

テレワークで地方創生

(ワーケーションから始める生き方改革に向けて)

一般社団法人日本テレワーク協会 事務局長 村田 瑞枝



1 テレワークとは

日本テレワーク協会では「テレワークとは、情報通信技術（ICT）を活用した、場所と時間にとらわれない柔軟な働き方」と定義しています。新型コロナウイルス感染症対策で人との接触が制限されたことで、急遽テレワークをする形になり、テレワークとは在宅勤務であると思われることがありますが、それに限りません。図1の通り、働く場所によって、自宅で行う在宅勤務、新幹線や飛行機の中・移動の合間に喫茶店などで行うモバイルワーク、サテライトオフィスやコワーキングスペースで行うサテライトワークの3種類に分けられます。また、就業形態によって雇用型と自営型に分けられるため、全部で6種類あります。また、昨今新たにワーケーションという働き方が出てきました。ワーケーションは世界中で使われている言葉で、workとvacationを組み合わせた用語です。日本テレワーク協会では、vacationのみでなく collaboration や communication、education、innovation など様々な可能性のある働き方と定義しています。「リゾートテレワーク」、「地域型テレワーク」、「地方創生テレワーク」、帰省の場合は「ふるさとテレワーク」など、色々な名称が

【図1】働き方改革の切り札、テレワーク



使われていますが、特に厳密な使い分けがあるというより、より広い意味で場所や時間に捉われないテレワークと考えてください。

2 テレワークのメリット

テレワークは、本来、就業者に対し、多様で柔軟な働き方をもたらし、通勤時間の削減のみでなく、様々な意味でライフ・ワーク・バランスの向上に資するものです。これが実現することによって企業や組織の生産性が向上し、コスト削減やBCP（事業継続計画）対策への効果が出てきます。さらに、これらが実現できることで労働力人口が確保され、結果として環境負荷の低減や地域の活性化に繋がっていきます。図2の通り、テレワークは、就業者、企業（組織）、社会の3者がメリットを享受できるものです。それには、最初にまず働く一人一人の幸せな働き方が実現できることが前提となります。就業者ファーストであることを忘れないようにしましょう。

【図2】テレワークのメリット



3 地方で行うテレワーク

さて、それでは従来の居住地で行うテレワークと地方で行うテレワークは何が違うのでしょうか。パソコンとwifi、携帯電話があれば仕事はできますの

で、作業環境の違いはありません。勤務時間も変わりませんし、責任も負荷も全く同じです。一方、仕事にとりかかるまでの時間の過ごし方、仕事が終わってからの過ごし方は、都心での勤務とは全く異なります。徳島県神山町でワーケーションをした際には、朝食前に1時間ほど散歩をしていました。宮崎県高千穂町では、6時半から業務を開始し15時半に業務を終了、大自然の山の中をランニングできました。「仕事を早く済ませて明るいうちにしっかり走りたい」という思いから、自然と仕事のスピードがあがり効率重視で進められます（写真1）。鹿児島の実家と二拠点居住をしている管理職の方は、実家だとスーパーが19時に閉まるので、遅くまで仕事をしない前提になっているといいます。東京での在宅勤務だと、何時でも買い物に行けますし、食事にありつけない事態にはなりません。鹿児島での生活は、不便を楽しむと共に、旧知の友人と昔ながらの人間らしい生き方ができるようです。

地方に移住された方のお話も伺っています。松坂智美さんは、旦那さんと3歳と5歳のお子さんと共に2021年10月に徳島県神山町に移住しました（写



写真1

真2)。それまでは、東京都目黒区に住んでいたのですが、子どもとの時間を優先するために13年勤めていた会社を退職しました。そして完全オンラインで自分史・家族史ウェブサイトを制作する“AYAクリエイティブ”¹を起業。東京、神奈川、香川、徳島、福岡など全国に点在したママ達が、空き時間に在宅ワーク（業務委託）で業務を遂行しているそうです。東京に居たときは「一人の会社員」だったが、神山町ではどこに行っても「松坂さん」であり「松坂さんの奥様」であり「松坂さんのお母さん」で居られるといいます。東京の自宅を賃貸で貸して、神山町では一軒家を借り一部改築して住んでいます。家賃相場の違いで生活にゆとりができ、休みの日でも子供が地域ぐるみのイベントに参加できる事は何事にも変えがたいそうです。

会社員のAさんは、コロナ禍を機に横浜市から三島市に移住しました。毎日出勤前提の通勤手当が、出社する際の実費支給に変わり、在宅をした場合にはリモートワーク手当が支給されるようになった事がきっかけです。出勤する際は新幹線で1時間余り、横浜市からの通勤と負荷は変わりません。三島市の自然と安く新鮮で美味しい食事を得ることができました。

富良野市でワーケーションをした際に、斜め前の席に座って仕事をしていた春日（はるひ）さん、帰り際に名刺交換をしたら、港区の会社にお勤めでし



写真2

た。WEBデザイナーなので、仕事は東京に居たときと何ら変わらず、来年産まれるお子さんを富良野で育てる準備を進めています。

こういった、「情報通信技術（ICT）を活用した、場所と時間にとらわれない柔軟な働き方」は、既に珍しい話ではなくなっています。企業の方からは、床面積を半分にした、フリーアドレスなので全員が一度に出社したら立って仕事をすることに・・・、といったお話も伺います。かつての勤務場所は倉庫と化している、出勤しても誰とも会わない、というのも稀ではなく、職場からWEB会議に参加されている席の後ろには全く人影が無いのも当たり前になっています。

4 個人が選ぶワーケーション

地元に戻るといえるのはさておき、それ以外のワーケーション先、関係人口となる場所はどのように決められるのでしょうか？先述の松坂さんは、きっかけは旦那さんの仕事の関係だったようですが、決め手は子育て環境でした。Aさんは、会社まで2時間以内という条件と気候や環境、物価や家賃などの住みやすさで選んだそうです。春日さんに至っては、友達の紹介で住居の写真を見て、実物を見ることなく住むことを決めたとのこと。写真だけで決めることに躊躇しなかったのか確認しましたが、信頼できる友人だったので大丈夫だろうとの判断だったそうです。このほか、趣味のゴルフを満喫するためにプレイフィアの安い徳島県に移り住んだという話や、山登り好きが高じて長野県に移住したという話は、珍しくなくなっています。

徳島県東部の中山間地域に位置しながら、転入者数が転出者数を上回る神山町の成功事例を紐解いてみました。滞在するための快適な空間、そこそこの値段のとても美味しい食事、ゆっくりできる温泉、美しい景観があることは魅力的ですが、それだけではありません。“神山町の人々の良さは「健やかさ」であり、それは移住者を受け入れる懐の広さ

や明るさにも起因しているのかもしれない”という意見があるようです。確かに、神山町の朝食前の散歩の際に、2階で洗濯物を干しているご夫婦から声をかけられました。橋の上から川の中の魚を見ていたら通りすがりの男性が自転車を停めて「何かいるの？」と聞かれたこともありました。バス停で待っていたら、アート作品を見ていかないと誘われ案内もしていただきました。転入者が増える理由の一つが“人”である事は間違いのないといえます。そして、それは簡単に醸成することが難しいことでもあります。諦めるのではなく、地域おこし協力隊などを活用するなど、できることから取り組むことが必要です。

5 企業が進めるワーケーション

企業が進めるワーケーションについては、まだまだ発展途上、という印象は否めませんが、日ごろのコミュニケーションをワーケーション合宿で補ったり、「オフィスに来る理由」を作るためにオフィスをレイアウト変更した例もあります。

kintoneサービス開発を行っている、株式会社ジョイゾー²では、アルバイトを含む全従業員の全ての業務においてテレワークが前提となっています。オフィスに出社せずとも全ての業務が遂行できる環境を整える一方で、地方在住のエンジニアに縁がある釧路市と長岡市の2箇所に、サテライトオフィスを設置。また、この10月には本社オフィスを移転し、広くなったオフィスにコミュニケーションスペースが設けられました。写真3は社内ワークショップの様子。出社の機会は少ないですが、こういった場所でコミュニケーションができることで、モチベーションのアップが図られ、業績にも繋がっているように見えます。また、同社ではワーケーション手当を支給しています。支給の条件は自社の顧客に関わる何かを探して経験、体験すること、これも驚きです。このような性善説に基づく制度は経営者の判断によるものですが、入社したくなる、頑張って働き



写真3

たくなる会社に違いないと思います。

金沢市にある株式会社北陸人材ネット³は、テレワークを始めたら働き方改革が進んでメンバー全員のWell-Beingが高まったという小さな会社です。リテンション対策で初めてテレワークを導入。その後、社員が家族の都合でマレーシアに移住、コロナ禍で全員原則出社不要にするなどの変遷をへて、現在はフルフレックス・フルリモート（原則出社不要）、通勤手当廃止、リモート手当、ワーケーション手当を導入、副業OKという働き方改革で語られている諸制度を全部導入した会社になったところです。「最高の会社は社員が好きなように自分らしく人生を送ることができるプラットフォーム」という理念のもとに私生活と仕事の統合により、主体性を持った働き方の創造と事業の継続の両立を目指しています。この会社の従業員のお話を伺うと、「社長が仕事よりも遊び優先なので、自分もそうしている」とのこと。仕事よりも遊び優先というのは、仕事が疎かになるのではなく、むしろ仕事に真剣に取り組むようになっていくということが解ります。

6 生き方改革のススメ

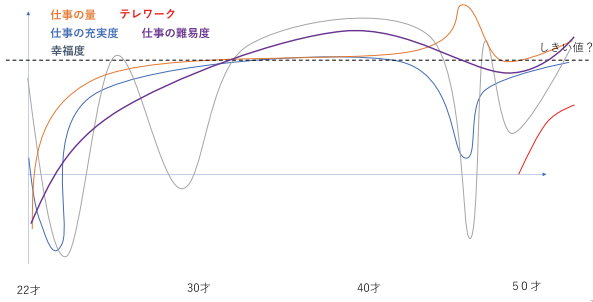
テレワークは「働き方改革」の一つの手段ですが、2020年から「働きがい改革」という言葉が使われるようになり、2021年からは「生き方改革」が多用されるようになりました。日本テレワーク協会で

は、一人一人が自分に合った働き方をする事で、幸せな生き方に繋げる事を目指し、生き方改革を推進しています。

ファイナンシャルプランニングの観点からお話すると、生きていく上でのリスクは、「生きるリスク」と「死ぬリスク」の2種類しかありません。人によってそれぞれですが、お子さんが小さいなど扶養している方が居る場合は、死亡保険などを活用して「死ぬリスク」に備える必要があります（学資保険などでも備えられるものがありますので、詳細は検索してみてください）。また、長生き家系の場合は「生きるリスク」にも備えておかなければ、85歳を超えたら、食べるだけで精一杯になった、というのでは健康寿命を全うできません。仕事をするのはお金を稼ぐためです。いったいいくらあればいつまでのような生活ができるのか、家計のキャッシュフロー表⁴という計算表を作成すると、何歳まで生きるとしたら何歳でリタイアできるかを確認できますのでお勧めです。大きく支出に影響を及ぼす生活費について、地方に居住する場合と都心で過ごす場合の差が大きいことも実感できると思います。筆者は、宮崎県出身で現在東京都中央区のマンション住まいですが、宮崎で住んでいた住宅の家賃よりもマンションの駐車場代の方が高額なのを知り、愕然としました。前述の松坂智美さんが神山町の生活にゆとりができたというのも容易に理解できます。

幸せな働き方を見つけましょうというお話をさせていただくと、中には自分にとってどうやって働くことが幸せなのか解らない、というご意見をいただく事もあります。そんな時は、図3を参考にこれまでの仕事について振り返ってみてください。縦軸は業務量や充実感、仕事の難易度、テレワークをどの程度行っているか、それに幸福度を重ね合わせると、どのような環境下がもっとも幸福度を感じられるのか解りやすくなります。筆者の場合は、業務量はやや多くても問題ないが一定の閾値を超えると一気に幸福度が下がる、難易度の高い仕事でも問題ない、

【図3】振り返ってみよう！（生き方改革の第一歩）



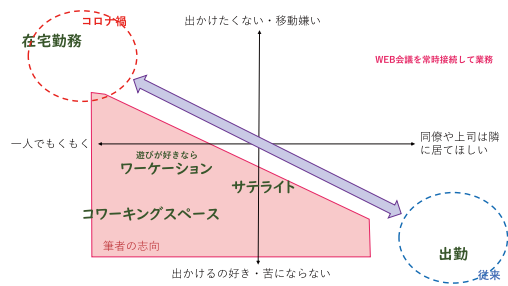
テレワークは適度に行いたいということが解ります。若い方でしたら横軸を3か月単位で書いてみるようにして下さい。

図4は、どこでどうやって仕事がしたいのかを考えるためのマップです。縦軸は外出に関する指標でインドア派が上になっています。横軸は仕事のやり方としてチームで行うことが好きな場合は右、一人でもくもくとやりたいという方は左寄りになります。図4の右下の通り、従来は、全員出勤して同じ場所で仕事をするのが当たり前でした。テレワークをする場合は事前申請が必要だった頃から2年も経っていません。そして、新型コロナウイルス感染症対策としての在宅勤務の際は、個人の嗜好に関わらず一人でもくもくと自宅で仕事することを余儀なくされ、仕事以外の外出も極力避けるようになっていました。

さて、これから、自分の幸せな働き方を実現するには、みなさんはどのような働き方を選びますか？図4左下の色付けした枠は、筆者の意向です。出かけることが好きというよりじっとしてられないタイプで、本当は一人でもくもくと仕事がしたいのです。右に伸びているのは、マネジメント的な業務に携わっているためです。何名かの方に、自分はどのタイプなのか書いてもらいましたが、当然ながらマネージャーは、右よりか若しくは左右に長くなります。

先述した株式会社北陸人材ネットの山本均社長は、これからの時代は「ねばねば」でなく「わくわく」でライフキャリアを考えることが重要だといいます。

【図4】あなたは、どこでどうやって仕事をしたい？



安定した会社に就職せねば、転職せねば、という「ねばねば」でなく、自分の好きなように生きる、やりたい仕事に就くという「わくわく」で生きる、働くことがこれからの時代では重要だと明言しています。「わくわく」する働き方を見つけることから始めてみましょう。

7 テレワークで地方創生

宮崎県で育った筆者にとって、今ほど物流が発達していなかった子供のころに食べた鮭は塩辛いものでしかありませんでした。現在は冷凍・冷蔵技術とスムーズな運搬により、どこに居ても美味しい鮭をいただくことができます。同様に、紙で情報を伝えていた20代のころ、上司にコピーを頼まれると、これ幸いと自分の分のコピーをとってこっそり読んでいました。現在はインターネットの普及により、ネットワークにつながりさえすれば、世界の裏側の様子も見てとれます。

選択肢が広がった2022年だからこそ、一人一人が自分の幸せな働き方に興味をもち、考え、実践していくことで、活力とゆとりがもたらされ、結果として企業・地域の活性化による調和のとれた日本社会の持続的な発展に繋げることができます。地方創生テレワークはその一つの有効な手段です。答えは一度では見つからないかもしれませんが、色々なところでワークेशनを体験していただくことから始めてみてはいかがでしょうか。きっと自分なりの幸せな働き方、幸せな生き方に繋がる場所が見つかると思います。

脚注

- 1 AYA クリエイティブ <https://ayacreative.jimdofree.com/>
- 2 株式会社ジョイゾー <https://www.joyzo.co.jp/>
- 3 株式会社北陸人材ネット <https://www.hokurikujinzainet.com/>
- 4 家計のキャッシュフロー表 日本FP協会 <http://www.jafp.or.jp/know/fp/sheet/>

寄稿者 PROFILE

村田 瑞枝（むらた みずえ）

一般社団法人日本テレワーク協会 事務局長

経歴：1991年日本電信電話株式会社入社。人事部人材開発室を経て、マルチメディアビジネス開発部に所属。以降、25年間WEB戦略策定及び実施サポート、システム構築、デジタルマーケティングなどインターネット関連業務に携わる。中小企業診断士。1級ファイナンシャルプランニング技能士。ファイナンシャルプランナー（CFP）、WEB解析士、ロングステイアドバイザー。2020年4月より現職。