

—私流テレワークはコレ！

自分のリズムで時間を有効活用できるテレワークで
子育ても仕事も順調です！



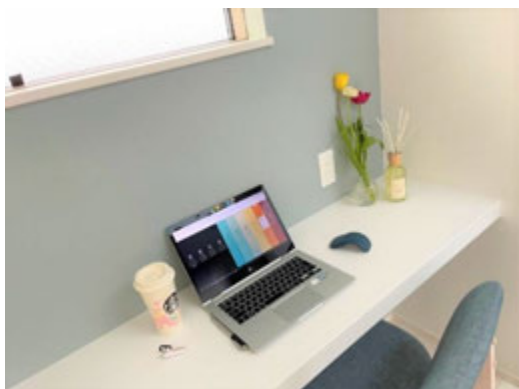
人事・総務本部 人事部
江口 茉里（33）

■1日のスケジュールはどう変わりましたか？

私は人事部の中でもグローバルチームに所属しています。HP 全体で使う採用チャネルの選定やエージェントとの契約、エンプロイヤーブランドの推進など、グローバル採用プログラムのマネジメントを担当しています。

HP では3年ほど前から週4日のテレワークが可能でしたので、人事部のチームミーティングがある日は出勤して、それ以外はテレワークを取り入れていました。ですから、コロナ禍以前と現在とではあまりワークスタイルに変化が無いというのが実感です。

プライベートでは、主人と子供との3人暮らしです。コロナ禍になってから夫もテレワークになったので書斎を奪われました(笑)。私はリビングやカウンター、食卓など、その日の気分で仕事場を移動しています。



そんな私の日常ですが、朝 7 時過ぎに起床し、子供の身支度を整えて 8 時には子供を送り出します。US のメンバーと会議があるときは 8 時台から、なければ 9 時台に業務を開始。グローバルチームとの仕事は時差の関係で夜中の会議が多いので、夜中の会議がある日は休息を含めて長めの昼食をとります。アジアチームとの打ち合わせがあるときはこちらの正午に打ち合わせが入ることも多いのでお昼休みの時間は固定せず、フレキシブルにとるようにしています。

午後から業務を再開し、夕方には一旦子供を迎えにいきます。帰宅後はしばらく子供と遊んだり、食事の用意をするなど家族のために時間を使います。グローバルチームの会議は 22 時以降に始まることが多く、夫が子供のお風呂と寝かしつけを担当してくれるのでとても助かっています。会議は深夜 2 時頃までかかることもあるので、そのまま休みをとって次の日を迎えます。

■会社の仲間や上司とのコミュニケーションは？

海外のチームと同じく、日本のチームとは Web 会議でコミュニケーションを取っています。人事部でも業務上出社が必要な部門に関しては出社日がありますが、基本的に全員がフル在宅です。オンラインコミュニケーションに関しては、私はもともと在宅に慣れていたので、特に不足は感じませんが、対面でのコミュニケーションに慣れている方は苦戦しているかもしれませんね。

唯一オンラインコミュニケーションをとる上で未だに戸惑っていることは、会議中のビデオ（カメラ）をオンにすることです。在宅勤務中はお化粧をしていない日も多いので、ビデオ・オンにしなくてはならない会議は未だに抵抗があります（笑）。私個人は可能な限りビデオ・オフで会議に参加していますが、私が普段からやり取りをしている日本を含めたアジアやヨーロッパのチームはビデオ・オンにする人が多く、逆に US メンバーはほとんどがオフです。特に US では早朝 5 ~ 6 時から始まるミーティングが多いので、「寝起きの顔を見られたくない」と以前、同僚が話していました（笑）。この辺は文化的な背景やそれぞれが置かれた環境もあるので一概にビデオのオン・オフどちらが正解とはいえませんが、基本的に私の所属しているグローバルチームはビデオ・オフでやってくれるので有難いです。

■テレワークでの健康管理は？

実は昨年最初の緊急事態宣言時と比較すると 12kg 程痩せました。産後で体重が増加したまま放置をしていたこともありますが、ステイホーム中にこれ以上体重が増加したらまずい

と思い、糖質制限ダイエットを始めました。それも特別なことはせず、ごはんや麺類を減らすだけなので、日常生活への負担もほとんどありません。この他にもウォーキングとジョギングも最近始めて、食事制限と有酸素運動を組み合わせた健康管理をしています。緩めのダイエットですが、続けていると結果が出ますし、体が軽く、快適なので楽しく続けています。

【テレワークで買ってよかった逸品紹介】



買ってよかったのは椅子と大きいビーズソファですね。普通の椅子ですが、幅が広く、座り心地がよくて腰も痛くなりません。ビーズソファは休憩を取りたいときに最適です。部屋の家具とも調和がとれているのでお気に入りです。

■テレワークを続けてよかったこと、困ったこと

子育てをしていると一日の始まりと終わりの時間がある程度決まってきます。残業が出来ないため、オフィス出社時は通勤時間が勿体ないと感じる事も多くありましたが、テレワークになってからは通勤時間を気にせず、自分のリズムで仕事が進められるのがとてもうれしいです。

その反面、困ったというほどではないですが、雑談がなくなったのはやはり寂しいですね。オフィスにいると何か新しいことやクリエイティブな仕事をしようとしたときに「これってどう思います？」といった感じに雑談ベースで同僚と話ができていました。コーヒーを飲みながら、ランチをしながら、意見交換や軽い話題で情報交換できたのですが、今はわざわざチャットして「今お時間よろしいでしょうか？」と、ワンステップ挟んだり、わざわざ会議を設定しなくてはならなくなったのは億劫になりました。業務には直接支障がない部分ではありますが、自分から積極的に情報を取りにいかねばならない部分は多くなった

と感じますね。

■ アフターコロナへ向けて。会社への要望

これは HP に限らず、日本全体への要望だと思いますが、テレワークに関してもっとフレキシブルに考えられるようになるといいなと思っています。先ほど触れた雑談もやはり欲しいですし、かといって業務へ支障をきたすことがなければ、出社を強制する必要もないと思います。業務状況に応じて自分のさじ加減で出社するかしないかを決められると、いまよりもっと働きやすい環境が作れるのだと思います。

その点、HP は先進的で、以前から「週 4 日もテレワークしてるの？」と友人から驚かれることも多かったですし、コロナ禍になってからも「テレワークの導入がうまくいなくて大変、どうやっているの？」と聞かれたこともあります。柔軟な働き方ができればそれだけ生産性も上がると思うので、すべての会社が上手にテレワークを採用できるようになると、日本全体によいサイクルが生まれると思います。