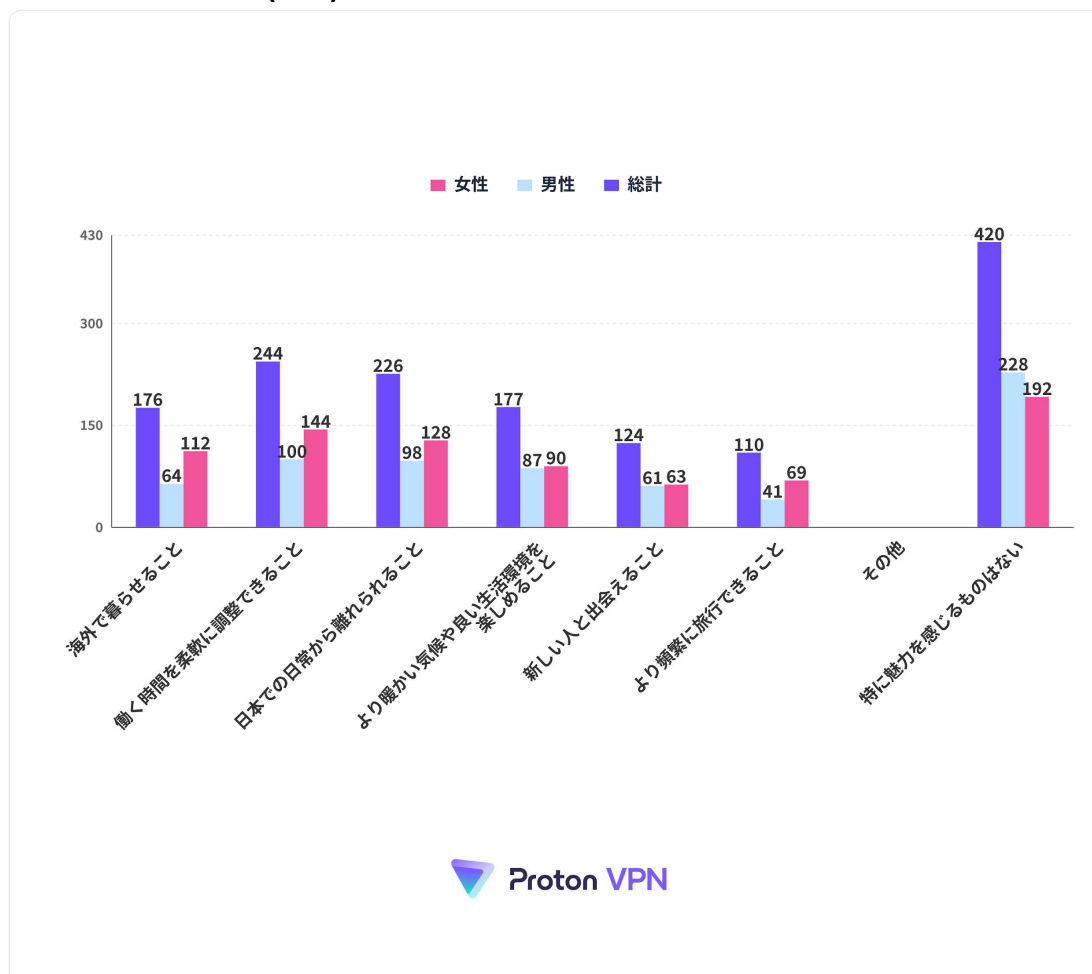
言語・文化の壁が海外リモートワークの最大の懸念事項

(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

海外でリモートワークをする際の最大のデメリットとして最も多く挙げられたのは「言語や文化の壁」で、回答者の30.4%が選択しました。次いで「収入や雇用の安定性への不安」が22.2%、「特に大きなデメリットはない」が22.3%とほぼ並んでおり、回答者は現実的な懸念と比較的前向きな姿勢との間で分かれているようです。「インターネットや仕事環境への不安」(8.8%)、「時差」(8.6%)、「孤独感や孤立感」(7.2%)は、相対的に低い順位にとどまっています。主な懸念事項は、技術面や物流面というよりも、コミュニケーションや環境への適応にあることがうかがえます。

男女差: デメリットの捉え方 女性は男性に比べて、「収入や雇用の安定性への不安」を最大のデメリットとして挙げる割合が高く、女性26.6%に対して男性は17.8%でした。

Q5 デジタルノマドや海外でのリモートワーク生活のうち、魅力的だと感じる点をすべて選んでください。(MA)



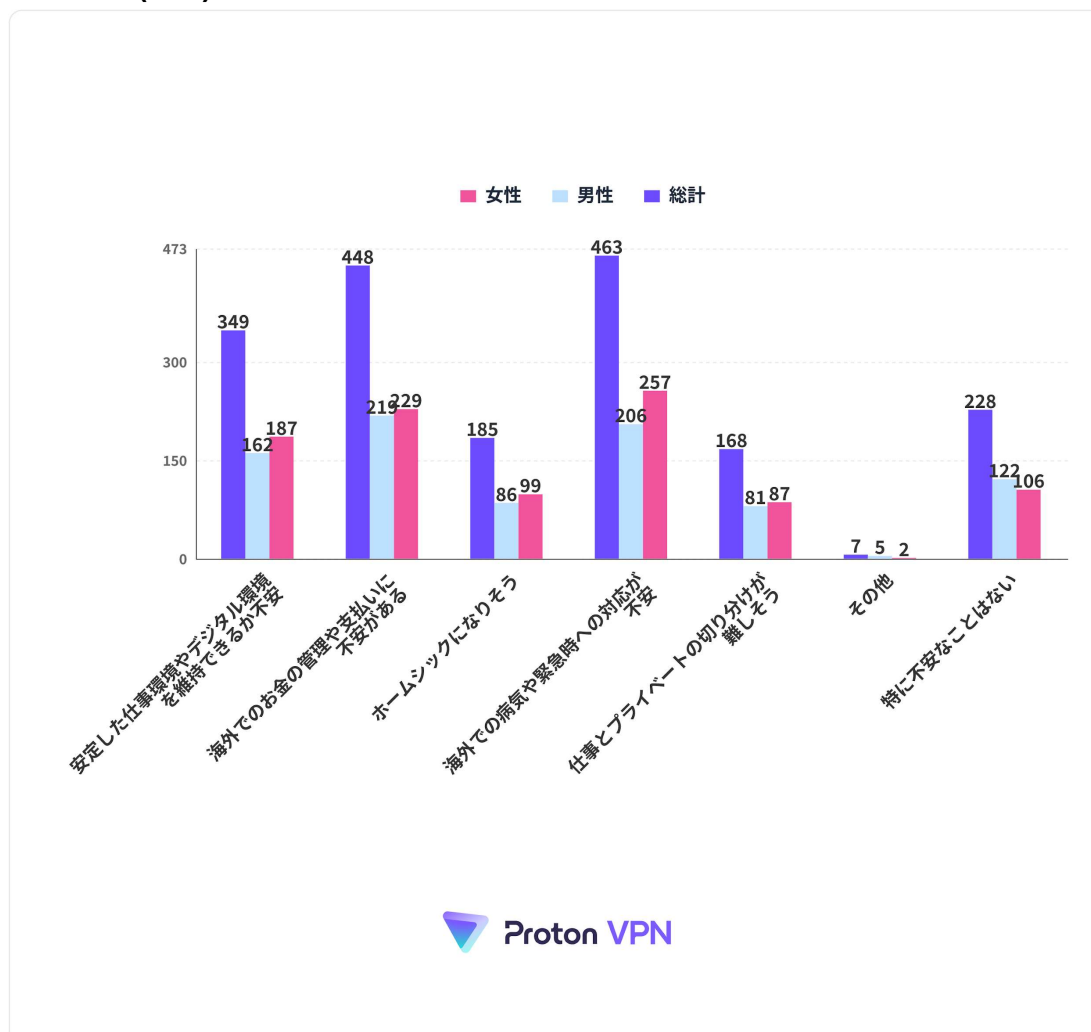
柔軟性と日常からの解放が魅力の上位。ただし全体としては懐疑的な見方が主流

(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

最も多い回答は「特に魅力を感じない」で42.0%となり、このライフスタイルに強い魅力を感じていない層がかなりの割合を占めていることがわかります。魅力を感じている層の中では、「勤務時間を柔軟に調整できる」(24.4%)、「日本での日常から離れられる」(22.6%)、「海外生活を楽しめる」(17.6%)、「温暖な気候や住環境の良さを楽しめる」(17.7%)が上位に並びました。「新しい人との出会い」(12.4%)、「旅行の機会が増える」(11.0%)は、小さいながらも一定の割合を占めています。このライフスタイルの魅力は、柔軟性、日常からの解放、そして海外生活の体験に集約されていますが、全体としては懐疑的な見方が最も強い反応として浮かび上がっています。

男女差: 感じる魅力の違い 女性は男性に比べて、このライフスタイルのさまざまな側面に強く惹かれる傾向が見られました。「海外に住めること」(女性22.4%、男性12.8%)、「勤務時間の柔軟性」(女性28.8%、男性20.0%)、「日本での日常から離れられること」(女性25.6%、男性19.6%)、「旅行の機会が増えること」(女性13.8%、男性8.2%)のいずれにおいても、女性の方が魅力を感じる割合が高くなっています。一方、「特に魅力を感じるものはない」と回答した割合は男性の方が高く、男性45.6%に対して女性は38.4%でした。

Q6 海外でリモートワークをする生活について、不安・怖さを感じる点をすべて選んでください。(MA)



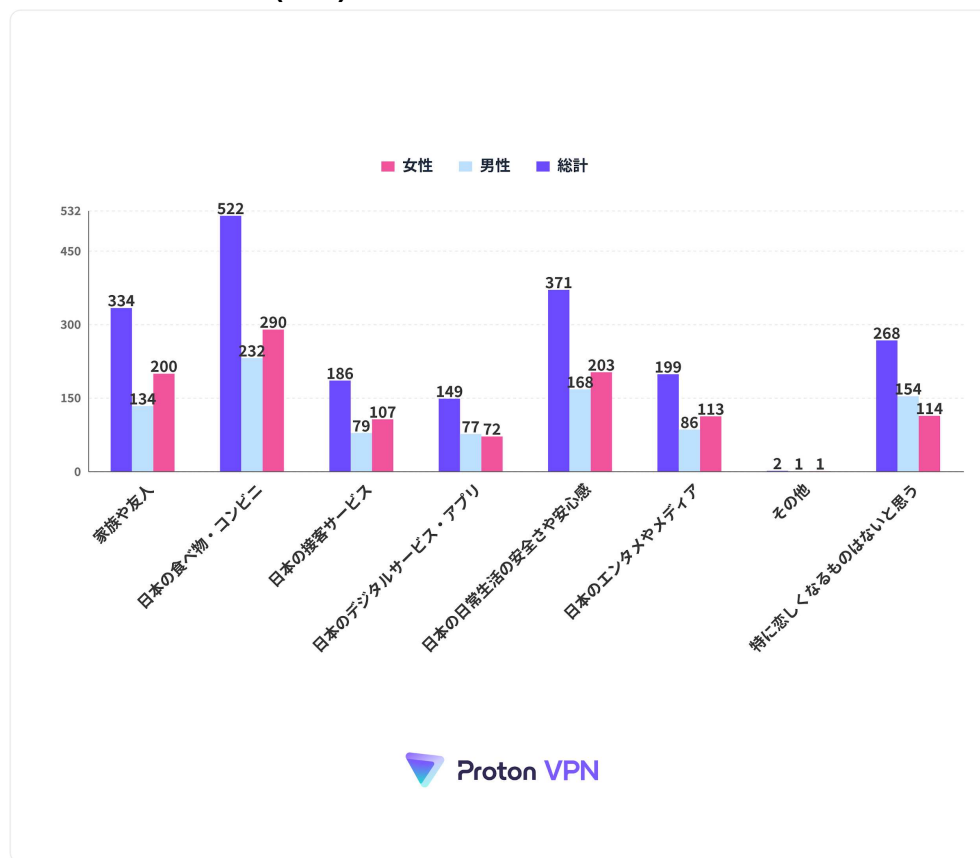
病気・お金・通信環境など、現実的な不安が海外生活への懸念の中心

(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

海外でリモートワークをしながら生活することに対する不安は、感情面よりも実用面やセキュリティ面に関するものが中心となっています。最大の懸念事項は「海外での病気や緊急時の対応」で、回答者の46.3%が選択しました。次いで「海外での金銭管理や決済」が44.8%と、ほぼ同水準で並んでいます。「安定した仕事・デジタル環境の確保」も34.9%と多く挙げられている一方、「ホームシック」(18.5%)や「仕事とプライベートの切り分けの難しさ」(16.8%)はそれほど多くありません。主な不安は、リモートワークそのものに対するものではなく、海外で日常生活を安全かつ確実に営むことに関するものといえます。

男女差: 不安の感じ方 女性は男性に比べて「海外での病気や緊急時の対応」に不安を感じる割合が高く、女性51.4%に対して男性は41.2%でした。健康や緊急時対応への懸念は、女性にとって海外でのリモートワークを検討する際の特に大きな障壁となっているようです。

Q7 もし海外に住みながらリモートワークをしたら、日本のどのようなものを恋しく感じそうですか？(MA)



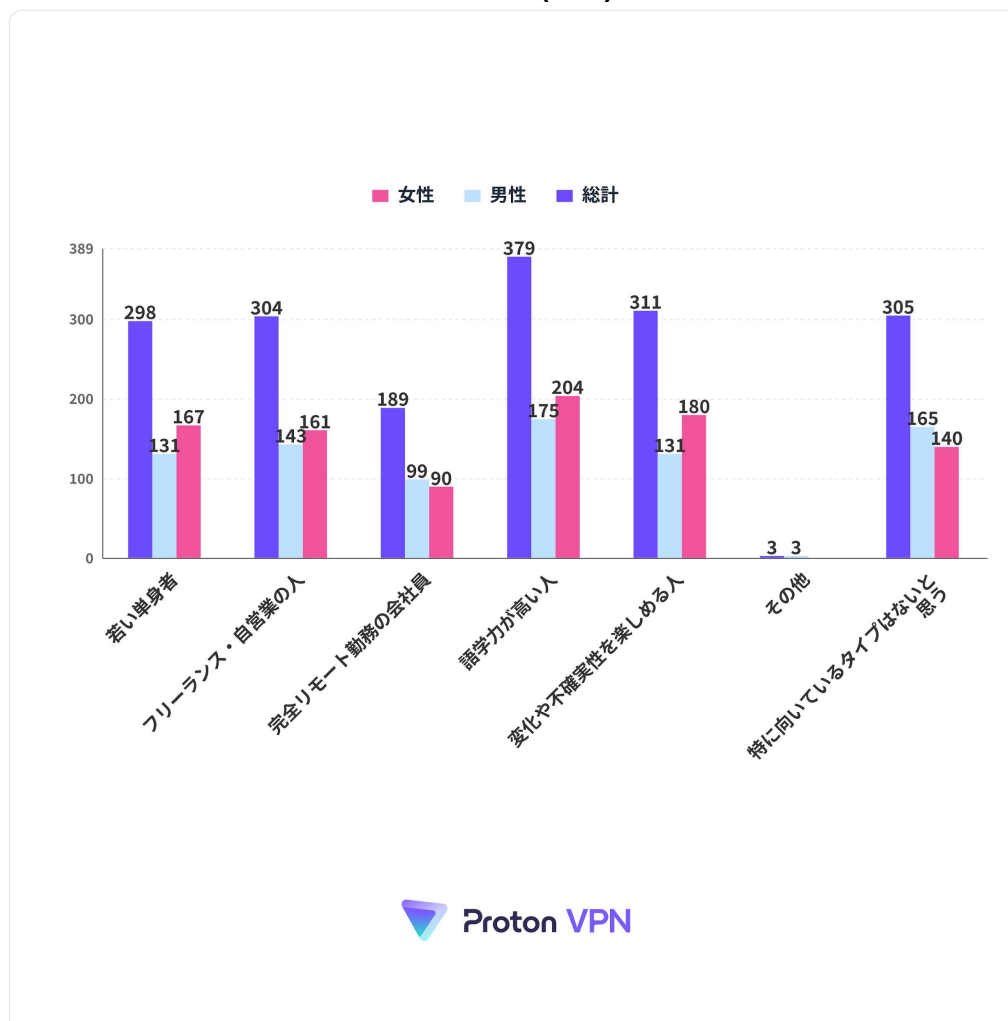
日本食・日常の安全・人間関係が、海外で恋しくなりそうなものの上位

(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

海外でリモートワークをしながら生活するとしたら、日本で最も恋しく感じると予想されるのは「日本の食事やコンビニ」で、52.2%の回答者が選択しました。次いで「日本の日常の安全性や安心感」が37.1%、「家族や友人」が33.4%と続いており、実用的な快適さと人間関係の両方が重視されていることがうかがえます。「日本のエンタメやメディア」(19.9%)や「日本のカスタマーサービス」(18.6%)も一定の割合を占めており、「日本のデジタルサービスやアプリ」(14.9%)はやや少ない結果となりました。人々が最も恋しく感じると予想しているのは、仕事関連のインフラではなく、日本での日々の暮らしがもたらす馴染み深さ、快適さ、信頼性であるといえます。

男女差: 恋しくなりそうなものの違い 女性は男性に比べて、日本のあらゆる側面を恋しく感じると予想する傾向が強く見られました。「家族や友人」(女性40.0%、男性26.8%)、「日本の食事やコンビニ」(女性58.0%、男性46.4%)、「日本のカスタマーサービス」(女性21.4%、男性15.8%)、「日本の日常の安全性や安心感」(女性40.6%、男性33.6%)、「日本のエンタメやメディア」(女性22.6%、男性17.2%)のいずれにおいても、女性の方が高い割合を示しています。一方、「特に恋しく感じるものはない」と回答した割合は男性の方が高く、男性30.8%に対して女性は22.8%でした。女性は日本の日常的な要素に対して、より強い感情的・ライフスタイル的な愛着を予想しており、男性はそれほど郷愁を抱かずに適応する姿を思い描く傾向があるようです。

Q8 あなたの考えでは、海外でのリモートワークやデジタルノマド生活に最も向いているのはどのような人だと思いますか？(MA)



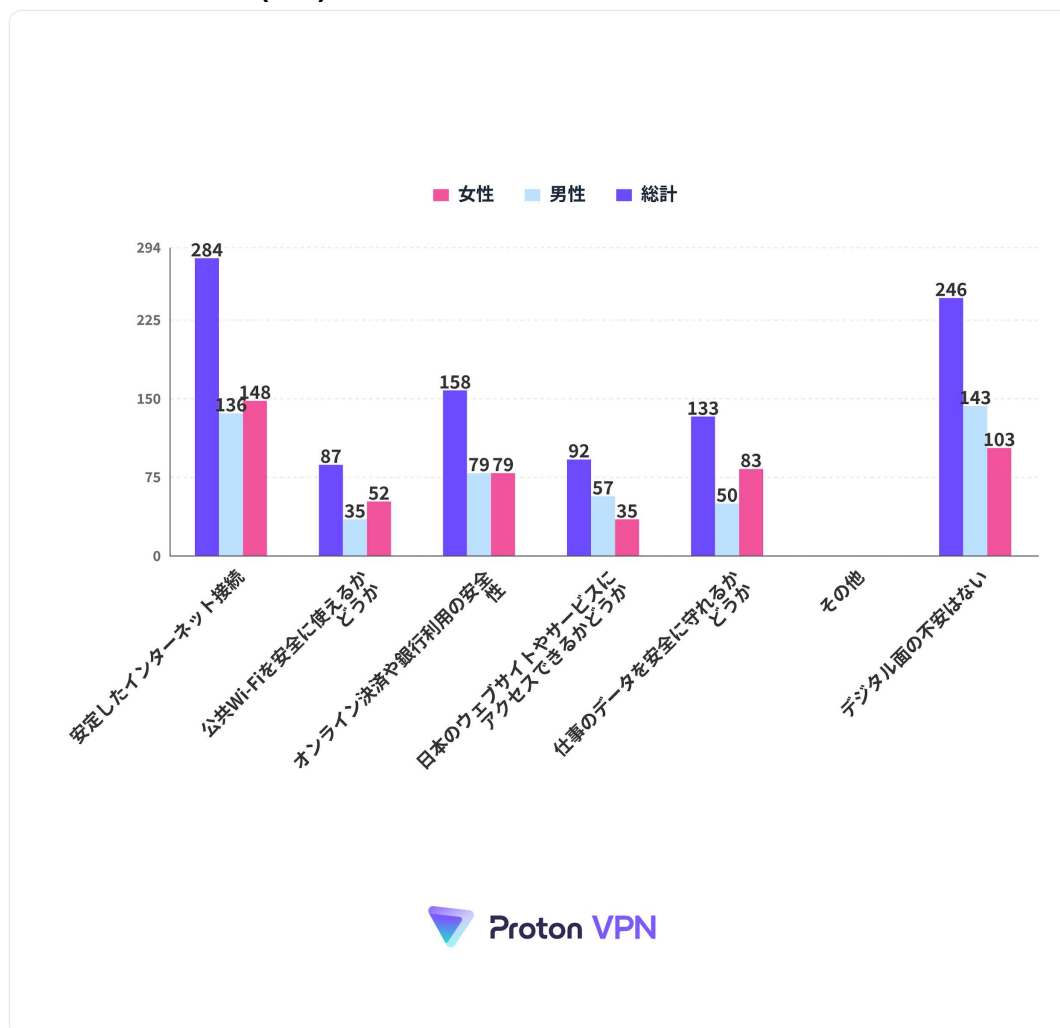
語学力と適応力が、ノマドに向いている人物像として最も重視される要素

(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

このライフスタイルに最も向いていると思われる特性として最も多く挙げられたのは「高い語学力を持つ人」で、37.9%の回答者が選択しました。これは他のどの特性よりも多い結果です。次いで「変化や不確実性を楽しめる人」(31.1%)、「フリーランスや自営業の人」(30.4%)、「特に向いているタイプはない」(30.5%)、「若い独身者」(29.8%)が続いています。「フルタイムのリモート社員」は18.9%とやや少なめでした。回答者は、海外でのリモートワークやデジタルノマドのライフスタイルを、特定の職種というよりも、適応力、自立性、コミュニケーション能力といった資質と結びつけて捉えていることがわかります。

男女差: 向いている人物像の違い 女性は男性に比べて、このライフスタイルが「若い独身者」(女性33.4%、男性26.2%)や「変化や不確実性を楽しめる人」(女性36.0%、男性26.2%)に向いていると考える割合が高くなっています。女性は、デジタルノマドのライフスタイルを、柔軟性、機動性、予測不能な生き方への開放性を持つ人により適していると捉える傾向が強いです。

Q9 もし海外に住みながらリモートワークをするとしたら、どのデジタル面の不安が最も大きいですか？(SA)



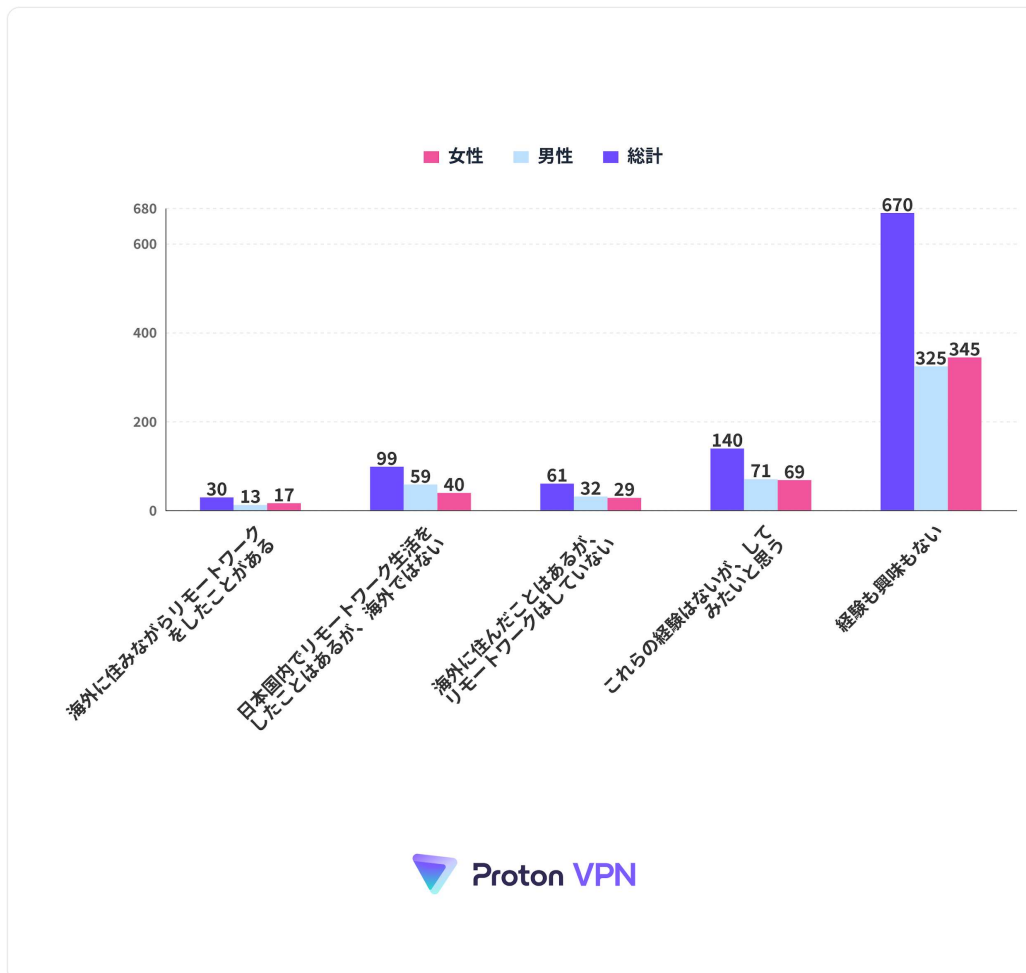
通信環境とデジタルセキュリティが主な懸念事項。一方で4人に1人は特に不安がないと回答

(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

海外でリモートワークをする際のデジタル面での最大の懸念事項は「安定したインターネット接続の確保」で、28.4%の回答者が選択しました。次いで「デジタル面での懸念は特にない」が24.6%と、2番目に多い回答となっています。「オンライン決済や銀行取引のセキュリティ」(15.8%)や「業務データのセキュリティ保護」(13.3%)も重要な不安要素として挙げられた一方、「日本のウェブサイトやサービスへのアクセス」(9.2%)や「公衆Wi-Fiのセキュリティ」(8.7%)はそれほど多くありません。通信環境とデジタルセキュリティが主に意識される課題である一方、デジタル面での大きな問題を想定していない層も一定数存在していることがうかがえます。

男女差: デジタル面での懸念の違い 男性は女性に比べて、「日本のウェブサイトやサービスへのアクセス」を懸念する割合(男性11.4%、女性7.0%)や、「デジタル面での懸念は特にない」と回答する割合(男性28.6%、女性20.6%)が高くなっています。一方、女性は男性に比べて「業務データのセキュリティ保護」を最大の懸念事項として挙げる割合が高く、女性16.6%に対して男性は10.0%でした。

Q10 あなた自身のリモートワークや海外生活の経験として、最も近いものを選んでください。(SA)



海外リモートワークへの経験も関心も持たない層が大多数

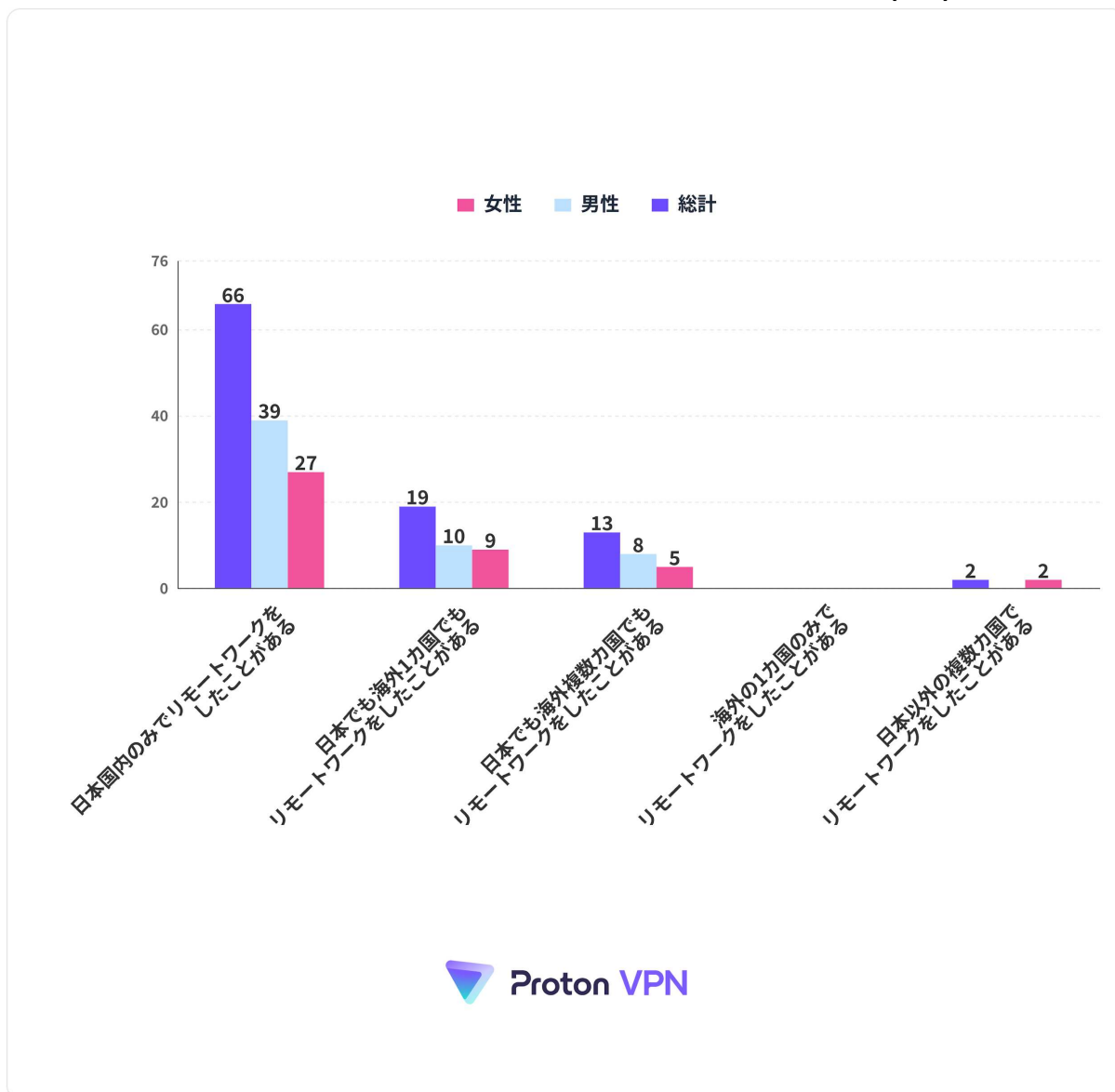
(回答者1,000名(男性500名、女性500名))

最も顕著な傾向として、回答者の大多数が「リモートワークや海外生活について、経験も興味もない」と答えています。この層は全体の67.0%を占め、他のすべてのカテゴリを大きく上回っています。その他、「経験はないが試してみたい」(14.0%)、「日本ではリモートワーク経験があるが、海外ではない」(9.9%)、「リモートワークはしていないが海外に住んだことがある」(6.1%)は少数派にとどまりました。「実際に海外に住みながらリモートワークを経験した」と答えた人はわずか3.0%で、このライフスタイルの直接的な経験者は依然として非常に限られていることがわかります。

男女差: 経験の違い 男性は女性に比べて、「日本ではリモートワーク経験があるが、海外ではない」と答える割合が高く、男性11.8%に対して女性は8.0%でした。

追跡調査

Q1 以前のアンケートで「リモートワークをしたことがある」と答えた方にお聞きします。あなたのリモートワーク経験として、最も近いものを選んでください。(SA)

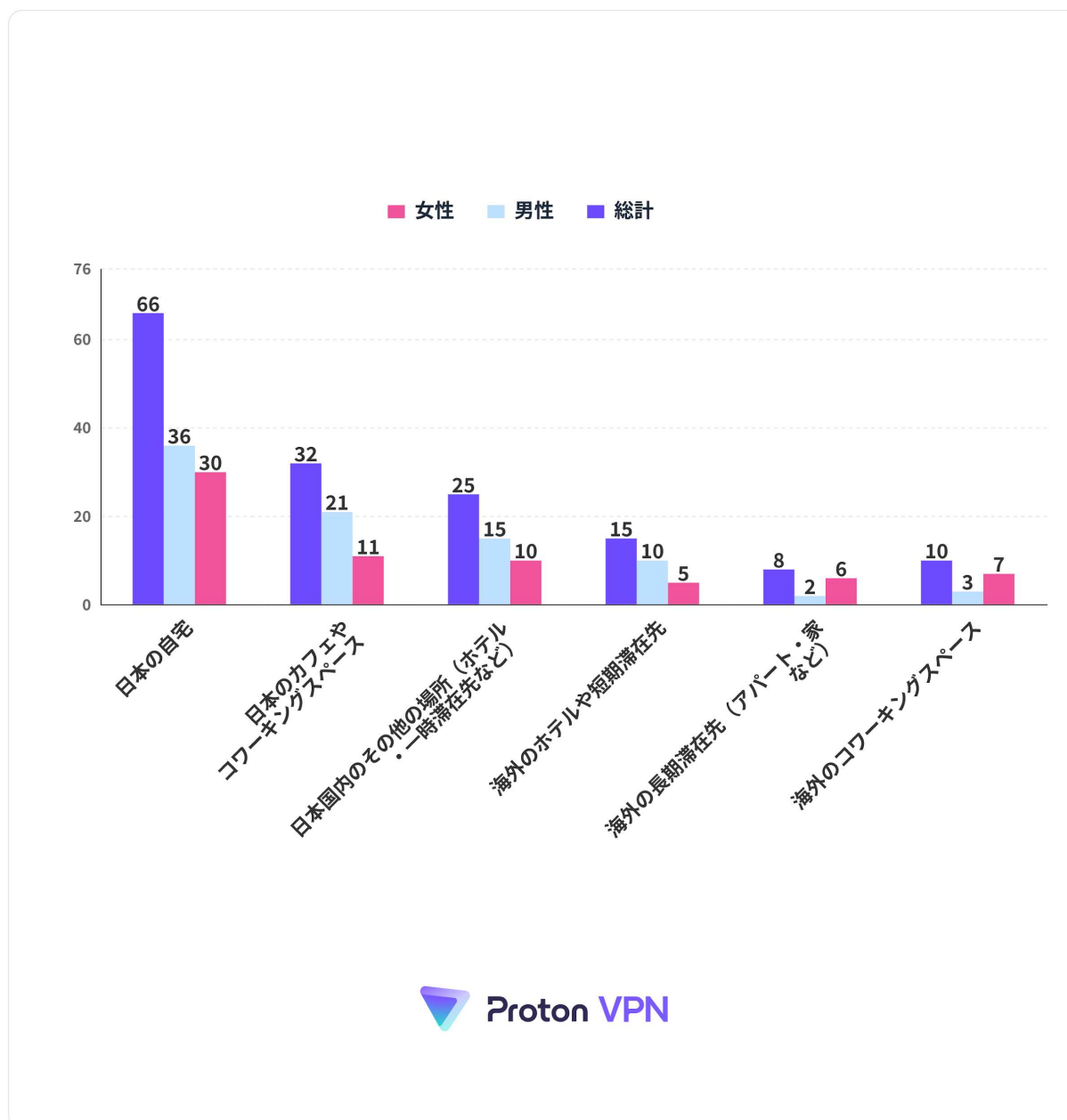


リモートワーク経験者であっても、そのほとんどが国内での経験にとどまっている

(回答者100名(男性57名、女性43名))

リモートワーク経験者の中で最も多いパターンは、国内限定での経験です。66%が「日本国内のみリモートワークをしたことがある」と回答しました。次いで、「日本と1つの海外の国でリモートワークをした」が19%、「日本と複数の海外の国でリモートワークをした」が13%となっています。「日本以外の複数の国でリモートワークをした」と答えたのはわずか2%で、「1つの海外の国でのみリモートワークをした」と答えた回答者はいませんでした。リモートワーク経験者の中でも、多くはその経験を国内にとどめており、海外でのリモートワークは依然として少数派のパターンであることがうかがえます。

Q2 主にどのような場所でリモートワークをしてきましたか？下記の選択肢の中から当てはまるものをすべて選んでください。(MA)

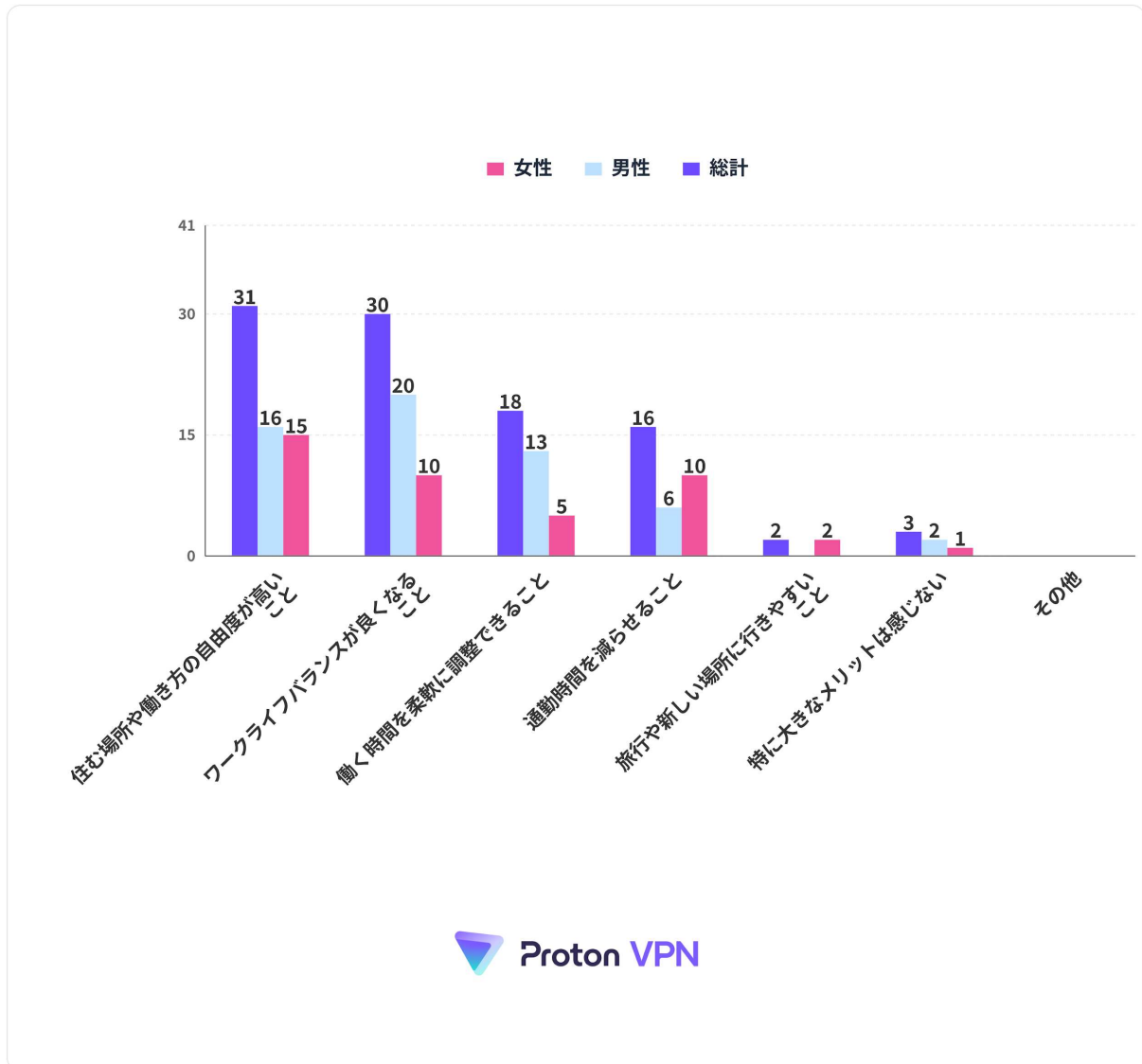


リモートワークの場所は「自宅」が圧倒的多数。海外での利用は依然として少数派

(回答者100名(男性57名、女性43名)、複数回答可)

リモートワークの場所として最も多く挙げられたのは、明らかに「日本の自宅」で、66%の回答者が選択しました。次いで「日本のカフェやコワーキングスペース」が32%、さらに25%が「ホテルや短期滞在先など、日本国内のその他の場所」でもリモートワークをしたことがあると答えています。海外の場所を挙げた回答ははるかに少なく、「海外のホテルや短期滞在先」が15%、「海外のコワーキングスペース」が10%、「海外の長期滞在先」が8%にとどまりました。リモートワーク経験者の間でも、その実態は依然として日本国内、特に自宅に強く集中しているといえます。

Q3 リモートワークが自分のライフスタイルにもたらす最大のメリットは何だと思いますか？(SA)

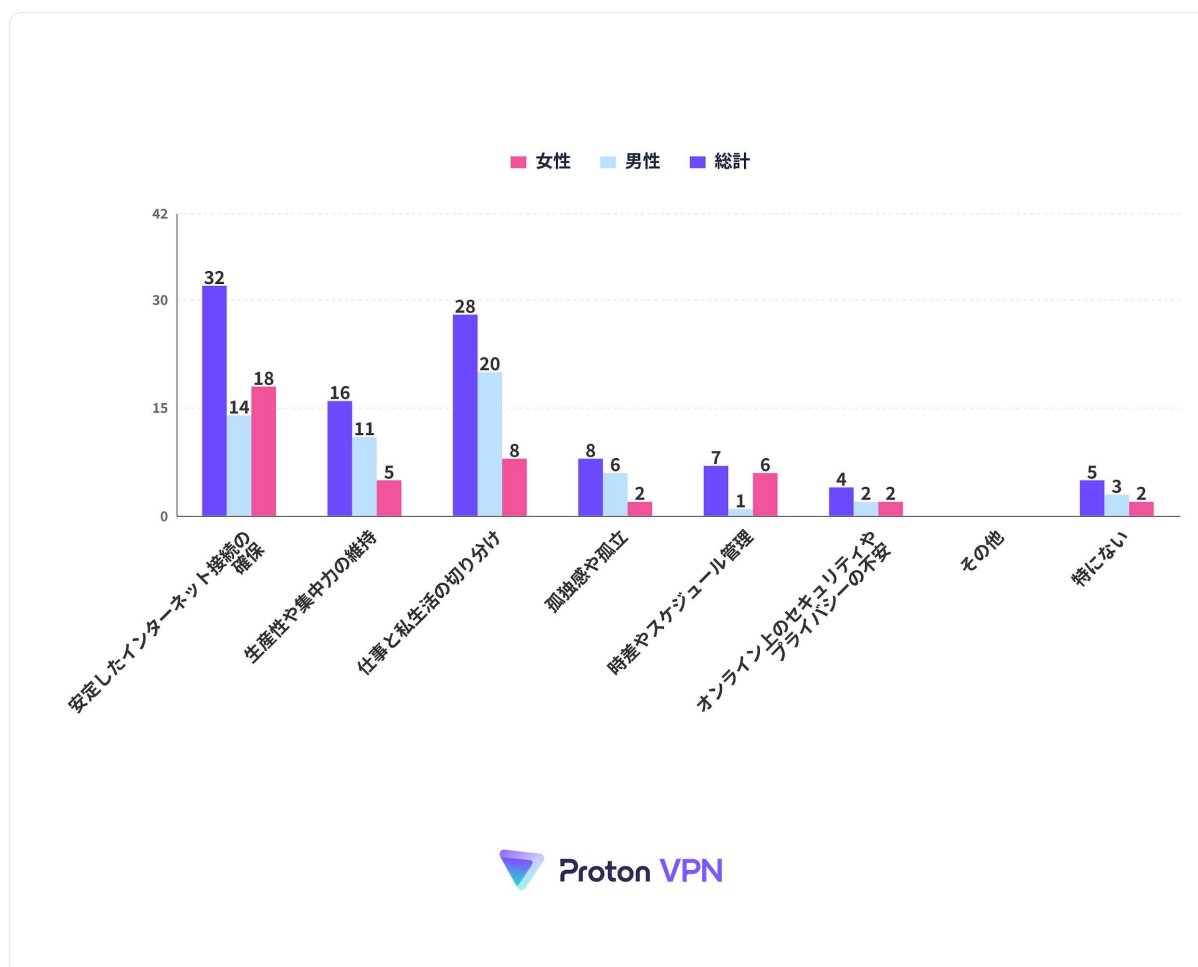


実際に体験してみた結果、「自由」と「ワークライフバランス」が最大のメリットに

(回答者100名(男性57名、女性43名))

リモートワークのメリットとして最も多く挙げられたのは「働く場所や働き方の自由度が高いこと」(31%)と「ワークライフバランスの向上」(30%)でした。次いで「勤務時間を柔軟に調整できること」が18%、「通勤時間の削減」が16%と続いています。「旅行や新しい場所を訪れやすいこと」を最大のメリットとして挙げた回答者はわずか2%、「大きなメリットは感じていない」と答えた回答者も3%にとどまりました。リモートワークの最大の価値は、より大きな自由度、より良いバランス、そして日常生活に対するコントロール感にあると認識されているようです。

Q4 あなたのリモートワーク経験における最大の課題は何ですか？(SA)



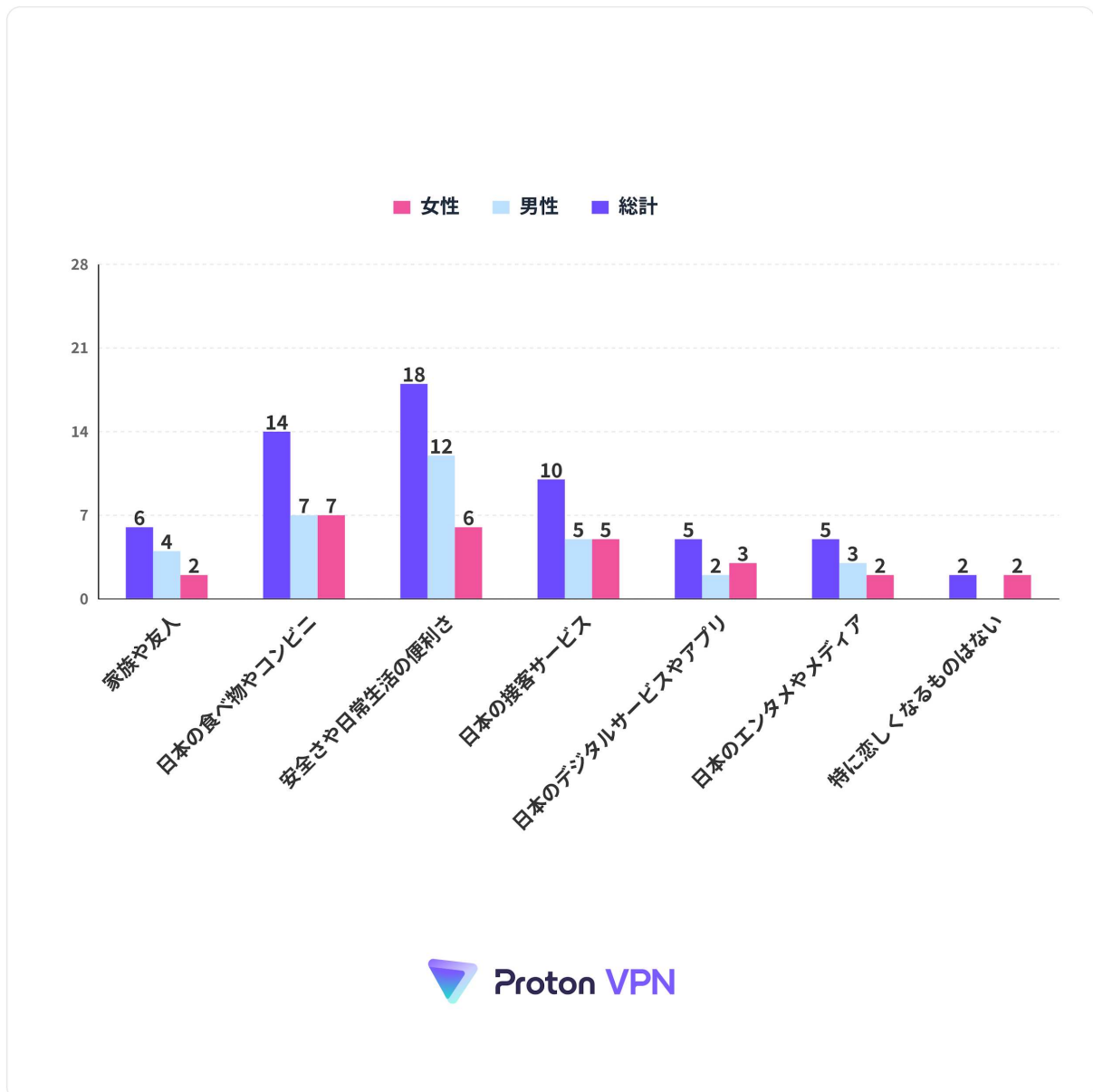
通信環境の確保とオンとオフの切り分けが、現役リモートワーカーの最大の課題

(回答者100名(男性57名、女性43名))

リモートワーク経験者が直面する最大の課題は「安定したインターネット接続の確保」で、32%の回答者が選択しました。これに僅差で続くのが「仕事とプライベートの切り分けの難しさ」(28%)で、次いで「生産性や集中力の維持」が16%となっています。「孤独感や疎外感」(8%)、「時差やスケジュール管理」(7%)、「オンラインセキュリティやプライバシーに関する懸念」(4%)は、それほど多くありませんでした。主な課題は、感情面や技術的なセキュリティ面というよりも、仕事環境や仕事とプライベートの境界線といった実用的な問題にあることがうかがえます。

男女差:最大の課題の違い 女性は男性に比べて「時差やスケジュール管理」を最大の課題として挙げる割合が高く、女性14.0%に対して男性は1.8%でした。

Q5 海外でのリモートワークにおいて、日本のどのような点を恋しく感じましたか？下記の選択肢の中から当てはまるものをすべて選んでください。(MA)

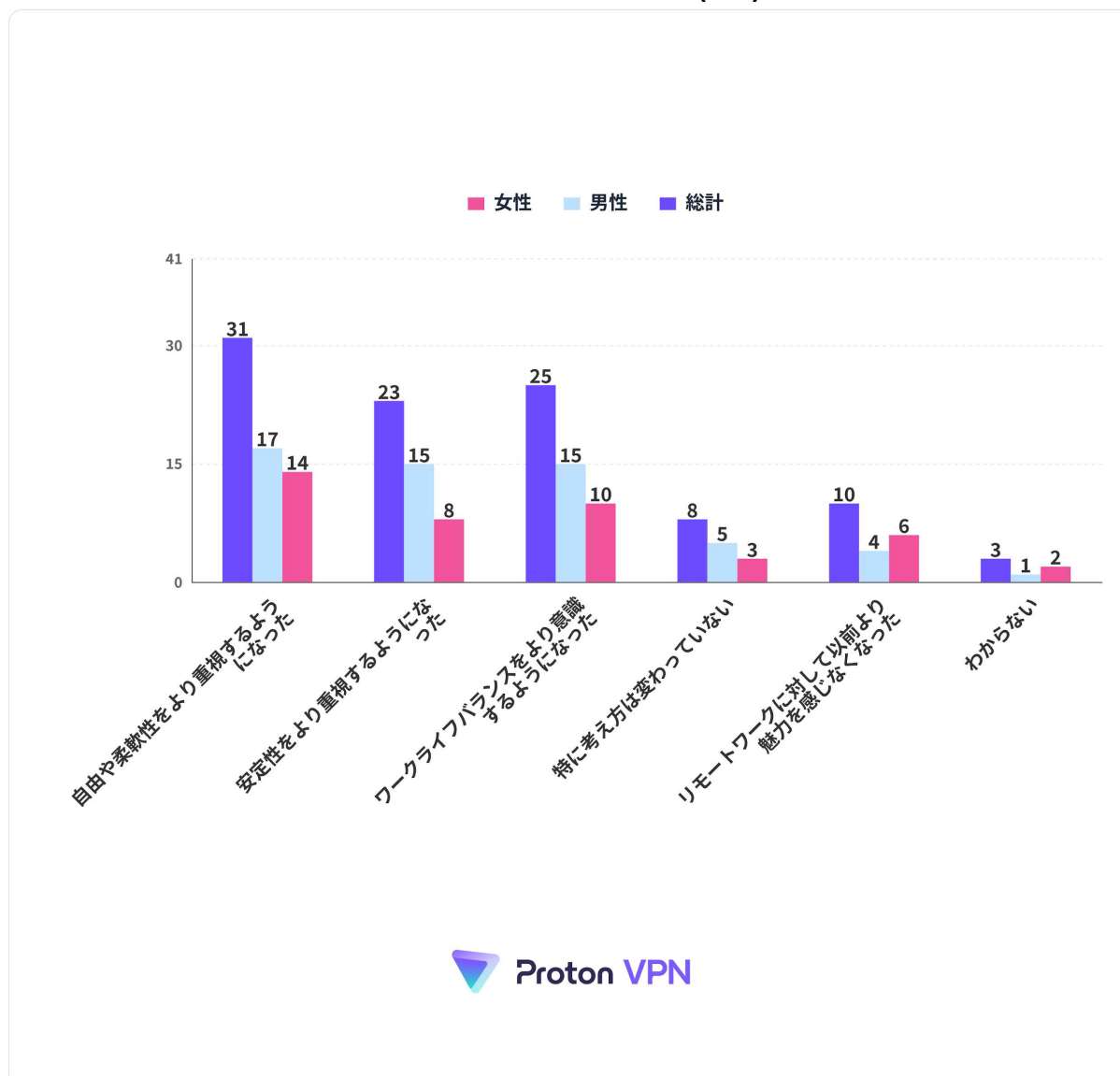


実際に海外で働いた経験者が恋しく感じるのは、日本の安全性、利便性、カスタマーサービス

(回答者32名(男性18名、女性14名)、複数回答可)

海外でリモートワークをしている間に最も恋しく感じる日本の要素は「日常生活の安全性や利便性」で、56.3%の回答者が選択しました。次いで「日本の食事やコンビニ」が43.8%、「日本のカスタマーサービス」が31.3%と続いています。「日本のデジタルサービスやアプリ」(15.6%)、「日本のエンタメやメディア」(15.6%)はそれほど多くありませんでした。回答者が最も恋しく感じるのは、仕事関連のインフラではなく、日本での日々の暮らしがもたらす信頼性、快適さ、手軽さであるといえます。

Q6 リモートワークを経験したことで、仕事に対する考え方はどのように変わりましたか？あなたの考えに最も近いものを選んでください。(SA)

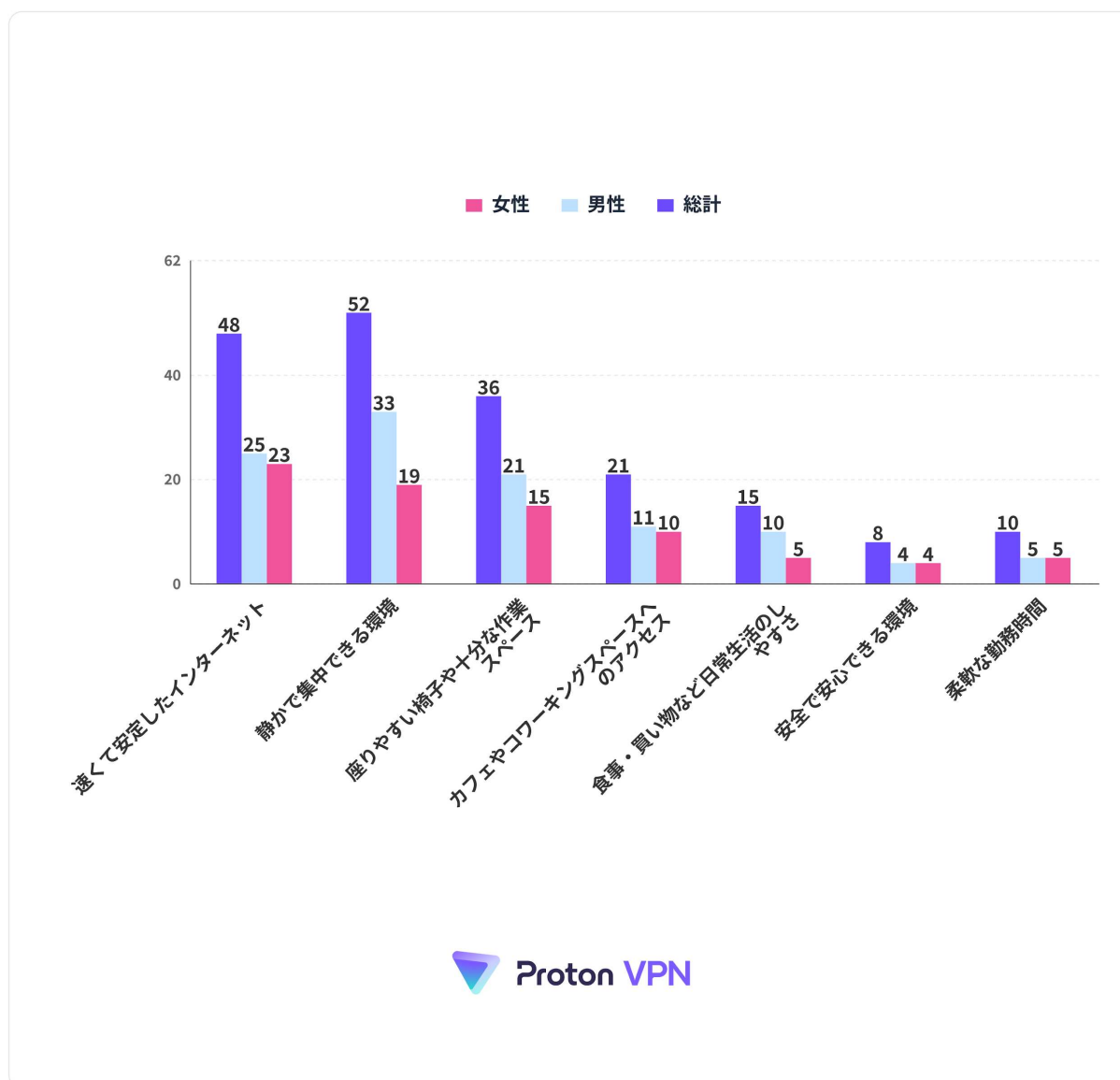


リモートワークの経験は、「自由」「バランス」、そして意外にも「安定」への意識を高める

(回答者100名(男性57名、女性43名))

リモートワークを経験した後に最も多く見られた価値観の変化は、「自由と柔軟性」をより重視するようになったことで、31%の回答者が該当しました。次いで「ワークライフバランスをより意識するようになった」が25%、「安定性をより重視するようになった」が23%と続いており、リモートワークが仕事と生活全体のバランスへの関心を高める傾向がうかがえます。「特に変わっていない」(8%)、「以前よりもリモートワークが魅力的に感じられなくなった」(10%)、「わからない」(3%)は少数派でした。リモートワークの経験は、多くの回答者にとって、柔軟性、安定性、生活の質のバランスを再考するきっかけとなっているようです。

Q7 一般的なオフィス以外の場所でリモートワークをする際、快適に働くために重要なものは何ですか？下記の選択肢の中から当てはまるものをすべて選んでください。
(MA)

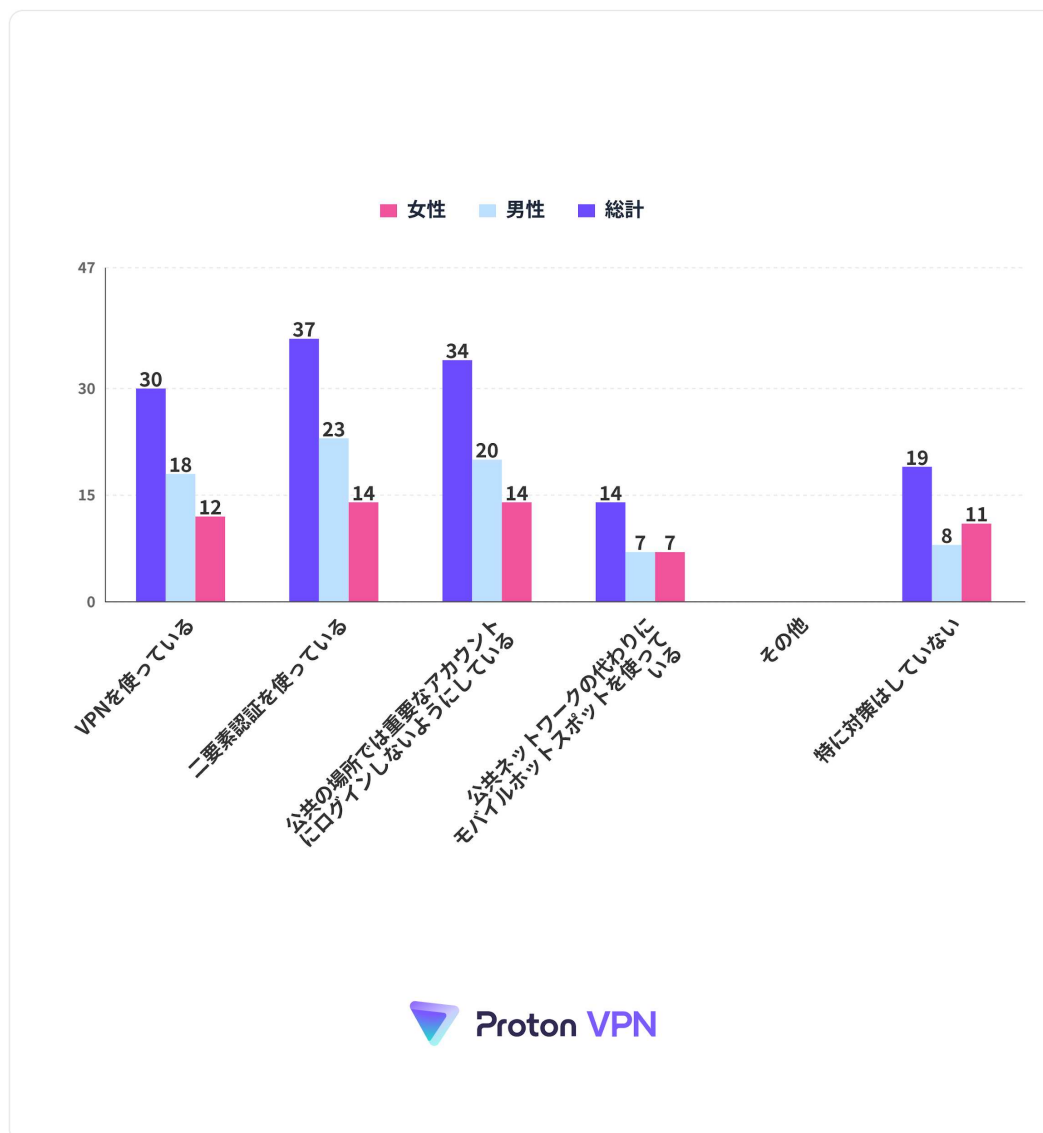


快適に働くためには「静かな環境」と「安定した通信」が中核的な条件

(回答者100名(男性57名、女性43名)、複数回答可)

通常のオフィス以外の場所で快適に働くために最も重要な条件は「集中できる静かな環境」で、52%の回答者が選択しました。これに僅差で続くのが「高速で安定したインターネット」(48%)で、集中できることと接続環境の両方が中核的な要件となっていることがわかります。「快適な椅子と十分な作業スペース」も36%と重要視されている一方、「カフェやコワーキングスペースへのアクセス」(21%)や「飲食店や買い物など、日常生活の便利さ」(15%)は副次的な要素にとどまりました。リモートワークの快適さは、生活面の利便性や景色といった要素よりも、集中と接続の確保に支えられていることがうかがえます。

Q8 自宅や通常のオフィス以外でリモートワークをする際、オンラインセキュリティには普段どのように対応していますか？当てはまるものをすべて選んでください。(MA)

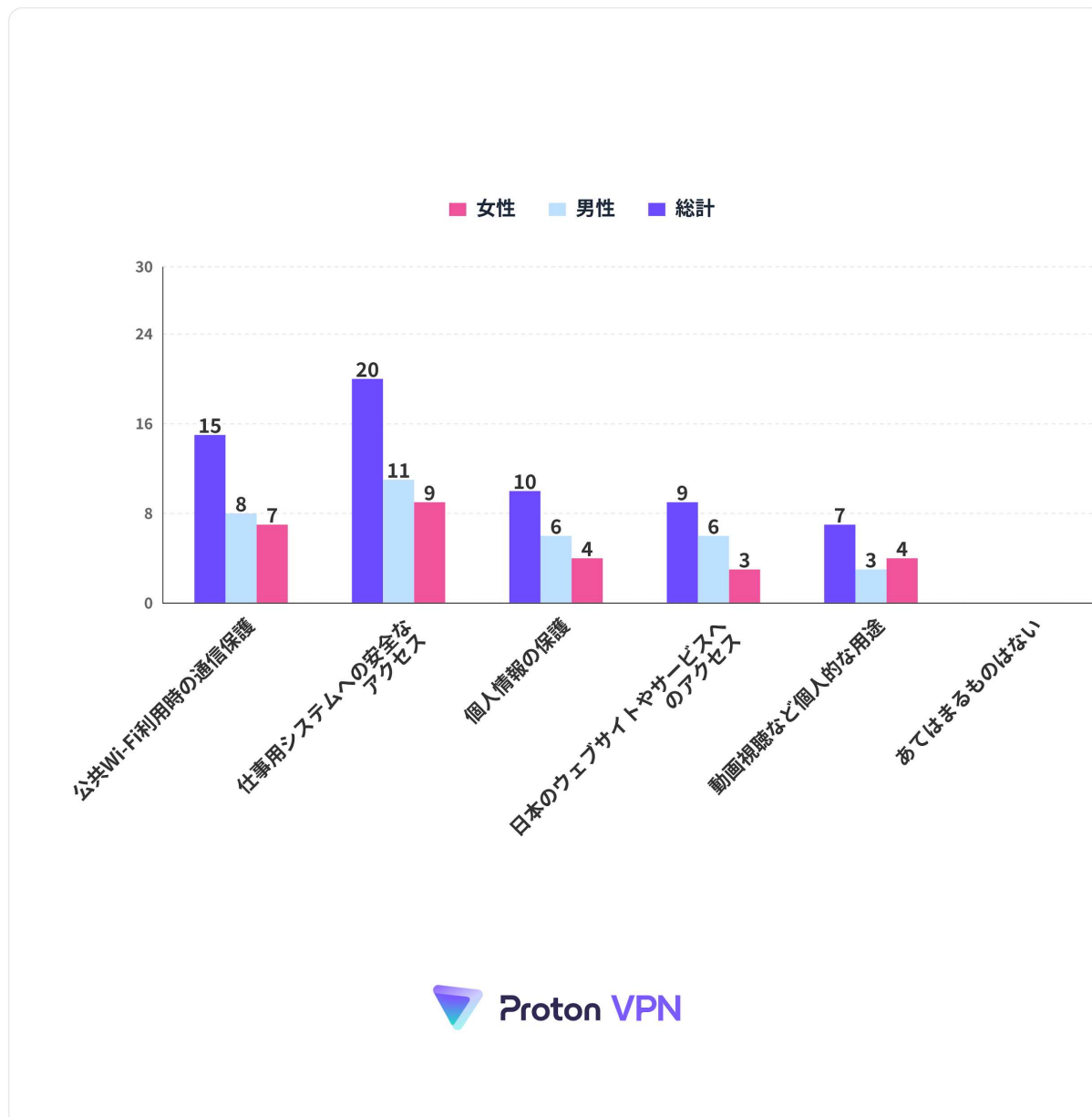


多くのリモートワーカーは基本的なセキュリティ対策を講じているが、5人に1人は何も行っていない

(回答者100名(男性57名、女性43名)、複数回答可)

最も多く実施されているセキュリティ対策は「二段階認証」で、37%の回答者が選択しました。次いで「公共の場では重要なアカウントにログインしない」が34%、「VPNの利用」が30%と続いています。「公共ネットワークの代わりにモバイルホットスポットを使う」は14%にとどまり、19%は「特に対策を講じていない」と回答しました。多くのリモートワーカーは基本的なオンラインセキュリティの実践を意識している一方、一定数の層は依然として特別な対策を講じていないことがわかります。

Q9 リモートワーク中のVPNは、主にどのような目的で使っていますか？下記の選択肢の中から当てはまるものをすべて選んでください。(MA)



VPN利用の目的は、個人的な利便性よりも業務上のセキュリティが中心

(回答者30名(男性18名、女性12名)、複数回答可)

リモートワーク中にVPNを利用する最も多い目的は「社内システムへの安全なアクセス」で、66.7%の回答者が選択しました。次いで「公衆Wi-Fi利用時の通信保護」が50.0%、「個人情報の保護」が33.3%と続いています。「日本のウェブサイトやサービスへのアクセス」(30.0%)や「動画視聴などの個人利用」(23.3%)は、それほど多くありませんでした。この層におけるVPN利用は、個人的な利便性よりも業務関連のセキュリティ対策を中心として位置づけられているといえます。

まとめ

調査結果から見てくるのは、日本の働き方改革における重要な転換点です。個人としての自由を求める気持ちと、「日本品質」とも言える信頼性への根強いこだわりが、せめぎ合っている状況がうかがえます。一般層は依然として慎重な姿勢を見せていますが、「慎重」と「拒絶」は同じではありません。実際にリモートワークを経験した人たちの間では、価値観の明確な変化が見られ、31%が以前よりも「自由と柔軟性」をより重視するようになり、25%が「ワークライフバランス」をより意識するようになったと回答しています。潜在的なニーズは確かに存在していて、本格的な普及との間に立ちほだかっているのは、いくつかの明確なハードルだといえそうです。

これらのハードルは、体験以前の構造的な問題から始まります。有効なパスポートを所持する日本人はわずか17%程度にとどまっており、また英語力も先進国の中では最も低い水準にあります。海外でのリモートワークを検討する以前に、多くの人にとって2つの現実的なハードルを越える必要があるのです。さらに、根回し、空気を読む文化、そしておもてなしの精神に支えられた日本的な働き方から離れる「文化的な適応」という第3のハードルも加わります。その結果、日本のリモートワークは圧倒的に「国内・自宅中心」の働き方となっており、リモートワーク経験者の66%が国内でしか働いたことがありません。「ビーチでノートPCを開く」というイメージは、日本の実態とはほぼかけ離れているのが現実です。

これらのハードルを乗り越えた人たちが直面するのは、極めて現実的な不安要素であり、その内容は驚くほど一貫しています。最大の不安は、ほぼ同水準で並ぶ2つです。回答者の46.3%が「海外での病気や緊急時の対応」を懸念しており、44.8%が「海外での金銭管理や決済」を不安視しています。また、実際に海外でリモートワークを経験した人たちは、一般層の予想をはるかに超えて、日本の安全性、利便性、そしてカスタマーサービスを恋しく感じる傾向があります。これは「日本品質」の信頼性が、失って初めてその大きさを実感するものであることを示しています。デジタル面では、現役リモートワーカーの32%が「安定したインターネット接続の確保」を最大の課題に挙げ、28%が「仕事とプライベートの切り分けの難しさ」に悩み、19%が公共の場での作業時に「特にセキュリティ対策を講じていない」と回答しています。一方で、対策を講じている層の中では、VPN利用者の66.7%が「社内システムへの安全なアクセス」、50%が「公衆Wi-Fi利用時の通信保護」を目的として挙げており、日本におけるVPNの利用は、主に業務上のセキュリティ対策として位置づけられているようです。

構造的、文化的、そして実用的——この3つのハードルをいかに乗り越えるかが、現時点で海外でリモートワークを行っている日本のビジネスパーソン3%という数字を、より大きな割合へと押し上げるための鍵となります。日本のリモートワークは、欧米で語られる「国境を越えるノマド」という理想像へと向かっているわけではありません。むしろ、日本独自の方向へと進化しつつあります。それは、自宅を拠点とし、セキュリティを重視し、信頼性を最優先しながら、日本ならではの安定や生活の質を犠牲にすることなく柔軟性を取り入れる——そんな新しい働き方の姿です。