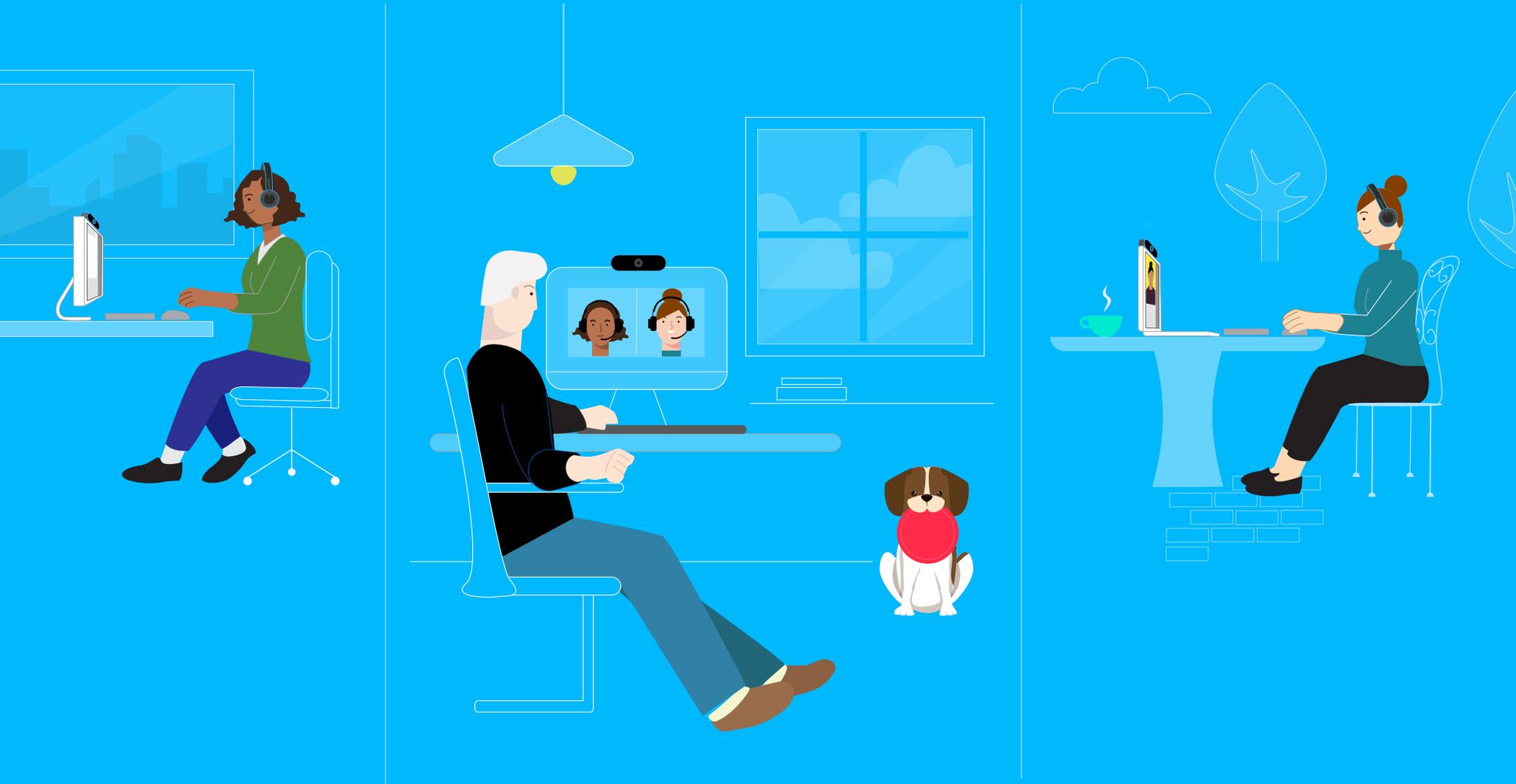


リモートワークへの移行に関する7つのベストプラクティス



移行時間のスケジュールを立てる	1
作業エリアの指定	2
ズボンは任意です	3
未知のものを受け入れる	4
休憩の通知設定	5
模範となって示す	6
私たちは共に同じ状況にいることを忘れないでください	7

リモートワークへの移行に関する7つのベストプラクティス

今日、私たちの多くは予測不可能な時代に生きています。組織は在宅勤務の方針を採用していますが、これはほとんどの従業員にとってはまったく新しい体験です。これらの従業員は、職場での生産性を自宅どのように維持できるだろうかと戸惑っています。

ロジクールは、そう思っているのはあなただけではないことを保証します。私たちは共に、このオフィスワークからリモートワークへの移行を乗り越えることができます。最終的には、リモートワーカーが普段の仕事の中で達成できるメリットを実感できるかもしれません。

ロジクール ビデオ コラボレーション チームは、移行をできるだけスムーズにするための上位7つのヒントをまとめました。結果:「リモートワークへの移行に関する7つのベストプラクティス。」

1 移行時間のスケジュールを立てる

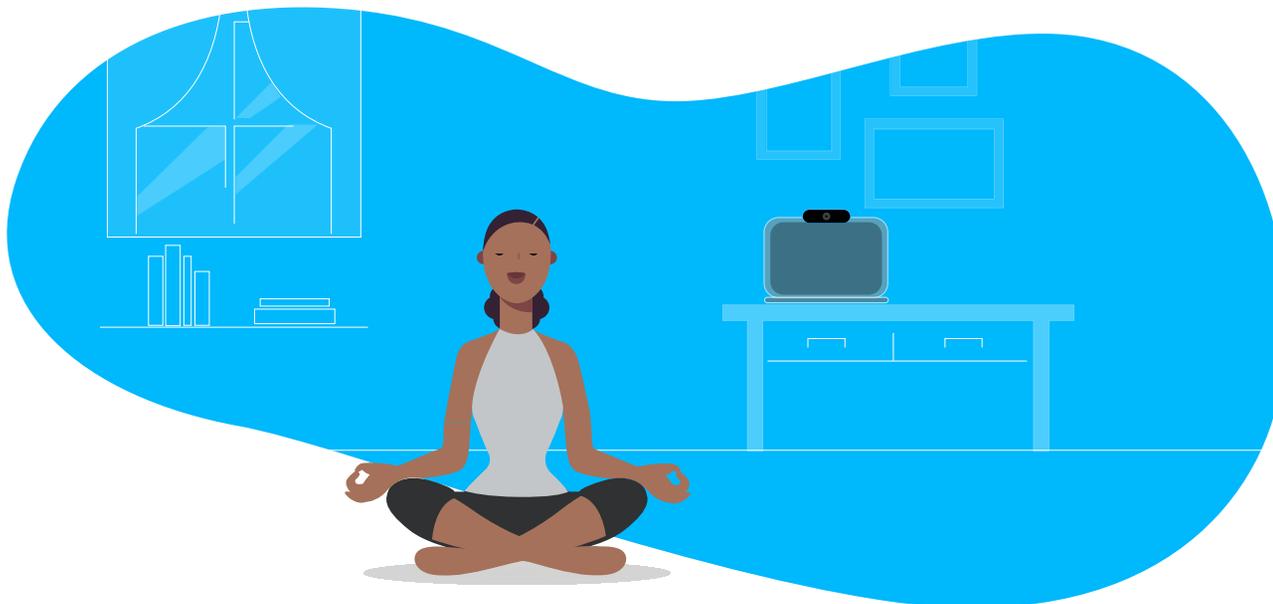
多くの労働者にとってオフィスへの通勤時間は、私たちにとって気持ちを切り替えるための時間です。自宅に閉じこもっていると、この小さいタスクは重要にならなくなるか、または有難いものにさえなるかもしれません(交通渋滞がなくなる!)。しかし、ハードな1日の仕事の後にリラックスするための時間を失うことで、精神面で悪影響を及ぼす可能性があります。

ソリューション:実験 - 1日を開始する時と終了する時に、様々なアクティビティを試しましょう。深呼吸、考える時間、散歩、運動、瞑想、読書または仮眠など。新しい在宅勤務のルーティンに効果があるものを見つけてください。

従業員からのヒント

ロジクールグローバルアライアンスマネージャーのBob Kneppは、オフィスへの通勤に費やしていた時間を使って、ランニングマシンで歩き、1日の歩数を計測しています。

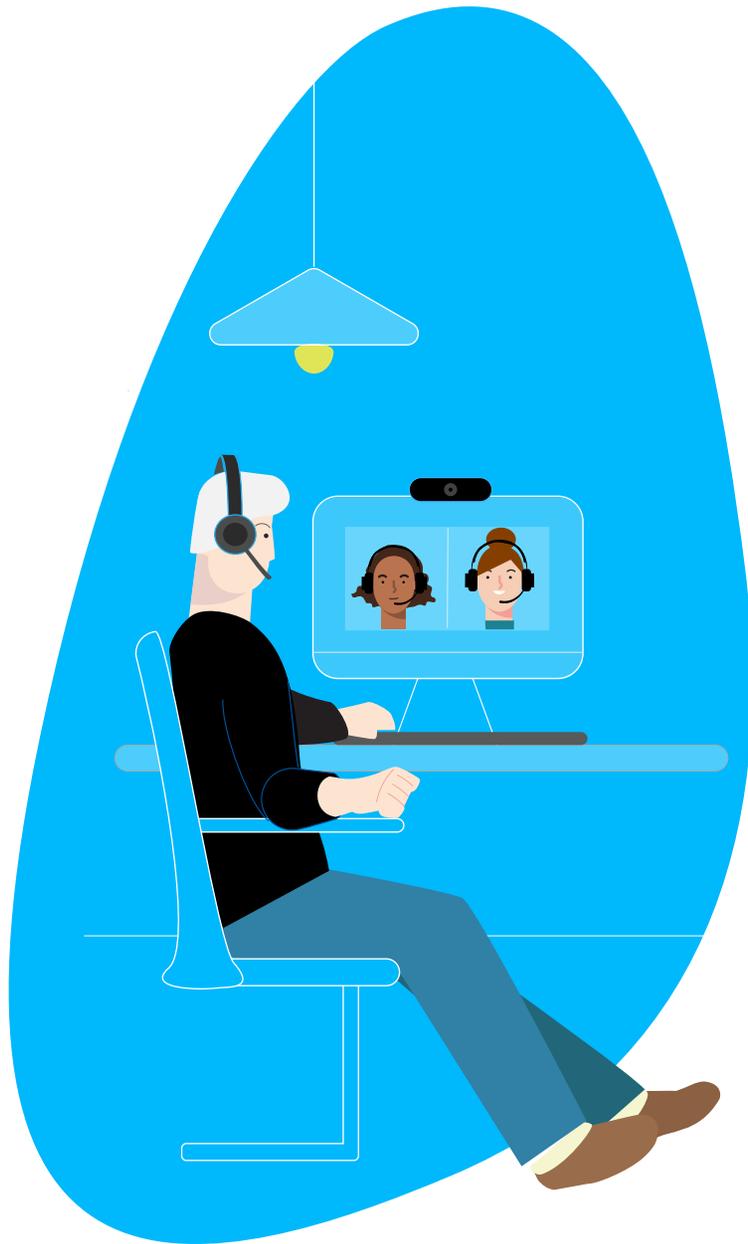
仕事の後は、リラックスするための時間の一部として、Bobは料理を楽しみ、新しいレシピを試しています。



2 作業エリアの指定

どこで働くかは重要です。見応えのある番組を観たいという誘惑に駆られてTVの前の居心地の良いソファに寝転がっているのも、リラックスしたい、眠りたいという衝動に駆られてベッドに横たわっているのも理想的ではありません。指定された作業空間が必要です。

ソリューション:あなたの家の中に、オフィスを確立できるエリアを見つけることが重要です。それは部屋全体である必要はありません。業務時間中に仕事に力を注いだし、集中することができるような雰囲気を作り出す、指定されたエリアである必要があります。



従業員からのヒント

リージョナルVCマーケティング担当のAspen Mouldenと、彼女の夫は共に在宅勤務です。同じオフィス空間を共有している彼らは、良い姿勢を保ち、負荷を減らし、手をサポートする[縦型マウス](#)とエルゴノミックキーボードを使っています。気を散らすことを抑えるため、彼らは、[アクティブノイズキャンセリングヘッドセット](#)と[アドバンスドノイズキャンセリングマイク](#)のオーディオソリューションに投資しました - これによって、気が散ることを抑えながら、通話に集中することができます。

3 ズボンは任意です

パジャマを着て仕事をするのは、誰にとっても非常に魅力的なことですが! ただし、在宅勤務の時に、仕事用の服装に着替えること(少なくとも腰から上)はあなたにとっても心理的な利点があるのです。

ソリューション:スケジュールを守りましょう。オフィスに行ったり、クライアントを訪問する場合と同じように、通常の手順を続けます。ですが、スウェットパンツ、ジーンズ、ショートパンツ、またはパンツだけを着て生活する柔軟性は受け入れられます! 注意:ビデオ通話中にデスクから離れる時はビデオをオフにしましょう(ボクサーパンツを同僚に見られたくなければ!)

従業員からのヒント

国内アカウントマネージャーのJosh Keelは、朝の日課にこだわっています。いつも快晴の、彼の地元カリフォルニア州サンディエゴで、簡単なワークアウトをし、朝食を取り、シャワーをし、そしてビジネスシャツと快適なショートパンツの組み合わせに着替えます。





4 未知のものを受け入れる

在宅勤務をしているからといって、対面でのコミュニケーションを犠牲にしなければならないわけではありません。ビジネスでのビデオコラボレーションを初めて利用する場合は、チームメンバーやクライアントとのエンゲージメント(関与)を促進するために、ビデオの力を活用し、その力を発揮する時が来ています。

ソリューション:外付けウェブカメラを準備または投資しましょう。ビデオ会議では、対面での会議と同様のメリットが得られるため、実際にその場にいるのと同じような感覚で会議を行うことができます。さらに、BRIOの[RightLightテクノロジー](#)のような革新的なソフトウェアは、どんな照明条件でもプロフェッショナルな外観を提供するため、常に最高の表情を相手に届けてくれます!

従業員からのヒント

ロジクールに入社する前、チャンネルマーケティングマネージャーの Jenn Jakubowiczのリモートワーク体験は音声のみでした。会議参加者の身振り、表情、および感情をリアルタイムで見ることによって関係を確立し、信頼を築くことができるビデオの能力に気づいた時、Jennのビデオへの苦手意識は解消しました。

5 休憩の通知設定

ドリンク休憩は、オフィスでも在宅勤務でも同様に重要な時間です。休憩時間を十分にとり、労働時間がプライベートな時間に影響しないようにすることを勧めます。

ソリューション:スマートウォッチ、フィットネストラッカーまたはアラームをセットして、立ち上がったたり動いたりしましょう。休憩時間になったら、指定された作業空間から離れて、リラックスし気持ちをすっきりさせましょう。

従業員からのヒント

重要顧客をリモートで管理している、国内アカウントマネージャーのEric Meyerは、8~9時間連続で通話をするのがよくあります。Ericは2時間ごとに15分の休憩を取るためにスケジュール表をブロックしています。こうした短時間の休憩の習慣を作ることで、Ericは、絶え間なく続く会議によって、集中力を損なうような悪影響を防止し、健康的な習慣を維持しています。



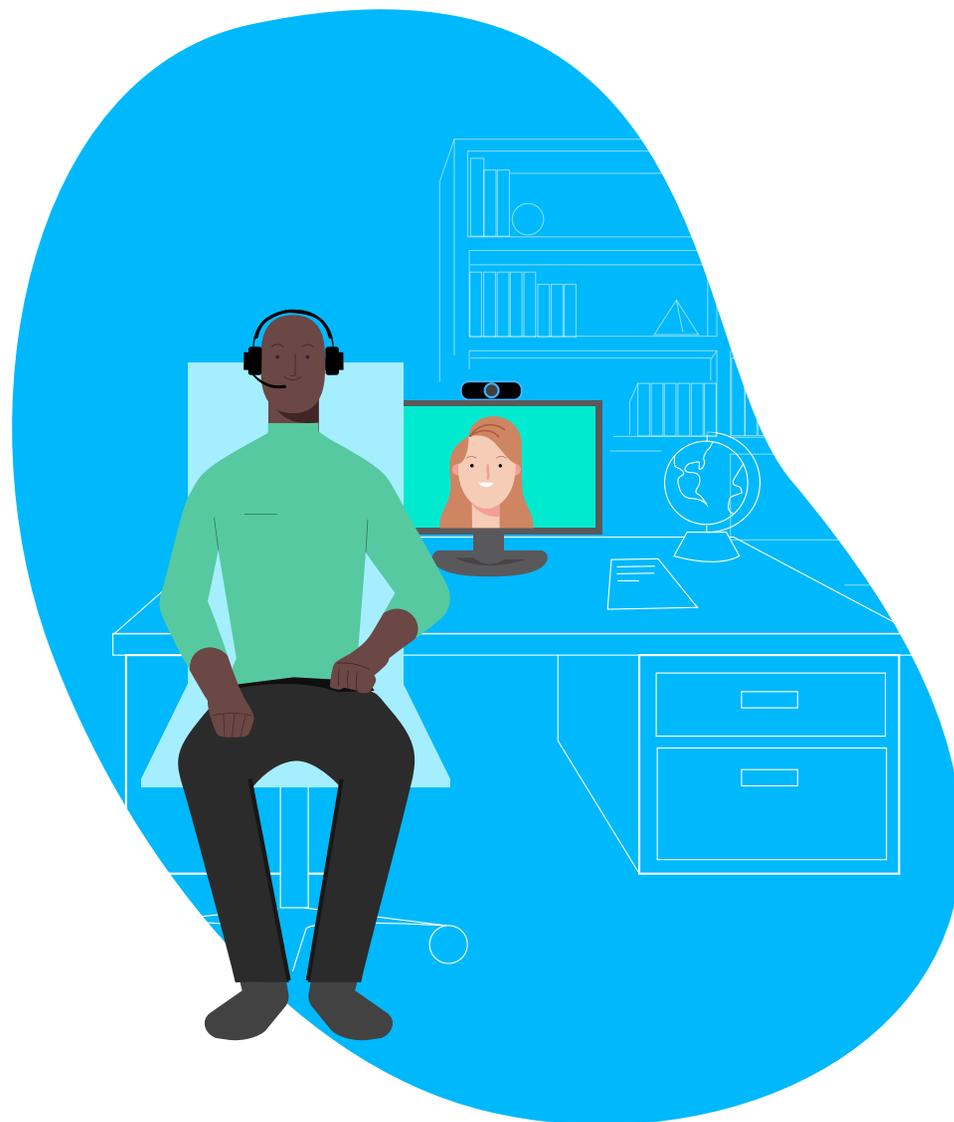
6 模範となって示す

「率先垂範」(自らが模範となって率先して示すこと — Lead by example)という言葉がありますが、今まさにこれを実行する最適な時です。

ソリューション: バランスをとりながら、今日の新しい働き方を受け入れる方法を従業員に示しましょう。休憩をスケジュールし、自分自身を大切にし、ビデオを通して従業員と関与することは、つながりの感覚を高め、孤立を減らします。

従業員からのヒント

アメリカ地域のビデオコラボレーション責任者であるRicardo Santosは、環境に関係なく、常にビデオを利用しています。彼は、魅力的で健康的な職場環境を作り出すことを重視しています。Ricardoは明確なワークライフバランスを確立し、模範となって示すことを通じて、彼のチームメンバーも後につづくようになりました。





7 私たちは共に同じ状況にいることを忘れないでください

[2017年に、Robert E. Kelly教授がBBCの生放送中に子供たちに邪魔されたのを覚えていますか？](#)これは、SNSで拡散され最も有名な在宅勤務の例の1つです。しかしこれは重要なことを示しています:気を散らすものと妨害はオフィスで発生するものですが、これらは自宅で発生しても大丈夫なのです。

あなたの子供たちが指定されたオフィスエリアに入ってきたり、飼い犬が外でリスと戦っていたとしても、人生には様々なことが起きるものです。私たちはこうした妨害さえも受け入れて、私たちは皆人間であることを理解する必要があります。

重要なポイント

最近のリモートワークの急発展により、この新しい働き方に適応するため、学習曲線があるでしょう。結局のところ、私たちはまさに皆この状況にいるため、お互いに助け合わなければなりません。

今こそ、在宅勤務を推進し、それを楽しく生産的な体験にする時です。仕事に没頭し続けられる方法に焦点を合わせ、気晴らしに笑い、適切なワークライフバランスを見つけ、リモートワークの特典(任意のズボンなど)を楽しみ、カメラに向かって笑顔を！

ロジクール ビデオ コラボレーション
ソリューションで、より良い自宅勤務
体験を生み出しましょう。

詳細：www.logicool.co.jp/vc



logicool.

www.logicool.co.jp/vc

ロジクールへのお問い合わせは以下フォー
ムよりご連絡ください。

[www.logicool.co.jp/ja-jp/video-collaboration/
help/contact-sales.html](http://www.logicool.co.jp/ja-jp/video-collaboration/help/contact-sales.html)

発行：2020年3月

© 2020 Logitech, Logicool. All rights reserved.株式会社ロジクールは、Logitech Groupの日本地域担当の日本法人です。記載されている会社名・製品名は、各社の商標または登録商標です。その他の商標はすべて、それぞれの所有者の財産です。ロジクールは、この出版物に存在する可能性のある誤記に対して一切責任を負うことはありません。本書に含まれる製品、価格設定および機能情報は、通知なしに変更される場合があります。