

一般ビジネスマン／テレワークビジネスマン／フリーランステレワーカー**600**名に聞いた 「勤務形態別ワークライフバランスに関する意識調査」

テレワークを効果的に実施している**“テレワーク優等生”**はフリーランステレワーカー。
仕事も遊びも一生懸命な**“リア充ビジネスマン”**はテレワークビジネスマンに。

テレワークを支援する株式会社レコモット（本社：東京都千代田区、代表取締役**CEO**：東郷 剛、以下「レコモット」）は、一般ビジネスマン／テレワークビジネスマン／フリーランステレワーカー（※）**600**名を対象に、「勤務形態別ワークライフバランスに関する意識調査」を実施しました。その調査内容を発表いたします。

2019年4月より、「働き方改革関連法」が施行され、テレワークやサテライトオフィスなど、働き方を見直す動きの活性化が予想されています。国土交通省が発表した「平成**30**年度テレワーク人口実態調査」によると、テレワーク制度の導入率は上昇傾向にあり、今後もテレワークの増加が見込まれています。今回、レコモットでは、**6月22日**「仕事も遊びも一生懸命の日」に合わせて、一般ビジネスマン／テレワークビジネスマン／フリーランステレワーカーという勤務形態の異なる三者を対象に、テレワーク実施有無によりワークライフバランスにどのような違いがあるのか調査を行いました。

以下が調査結果となります。本調査結果を是非ご活用頂けましたら幸いです。

= 調査ダイジェスト =

TOPICS①仕事におけるテレワークの効果について

- 平均労働時間が法定労働時間である**8時間**を下回る割合は**テレワークビジネスマン**が一般ビジネスマンよりも**13.5ポイント**高い結果に。
- フリーランステレワーカーに至っては半数以上（**52.5%**）が平均労働時間**8時間**未満であることが判明。
- テレワーカー二者は**テレワーク実施により仕事に対するモチベーションが高くなっている**。

TOPICS②遊びにおけるテレワークの効果について

- テレワーカー二者は一般ビジネスマンよりも幸福度が高いことが明らかに。
- 週に**4日**以上、遊びに費やしている割合はフリーランステレワーカーが**第1位**。
- テレワーカー二者は**テレワーク実施により遊びに対するモチベーションが高くなっている**。

TOPICS① & TOPICS② 総括

- テレワークを効果的に実施している**“テレワーク優等生”**は**フリーランステレワーカー**。
- 仕事も遊びも一生懸命な**“リア充ビジネスマン”**は**テレワークビジネスマン**に。

TOPICS③テレワーク導入の課題について

- 一般ビジネスマンの約**3**人に**1**人が**テレワーク実施意向者**であることが判明。
- テレワーク実施意向者の勤続企業**6**割以上が**テレワーク実施に向けた取り組みは行われていない**状況。
- 約**3**人に**1**人が**“インフラの整備が整っていない”**ことが**テレワーク実施に向けた課題**と感じている。

= 調査概要 =

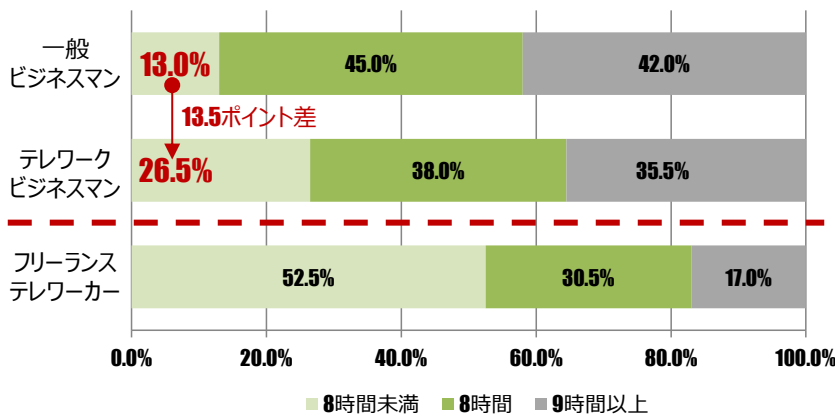
- | | |
|----------|---|
| ■ 調査方法 | : インターネット調査 |
| ■ 調査機関 | : 楽天インサイト |
| ■ 調査期間 | : 2019年6月4日 （火）～ 6月6日 （木） |
| ■ 調査対象地域 | : 全国 |
| ■ 対象者 | : 一般ビジネスマン／テレワークビジネスマン／フリーランステレワーカー 600 名（各 200 サンプル） |

本リリース内容の転載にあたりましては、出典として「**レコモット調べ**」という表記をお使い頂きますようお願い申し上げます。

※一般ビジネスマン : 企業に属する非テレワーカー
テレワークビジネスマン : 企業に属するテレワーカー
フリーランステレワーカー : 企業に属さないテレワーカー

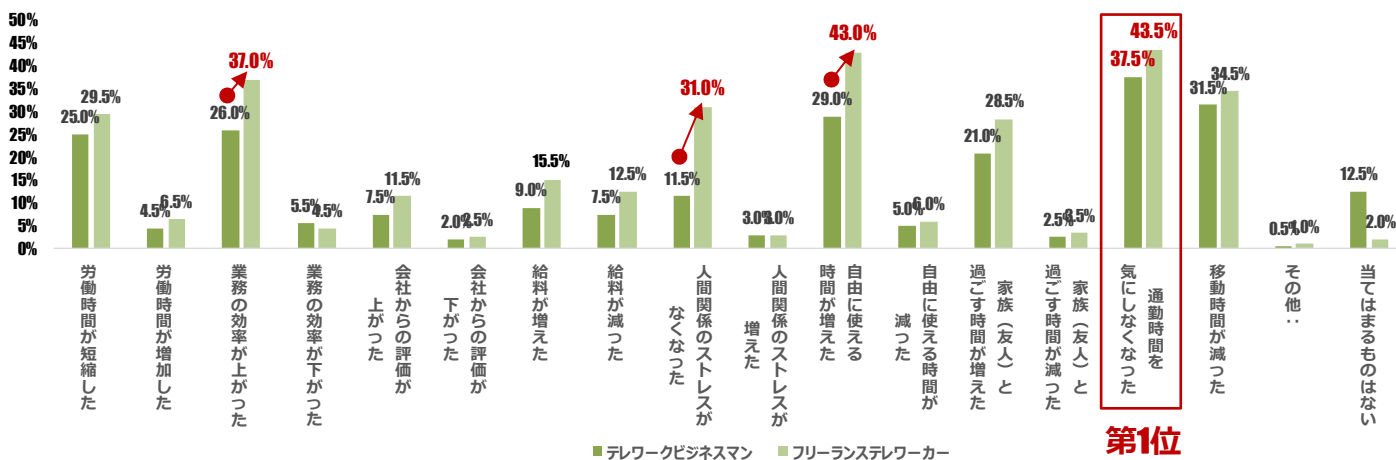
テレワーカー二者は一般ビジネスマンよりも平均労働時間が短い傾向に！
テレワーク実施により感じる効果第1位は「通勤時間を気にしなくなった」

Q1.あなたの1日の平均労働時間を教えてください。
(SA/n=600)



一般ビジネスマン/テレワークビジネスマン/フリーランステレワーカー600名に対して1日の平均労働時間を調査。まず、企業に属した勤務体系である一般ビジネスマンとテレワークビジネスマンの労働時間を比較したところ、テレワークビジネスマンが一般ビジネスマンよりも法定労働時間である8時間を下回る割合が多く、両者間には13.5ポイント差あることがわかりました。また、フリーランステレワーカーに至っては8時間未満と回答したのが半数以上(52.5%)という結果となりました。フリーランステレワーカーは企業に属さないため、一般ビジネスマン・テレワークビジネスマンとは勤務体系に違いがありますが、平均労働時間には大きな差があることがわかりました。

Q2.次のうち、あなたがテレワーク実施により感じている効果として、当てはまるものを教えてください。
(MA/n=テレワークビジネスマン(200名)・フリーランステレワーカー(200名)の合計400名)

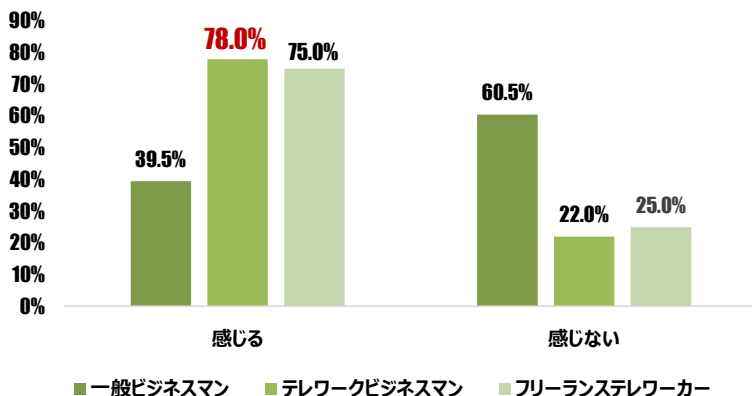


テレワーク実施により感じている効果について伺ったところ、テレワークビジネスマン、フリーランステレワーカーともに「通勤時間を気にしなくなった」という回答が最も多くなりました。また、フリーランステレワーカーは、「業務の効率が上がった」、「自由に使える時間が増えた」、「人間関係のストレスがなくなった」という回答が、テレワークビジネスマンと比べて10~20ポイントも高くなる結果となりました。

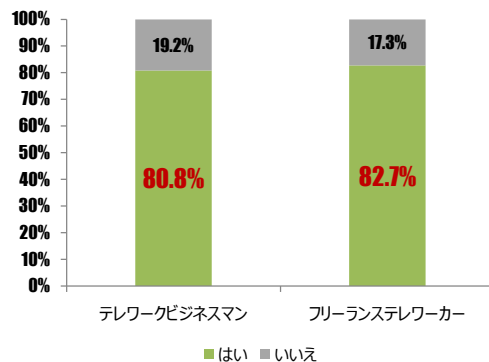
TOPICS①仕事におけるテレワークの効果について

テレワーク実施有無は仕事に対するモチベーションに深く関係！ テレワークビジネスマンが最も仕事に対して一生懸命！

Q3.あなたは、仕事に対するモチベーションが高いと感じますか。
(SA/n=600)



Q4.テレワークを実施していることが仕事に対するモチベーションが高いことに起因していますか。
(SA/n=テレワーカーの合計400名)



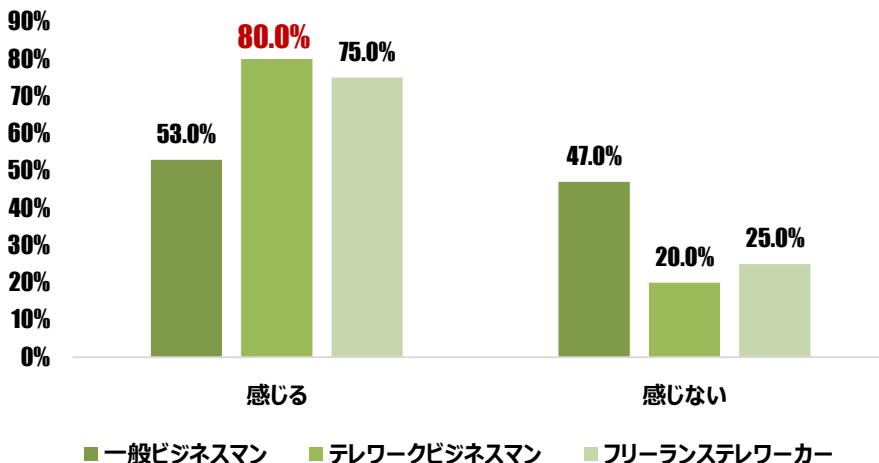
次に、仕事に対するモチベーションの高さについて伺うと、テレワークビジネスマンが**78.0%**（「非常に感じる」、「やや感じる」の合計値）が仕事に対するモチベーションが高いと回答し、最も仕事に対するモチベーションが高い結果に。また、フリーランステレワーカーについても**7割以上（75.0%）**が仕事に対するモチベーションが高いことがわかりました。一方、一般ビジネスマンに至っては、約**4割（39.5%）**に留まる結果となりました。

また、テレワーカー二者に対して、テレワークの実施が仕事に対するモチベーションに起因しているかを調査したところ、両者ともに**8割以上**がテレワーク実施によって仕事に対するモチベーションが高まっていることが判明しました。

TOPICS②プライベートにおけるテレワークの効果について

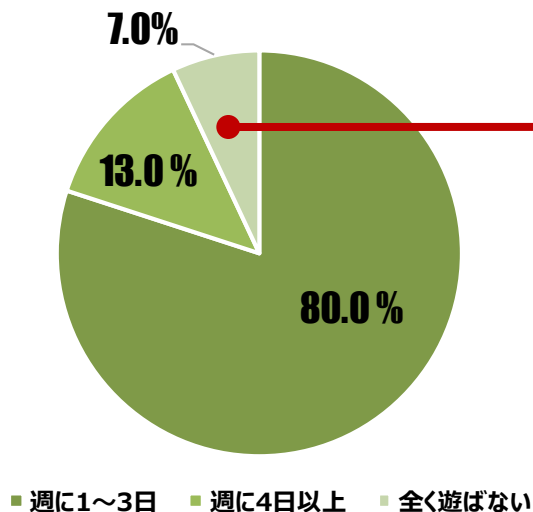
テレワーカーは幸福度が高いことが判明！ プライベートで遊ぶ日数にも三者間で大きな差が！

Q5.あなたは、自身の幸福度が高いと感じますか。(SA/n=600)

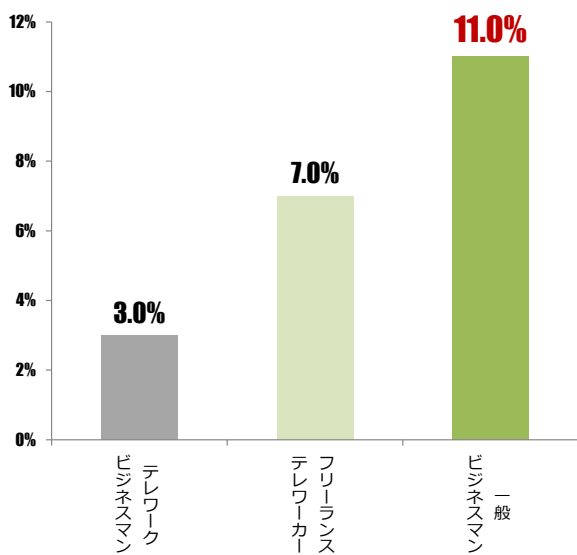


次に、三者に対して、幸福度の高さについて調査。テレワークビジネスマンは**80.0%**が自身の幸福度が高いと回答し、幸福度の高さ第**1位**に。次いで、フリーランステレワーカーが**75.0%**となり、テレワーカー二者ともに幸福度は高い傾向にあること分かりました。一方、一般ビジネスマンにおいては、半数（**53.0%**）程度に留まり、テレワーカー二者と比較すると、**20ポイント以上**もの差があり、テレワークの実施有無が幸福度にも影響していることが伺えます。

Q6.あなたがプライベートでの遊びに費やす日数について最も近いものを教えてください。(SA/n=600)

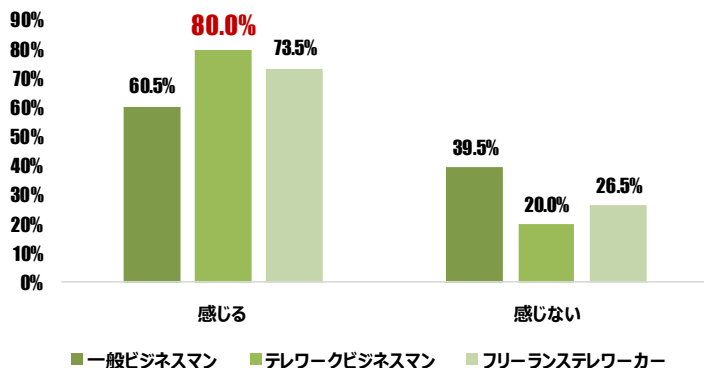


全く遊ばないと回答した割合をみると、**一般ビジネスマンが最も高く(11.0%)**、**テレワークビジネスマンが最も低い(3.0%)**結果に

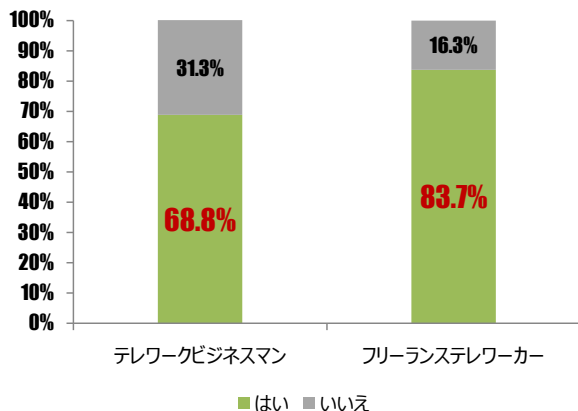


次に、三者のプライベートでの遊びに費やす日数について調査。三者ともに「週に1~3日」が8割を占めている結果となりました。但し、全く遊ばない割合を比較してみると、一般ビジネスマンが11.0%となり、最も遊びに時間を費やせていない勤務形態であることが分かりました。一方で、テレワークビジネスマンはわずか3.0%という結果になり、ほとんどのテレワークビジネスマンは週に1日以上は遊びに費やしていることが判明しました。

Q7.あなたは、遊びに対するモチベーションが高いと感じますか。(SA/n=600)



Q8.テレワークを実施していることが遊びに対するモチベーションが高いことに起因していますか。(SA/n=テレワーカーの400名)



次に、遊びに対するモチベーションの高さについて何うと、テレワークビジネスマンの8割が遊びに対するモチベーションが高いと感じると回答しており、遊びに対して最もモチベーションが高いことが判明。次いで、テレワークビジネスマン(73.5%)、一般ビジネスマン(60.5%)という結果になりました。

また、テレワーカー二者に対して、テレワークの実施が遊びに対するモチベーションに起因しているかを調査したところ、フリーランステレワーカーは8割以上(83.7%)、テレワークビジネスマンは約7割(68.8%)という結果となりました。

- フリーランステレワーカーの方が、同じくテレワークを実施しているテレワークビジネスマンと比較しても、平均労働時間が8時間未満の割合が高く、テレワーク実施により感じている効果もポジティブ要素が多いことが判明！

➡ テレワークを効果的に実施している**“テレワーク優等生”**は**フリーランステレワーカー**！

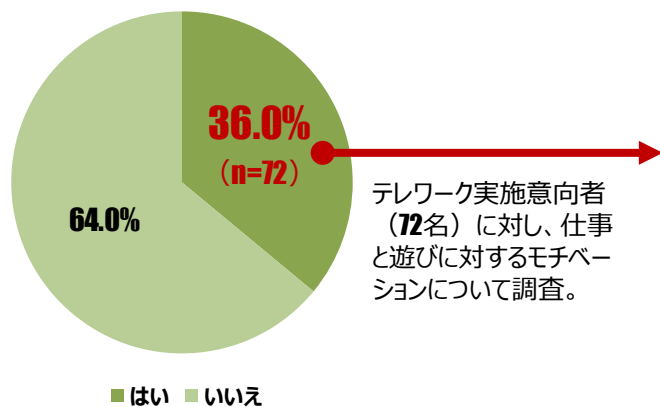
- 一方で、仕事・遊びに対するモチベーションの高さ、幸福度の高さは全てテレワークビジネスマンが第1位！

➡ 仕事も遊びも一生懸命な**“リア充ビジネスマン”**は**テレワークビジネスマン**！

TOPICS③テレワーク導入の課題について

一般ビジネスマンの約**3**人に**1**人がテレワーク実施意向者！
 しかし、テレワーク実施意向者の勤続企業では、
 まだまだテレワーク実施に向けた取り組みは行われていない状況に。

Q9.あなたは、今後、テレワークを実施したいと思いますか。
 (SA/n=一般ビジネスマン200名)



テレワーク実施意向者(72名)に対し、仕事と遊びに対するモチベーションについて調査。

Q10.今後、テレワークを実施することによって**“仕事”**に対するモチベーションが高くなると思いますか？
 (SA/n=テレワーク実施意向者72名)

高くなると思う…約8割 (77.8%)

Q11.今後、テレワークを実施することによって**“遊び”**に対するモチベーションが高くなると思いますか？
 (SA/n=テレワーク実施意向者72名)

高くなると思う…7割以上 (72.2%)

一般ビジネスマンを対象に、今後のテレワーク実施意向について調査。一般ビジネスマン**200**名の中で、今後、テレワークを実施したいと思っている人は**36.0%** (**72**名) という結果に。一般ビジネスマンの約**3**人に**1**人が、今後テレワークを実施してみたいと考えていることが分かりました。

また、テレワーク実施意向者の**72**名に対し、今後、テレワークを実施することによって、仕事・遊びに対するモチベーションが高くなる可能性を伺うと、どちらも**7割以上**がモチベーションが高くなる可能性があるとして回答しました。テレワーク実施により、今後の一般ビジネスマンの仕事・遊びに対するモチベーション向上が期待されます。

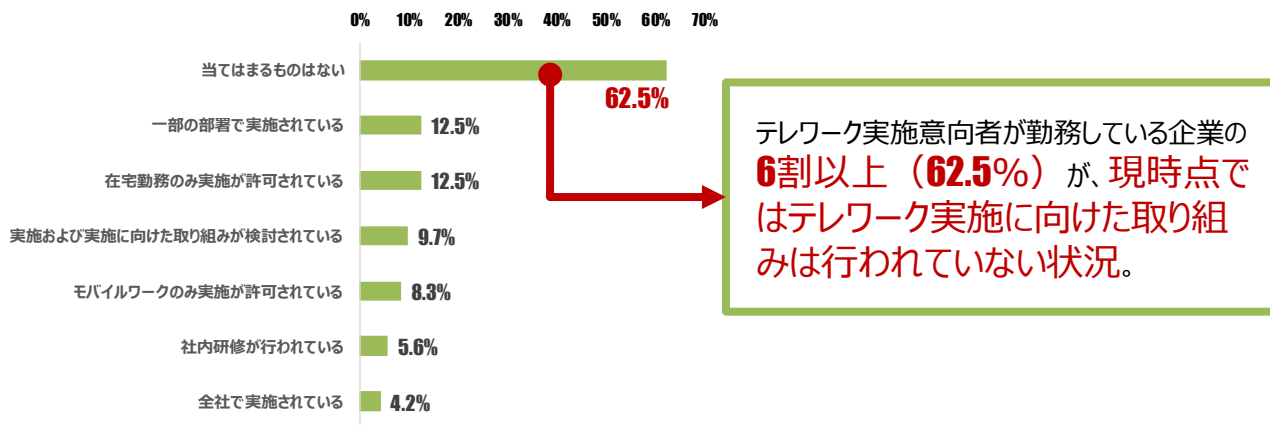
Q12.テレワークを実施したい理由について教えてください。(MA/n=テレワーク実施意向者72名)

テレワークを実施したい理由 トップ3		
第1位	通勤時間を気にしなくていいから	65.3%
第2位	移動時間が減るから	54.2%
第3位	労働時間が短縮できるから	51.4%
	自由に使える時間が増えるから	

次に、テレワーク実施意向者（72名）に対し、その理由について調査。テレワークを実施したい理由のトップ3を見てみると、「通勤時間を気にしなくていいから」が最も多く、6割以上（65.3%）に。次いで、「移動時間が減るから（54.2%）」が第2位。「労働時間が短縮できるから（51.4%）」、「自由に使える時間が増えるから（51.4%）」という理由が揃って第3位となりました。

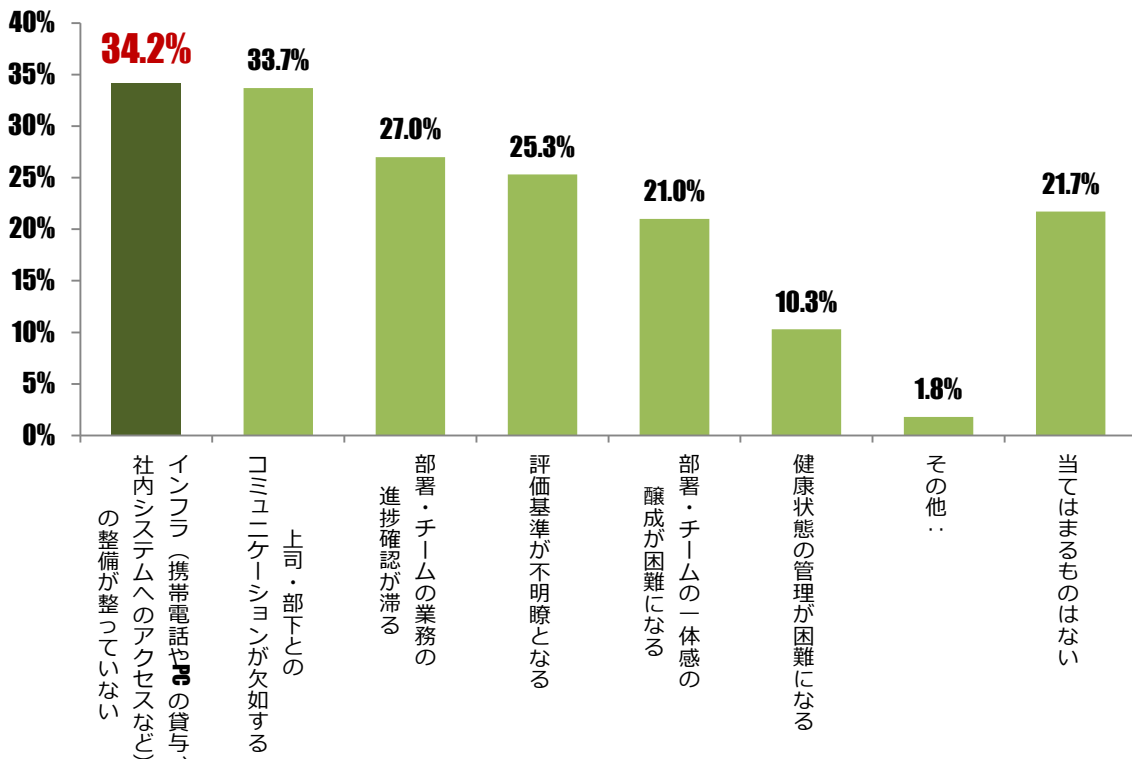
Q13.あなたのお勤め先で行われているテレワークに関する取り組みについて教えてください。

(MA/n=テレワーク実施意向者72名)



テレワーク実施意向者が勤務している企業において、テレワーク実施に向けた取り組みについて調査したところ、「一部の部署で実施されている」、「在宅勤務のみ実施が許可されている」が最も高い結果（12.5%）となりました。また、「当てはまるものはない」という回答が約6割（62.5%）となり、テレワーク実施に向けての取り組みについては、現時点では決して多くない状況であることが伺えます。

Q14. 次のうち、あなたがテレワーク実施に向けて課題だと感じているものを教えてください。
(MA/n=600)



最後に、一般ビジネスマン/テレワークビジネスマン/フリーランステレワーカー600名に対して、テレワーク実施に向けて課題だと感じていることについて調査。テレワーク実施に向けて課題だと感じていることは「インフラ（携帯電話やPCの貸与、社内システムへのアクセスなど）の整備が整っていない」が最も高い結果となり、約3人に1人（34.2%）が課題だと感じていることが判明しました。

【ご参考】“今いる場所がオフィスになる”安全なリモートアクセスを可能にするMAMサービス「moconavi」

レコモットが提供するMAMサービス「moconavi（モコナビ）」は、スマートデバイスから社内の様々なシステムへ安全にアクセスするためのテレワークプラットフォーム。

外出先でもオフィスにいるかのように快適に仕事を進められる高いセキュリティと操作性で、企業の柔軟な働き方をサポートします。いつも使うデバイスで、いつも使うサービスを、moconavi上のセキュアな環境で利用可能です。

moconaviを利用することで、今回の調査結果で得られた、テレワーク実施に向けて課題だと感じるもの第1位「インフラ（携帯電話やPCの貸与、社内システムへのアクセスなど）の整備が整っていない」を解消することが可能です。

公式HP：<https://moconavi.jp/>



【ご参考】レコモットについて

レコモットは「人を中心にワークスタイルを変革する」をコンセプトに、コミュニケーションサービス及びソフトウェアを提供するITベンダーです。クラウドコンピューティングと、その入り口となるスマートデバイスを活用した革新的サービスを世界に提供し、ダイナミック且つ多様性を求める社会の生産性向上に貢献します。



■ 企業概要

会社名：株式会社レコモット

所在地：〒102-0083 東京都千代田区麹町3-3-8 丸増麹町ビル8F

代表者：代表取締役CEO 東郷 剛

設立：2005年11月

コーポレートサイト：<https://recomot.co.jp/>

サービスサイト：<https://moconavi.jp>