



2020年5月29日

証券コード:3900

株式会社クラウドワークス

**集中するきっかけは「学校のチャイム音を鳴らす」「瞑想」「散歩で日光浴」
フリーランスの“テレワークハイパーフォーマー”が持つノウハウとは？
株式会社イトーキと共同調査「テレワークに関する実態調査」**

「アフターコロナ・ウィズコロナ」下の日本では、引き続き私たちの働き方に影響が及ぶことが想定されます。“コロナ禍”を契機にテレワークを始めた企業や働く人の中には、やりにくさや課題を感じている方も多いのではないのでしょうか。

労働市場のミスマッチを無くし、アップデートする事業を展開する株式会社クラウドワークス（本社：東京都渋谷区 代表取締役社長CEO：吉田 浩一郎、以下「当社」）と『明日の「働く」を、デザインする。』をミッションステートメントに掲げる株式会社イトーキ（本社：東京都中央区 社長：平井嘉朗、以下「イトーキ」）では、合計1,608名に対して「テレワークに関する実態調査（以下、「本調査」）」を実施し、“通勤のある企業勤務者（以下、「企業勤務者」）”と以前からテレワーク環境で働く“フリーランス”を比較しました。

その結果、テレワークの課題として多くの人が「身体の不調」「集中力の維持」「コミュニケーションが希薄」を感じており、そのうち企業勤務者においては特に「集中力」が大きな悩みであることがわかっています。同時に、フリーランスにはこれらの課題を解決するノウハウがあることも分かりました。それぞれに合った働きやすい環境・方法を見つけるための一例をご紹介します。

※プレスリリース掲載の情報を引用頂く際には『クラウドワークス/イトーキ「2020テレワークに関する実態調査」』と記載頂きますようお願い申し上げます。

【本調査のサマリ】

- テレワークだからパフォーマンスが下がる訳ではない
- テレワークのメリット・デメリット、「集中」への課題感が浮き彫りに。
- 在宅でのテレワーク環境 最初に整備すべきは通信環境
- 作業環境を工夫することによる効果 ～スタンディングワーク～
- テレワークでのパフォーマンス発揮度は10点満点中9.7点！“テレワークハイパーフォーマー”のノウハウとは？

【調査概要】

- (1) 企業勤務者への調査

調査対象：1,108名（20代～50代／全国各地に在住／男女）

集計方法：インターネット調査

調査期間：2020年4月21日（火）、22日（水）

（2）フリーランスへの調査

調査対象：500名（全国各地に在住）

集計方法：「クラウドワークス（<https://crowdworks.jp>）」での調査

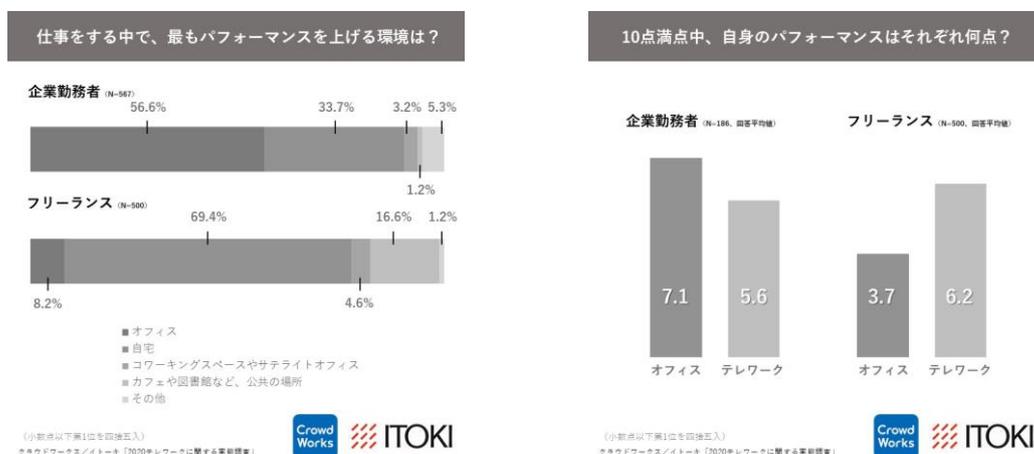
調査期間：2020年4月30日（木）

（3）調査分析

株式会社クラウドワークス／株式会社イトーキ

【調査結果】

■テレワークだからパフォーマンスが下がる訳ではない



今回の企業勤務者への調査では、約4割が勤務する企業にテレワーク制度が導入されていると回答。そこで、最もパフォーマンスを上げる場所について尋ねると、企業勤務者からは「勤務するオフィス（56.6%）」、フリーランスからは「自宅（69.4%）」と違いがあることが判明。さらに、テレワークとオフィスワークでの自身のパフォーマンス発揮度を比較すると、企業勤務者はオフィスワークの方が1.5点高く、フリーランスはテレワークの方が2.5点高い結果となりました。

このことから、テレワークによってパフォーマンスが下がるとは言えないことが分かりました。

■テレワークのメリット・デメリット、「集中」への課題感が浮き彫りに。



テレワークのメリットについて尋ねると、企業勤務者・フリーランス共に第1位は「通勤時間の減少」でした。なお、企業勤務者の第2位は「見た目を気にしないで良い」とあり、仕事へ向けた準備時間が削減されていることが分かります。

デメリットでは、フリーランスの方が「身体の不調」を挙げる割合が高く（+8.5%）、企業勤務者は「集中できない」「コミュニケーションが希薄」を挙げる率が10%以上高い結果になりました。

特に「集中できない」に関しては企業勤務者のテレワーク経験期間の長さや頻度によらず、回答が挙がっていることから、企業勤務者にはテレワークの経験に限らず「集中」できない人が約半数いることが分かります。

■在宅でのテレワーク環境 最初に整備すべきは通信環境

テレワークで使うもの、パフォーマンス向上させるもの
これから欲しいものは？

企業勤務者 (N=188、複数選択)	テレワークで 使うもの	テレワークで パフォーマンスを 向上させるもの	テレワークで これから 欲しいもの
第1位	通信環境 (47.9%)	通信環境 (24.2%)	PC関連機器 (19.4%)
第2位	共用テーブル (46.8%)	デスク (自身の仕事専用) (23.7%)	デスク (自身の仕事専用) (17.2%)
第3位	デスク (自身の仕事専用) (43.0%)	PC関連機器 (18.8%)	テレワーク 専用スペース (17.2%) ※同率2位
第4位	PC関連機器 (37.6%)	共用テーブル (17.2%)	通信環境 (14.9%)
第5位	紙・筆記用具 (28.0%)	音楽・香り (16.7%)	デスク・椅子の 利便性を上げるもの (12.4%)

(小数点以下第1位を四捨五入)
タカワワークス/イトキ「2020テレワークに関する実態調査」



テレワークで使うもの、パフォーマンス向上させるもの
これから欲しいものは？

フリーランス (N=500、複数選択)	テレワークで 使うもの	テレワークで パフォーマンスを 向上させるもの	テレワークで これから 欲しいもの
第1位	通信環境 (69.6%)	通信環境 (37.2%)	PC関連機器 (30.4%)
第2位	PC関連機器 (67.4%)	PC関連機器 (35.6%)	デスク (自身の仕事専用) (26.0%)
第3位	デスク (自身の仕事専用) (63.2%)	デスク (自身の仕事専用) (35.0%)	椅子 (自身の仕事専用) (23.6%)
第4位	椅子 (自身の仕事専用) (49.4%)	椅子 (自身の仕事専用) (26.8%)	テレワーク専用の スペース (21.2%)
第5位	紙・筆記用具 (46.8%)	音楽・香り (26.6%)	デスク・椅子の 利便性を上げるもの (15.2%)

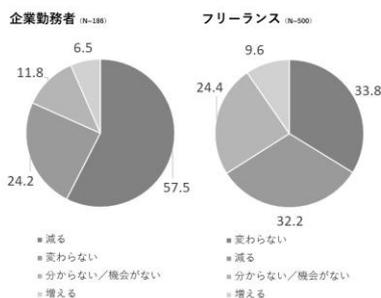
(小数点以下第1位を四捨五入)
タカワワークス/イトキ「2020テレワークに関する実態調査」



テレワークの中でも在宅勤務が増加している現在。今回、テレワークに使うもの・パフォーマンス向上させるもの・これから欲しいものについても尋ねたところ、2つの傾向が見られました。

1つめに、両者共に「通信環境（インターネット回線など）」については「使うもの」「パフォーマンス向上させるもの」で第1位と、重要性を認識していることが分かりました。一方フリーランスの特徴として「PC関連機器（モニターやプリンターなど）」が、より上位にランクインする傾向が見られます。このことから、フリーランスは通信環境やPC周辺機器を整備することで、集中力の維持およびコミュニケーションやチームでの成果に対し最大化を図ろうとしていることが考えられます。

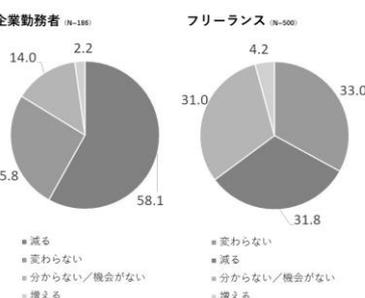
対面と比較した時の、オンラインでの業務会話量は？



(小数点以下第1位を四捨五入)
タカワワークス/イトキ「2020テレワークに関する実態調査」



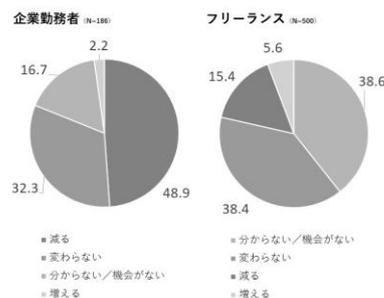
対面と比較した時の、
オンラインでのチームコミットメント度は？



(小数点以下第1位を四捨五入)
タカワワークス/イトキ「2020テレワークに関する実態調査」



対面と比較した時の、
オンラインでのチームの仕事のアウトプットは？



(小数点以下第1位を四捨五入)
タカワワークス/イトキ「2020テレワークに関する実態調査」



なお、コミュニケーションに関連して「業務上の会話量」や「チームへのコミットメント・アウトプット」についても尋ねています。企業勤務者からは一貫して「減る（業務上の会話：57.5%/チームへのコミットメント：58.1%/アウトプット：48.9%）」と回答する一方、フリーランスは「変わらない（業務上の会話：33.8%/チームへのコミットメント：33.0%/アウトプット：38.4%）」と答える声が最多の結果となりました。企業勤務者のテレワークでは、コミュニケーションで感じているデメリットがチームの仕事の成果にも負の影響を与えていることが分かります。

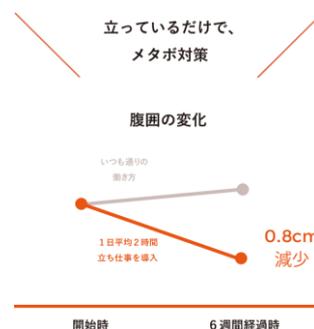
2つめとして、両者共に「仕事専用のデスク」を重要視する意見が多く挙がっています。また、フリーランスの意見では「仕事専用の椅子」が使うもの・パフォーマンス向上させるもので第4位、これから欲しいもので第3位にランクイン。このことから、両者ともにパフォーマンス向上・身体の不調改善のために、より仕事しやすく集中しやすい姿勢を求めていることが伺えます。

■作業環境を工夫することによる効果 ～スタンディングワーク～

心身の不調や集中力の維持等の課題は、ちょっとした環境の工夫によって改善することができると、イトーキの研究などで分かっています。例えば、作業をずっと椅子に座って行っていると、集中力が低下し運動不足にも繋がります。イトーキで社員32名を対象に行った実験では、オフィスで一日平均2時間（分散実施も許容）のスタンディングワークを意識的に取り入れた場合、普段どおりの働いた期間と比較して、6週間で腹囲が約1cm減少しました。在宅環境においても、作業机の上に台を置いたり、立位用の作業机を導入することによって、姿勢を切り替えられる環境を用意することは非常に有効であると考えられます。



「作業姿勢の違い」



「スタンディングワークに関する実験結果」

■テレワークでのパフォーマンス発揮度は10点満点中9.7点！“テレワークハイパーフォーマー”のノウハウとは？

今回のフリーランスへの調査の中でもテレワークでのパフォーマンス発揮度が「9,10」と回答した“テレワークハイパーフォーマー”に限ってみると、下記の特徴が見られることが分かっています。

【数値】

- ・テレワークでのパフォーマンス発揮度は10点満点中9.7点
- ・テレワークで「利便性を感じる」のは75.0%

【実際にパフォーマンスが上がったノウハウ】

- ・集中力の維持に対する解決策①：集中の糸が断線しない作業環境を整える、例えば「ネット環境はWifiではなく、なるべく有線を使う。」「音声入力を利用する」
- ・集中力の維持に対する解決策②：集中の糸が断線しない“切り替え時間”を作る、例えば「瞑想」「休憩時間に日光を浴びながら散歩」
- ・集中力の維持に対する解決策③：「仕事を始める前の切り替えを意識的に行う」、例えば「必ずPC用メガネをかけてから仕事を始める」「仕事や休憩の前後に学校のチャイムのような音を鳴らす」
- ・身体の不調に対する解決策①：「予め決めた時間で休憩を入れる」、特に「休憩時間には運動やストレッチ、家事など仕事から離れ、身体を動かす」
- ・身体の不調に対する解決策②：「仕事環境に運動を取り入れる」、例えば「ノートPCを置ける台の付いたエアロバイクを漕ぎながら仕事をする」「スタンディングデスク等を用意する」
- ・コミュニケーションの問題①：（個人でできる解決策）「認識違いを無くするための密なコミュニケーション」「会話の前に自身で要点をまとめ、少ない会話で伝える工夫」
- ・コミュニケーションの問題②：（会議などでできる解決策）「予め会議進行役など役割分担を決める」「予めアジェンダを共有する」「対面よりも、より話すタイミングに気をつける」「聞くことに専念するとき・話す時のスイッチの切り替えを意識する」

※参考／「対面と比較した、テレワークでの雑談量」「対面と比較した、テレワークの利便性」

【調査を踏まえた今後について】

今回の調査から、テレワークの経験を積みばパフォーマンスが上がる訳ではなく、それぞれに合った働きやすい環境・方法を見つけ、実践する必要性に改めて着目しました。また、コミュニケーションに関してはインフラの重要性が明らかになりました。

当社およびイトーキでは、これらの結果を基に「テレワーク未経験者をはじめ全ての働く人が、テレワークハイパフォーマーの行動や習慣、環境を自分に合った形へ整えることにより、テレワークハイパフォーマーに近づく」ことを仮説とし、実証実験による検証を行う予定です。これにより、急速に必要とされている「テレワークによる生産性向上」に対し、貢献していきます。

※プレスリリース掲載の情報を引用頂く際には『クラウドワークス/イトーキ「2020テレワークに関する実態調査」』と記載頂きますようお願い申し上げます。

■株式会社イトーキについて

株式会社イトーキは、1890年の創業以来、ミッションステートメントに『明日の「働く」を、デザインする。』を掲げ、オフィス家具、物流機器、ICT・映像音響機器、建材内装設備、ホーム家具など幅広いラインアップでさまざまな「空間」「環境」「場」づくりをサポートしています。

2018年10月には、イトーキ自らの「働く」を変革し、新たな価値を創造するため、新本社オフィス「ITOKI TOKYO XORK」を開設。「自由」と「自律」の両立をキーワードに、働く社員の自己裁量を最大化し、一人ひとりが自らの働き方を自律的にデザインする新しい働き方に挑戦しています。

会社名：株式会社イトーキ (<https://www.itoki.jp/>)

代表者：代表取締役社長 平井 嘉朗

所在地：東京都中央区日本橋2-5-1 日本橋高島屋三井ビルディング

設立：1950年4月20日（創業：1890年12月1日）

事業：オフィス関連事業（民間企業・官公庁などを中心としたオフィス空間づくり）

設備機器関連事業（工場・物流センター、美術館・博物館、主要交通機関、研究所などの専門施設づくり）

その他事業（個人向け在宅ワーク製品の製造・販売他）

資本金：5,294百万円

■株式会社クラウドワークスについて

クラウドワークスは「“働く”を通して人々に笑顔を」をミッション、「働き方革命～世界で最もたくさんの人に報酬を届ける会社になる」をビジョンとし、日本最大のクラウドソーシング「クラウドワークス」をはじめとした人材ミスマッチを解消し、労働市場をアップデートする事業を展開しています。2020年3月末時点で、当社提供サービスのユーザーは369万人、クライアント数は60万社に達し、内閣府・経産省・外務省など政府12府省を筆頭に、80以上の自治体、行政関連団体にも利用されています。2014年に東証マザーズ上場（証券コード3900）、2015年には経済産業省 第1回「日本ベンチャー大賞」ワークスタイル革新賞および、グッドデザイン・未来づくりデザイン賞を受賞。

会社名：株式会社クラウドワークス

代表者：代表取締役社長CEO 吉田 浩一郎

所在地：東京都渋谷区恵比寿4-20-3 恵比寿ガーデンプレイスタワー6階

設立：2011年11月11日

事業：インターネットサービスの運営

日本最大のクラウドソーシング「クラウドワークス」 <https://crowdworks.jp>

ハイスキルなフリーランスに自由な働き方を。「クラウドテック」 <https://crowdtech.jp/about>

優秀なアシスタントがバックオフィス業務を在宅でサポート「ビズアシスタントオンライン」 <https://bizasst.co.jp/service/>

Webクリエイター向け 週3日の仕事スタイル「3スタ」 <https://sanprostyle.com/about/>

副業・兼業のハイクラスマッチングサービス「クラウドリンクス」 <https://crowdlinks.jp/>

資本金：26億8,721万円※2019年9月末現在

URL：<https://crowdworks.co.jp/>

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社クラウドワークス コーポレートブランド戦略部 広報グループ

E-mail：pr@crowdworks.co.jp
