



これからのオフィスづくりと新しい働き方に向けて

# はたナビプロ ニューノーマル版 解決策提案シート

快適性①

誰もが気持ちよく働ける環境づくり

## 「はたナビプロ ニューノーマル版（NN版）」の結果から、新しい働き方と“働きやすさ”を追求していきましょう

「はたナビプロ ニューノーマル版（NN版）」をご利用いただきありがとうございました。  
 先行きが不透明で、不確実性が高まる中、ワーカー1人ひとりの声からわかった課題やテーマを基に、改善～新しい働き方のご提案をさせていただきます。

### テーマ

### キーワード

効率性

効率性① 効率的な会議の仕方

時間を意識した会議、目的に応じたレイアウト変更

効率性② 効率的な社内コミュニケーション

タイムリーな報・連・相、気軽な打合せ

効率性③ 日々の業務のムダ削減

作業のムダ・書類探しのムダ削減

快適性

快適性① 誰もが気持ちよく働ける環境づくり

職種や業務に応じた働く環境づくり、モチベーションアップ

快適性② ONを活かすためのOFFの取り入れ方

リラックスできる、活用しやすいリフレッシュスペース

創造性

創造性① 個人の創造性を刺激する働き方

集中ワーク、深い思考ができる環境づくり

創造性② チームの創造性を促進する働き方

人と情報の交流、偶発的なコミュニケーション

ABW

ABW 働く場所や時間を選べる働き方

「場」「ツール・IT」「運用ルール」視点で働きやすさ追求

あんしん  
あんぜん

あんしん・あんぜん① 防災

「4S」視点で見直し

あんしん・あんぜん② セキュリティ

物理的セキュリティと技術的セキュリティ

あんしん・あんぜん③ 感染症対策

感染拡大を防ぐ基本指針

働く環境における「快適性」の向上では、誰もが気持ちよく過ごせる場づくりに加え、仕事の中にうまくOFFを取り入れられるような仕掛けや運用によって、ワーカーが心身ともに健やかに働ける状態を目指します。

### 快適性① 誰もが気持ちよく働ける環境づくり

清潔さが保たれた空間



快適な空気環境、音環境



過ごしやすい広さ／心地よいインテリア



健康に配慮した仕掛け



おもてなしが施された受付



### 快適性② ONを活かすためのOFFの取り入れ方

リフレッシュしやすい場



気兼ねなく気分転換できる



OFFとのメリハリをつけたONの環境



働く環境を清潔に保つための工夫が必要です。加えて、汚れを持ち込まないことも大切です。

## 清掃する時間を設ける

### お掃除TIME

オフィスは乾燥していて、特にPC周りにはホコリを引き寄せます。ワーカー自らが業務時間内（例えば、終業前・始業後短時間）に掃除する時間を設けることでオフィスをキレイに保つことができます。

カウネット  
4260-3115  
花王  
クイックルハンディ



## デスク周りの衛生管理

座席を離れる時には、除菌シートなどを用いて、デスクまわりを清掃します。次に着席する人への安心になります。必要な消耗品はボックスにまとめて分散配置することでワーカーへの習慣化を促します。

- カウネット 4255-2925 デスク周りのお掃除雑巾シート
- カウネット 5210-2080 花王かんたんマイベト
- カウネット 5210-2080 クレシアEFハンドタオルソフト
- 次亜塩素酸ナトリウム プロトクリンアクア



## 書類の断捨離

書類はどんどん溜まっていきます。書類整理の基本は「捨てる」ことです。月に一度でも習慣化することが書類整理の基本です。



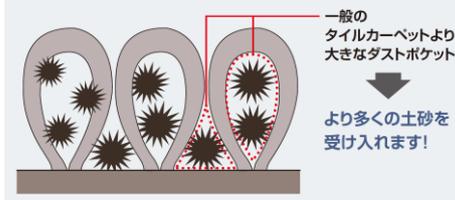
## 汚れを持ち込まない

- ダストコントロールカーペット DC-1100（東リ）厚み 10mm

靴底の汚れ・水分を入口でキャッチオフィス内に汚れを持ち込まないタイルカーペットです。



ダストポケット効果構造図



### 素早くキャッチ

タイルカーペットのパイルの隙間はダストポケットと呼ばれ、歩行によって落ちた土砂はこのダストポケットに溜まります。このダストポケットが大きいので、一般タイルカーペットと比較して多くの土砂を受け入れます。

### 高い耐久性

通常の原着ナイロンに太いナイロン糸を絡ませることで、一般タイルカーペットと比較してヘタリに強くなっています。その結果ダストポケットの容量が保たれ、除塵機能が長持ちします。

### 簡単メンテナンス

ダストポケットが大きく通気性に優れているため、一般タイルカーペットと比較してバキュームメンテナンスが容易です。高い耐久性によりダストポケットを保持しますので、バキュームによるメンテナンス性能が持続します。

空気の循環や換気のほか、機能面に優れた壁材で湿度調整も可能です。

## 湿度調整

### ● エコカラットプラス (LIXIL)

壁に貼るだけで快適な室内を保つことができます。  
デザインと機能と使い勝手に適した多孔質セラミックスです。



### 湿度を吸収

湿度が高い時は湿気を吸収し、乾燥している時は湿気を放出。  
その効果は珪藻土の約6倍、調湿壁紙の25倍以上。結露を抑え、カビやダニの繁殖の抑制も期待できます。

### ニオイすっきり

全ての成分で脱臭効果が認められるため、複数成分の臭い全ての成分を低減することにより、感覚的な脱臭効果が向上します。

### お手入れ簡単

水拭きのみならず、コーヒー染み、たばこのヤニなど。洗剤を使えば頑固なよごれもきれいに落とせます。

### エコカラットとは

「多孔質セラミックス」とよばれる素材を使って作られた壁材  
高温多湿な日本の気候との相性がいい伝統的な「土壁」がルーツになっています。そんな土壁をヒントに最新の技術を盛り込んで進化させたパネル型の壁材です。

## 空気の循環・換気

### オープン空間

間仕切りや壁面収納庫で区切られていないオフィス空間ですと、開放感があり清潔感が保たれます。また、遮るものがないことで、換気を保つことができ、機能面でも優れています。また、会議室などの個室空間でも、上部を空けておくことで空気の循環は促進されます。



パーティションのランマオープン化



※イメージです

ミーティングブース

コクヨ インフレーム

## 換気促進

個室の換気量が十分でない場合扉を開放することで空気の循環を行う補助としてサーキュレーターや空気清浄機など活用を検討

### サーキュレーター

カウネット PCF-HM23  
アイリスオーヤマ製  
適用床面積 20畳



働き方の変化により、特にオフィスと外部とのリモートミーティングにより音環境への対策が必要になってきます。

## 会議室での音環境

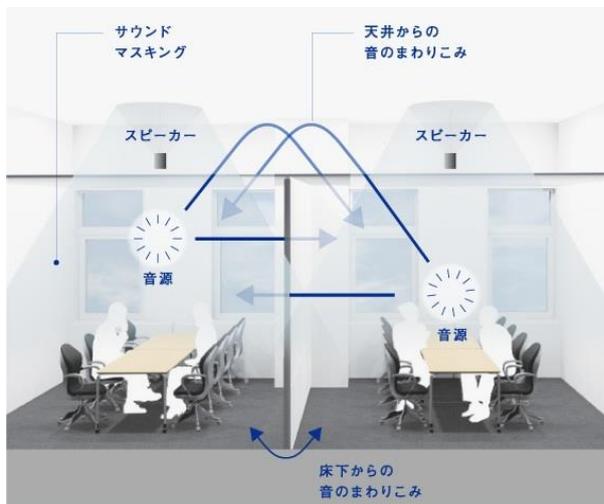
## 最近のミーティングスペースのトレンド

- a. オープンオフィスでのミーティングが中心 → 執務エリアが騒がしくなり集中できない
- b. ガラス間仕切の部屋の増加 → 大事な話の音が外に漏れる
- c. リモートミーティングの普及 → スピーカーからの声が反響して聞こえづらい

## 課題

## サウンドマスキングシステム

オープン化による音漏れが気になる場合はサウンドマスキングが効果的です。天井内からやわらかな間接音を響かせることで、会議室での会話漏れなどの問題を改善。ワークに集中できる環境を構築することが特長です。



## POINT

- 空間のデザインを損なわない  
天井内に設置するため、スピーカーの露出や天井にあいた穴によって、オフィスのデザインを損うことはありません。
- 天井からさりげなく音を包み込む自然な体感  
マイルドな間接音が自然な感じで聞こえるので耳障りを感じることはありません。
- 1~2日で工事完了 既存の空間にも設置可  
取り付け工事は簡単で、200㎡以内の空間であれば、わずか1日で設置が可能です。



サウンドマスキングシステム  
紹介サイト

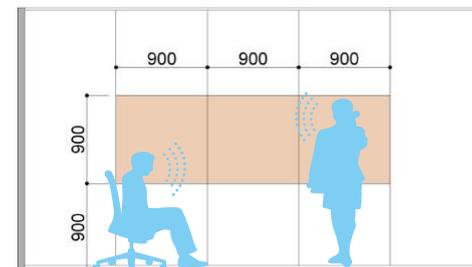
## サウンドアブソーブション

マグネット式の吸音パネルで取り付け・取り外しが簡単、消臭・抗菌効果もあります。設置すると反響音を防ぐと同時にインテリアにもなります。



## ● 取り付け位置の目安 (推奨設置位置)

立った時、座った時の口の高さに取り付けると効果があります。(床から約900mm)



働き方の変化により、特にオフィスと外部とのリモートミーティングにより音環境への対策が必要になってきます。

## オープン空間での音環境

## 最近のミーティングスペースのトレンド

- a. オープンオフィスでのミーティングが中心
- b. ガラス間仕切の部屋の増加
- c. リモートミーティングの普及

## 課題

- ➔ 執務エリアが騒がしくなり集中できない
- ➔ 大事な話の音が外に漏れる
- ➔ スピーカーからの音が反響して聞こえづらい

## リモートミーティング用個人ブース

テレワークの増加により、在宅ワーカーとのリモートミーティングとなると、「オフィスのどこ？」「音の問題は？」など環境を整える必要性が生じます。このような際に適度に囲われて、圧迫感を感じずに集中できる個人ブースが役立ちます。



ココヨ ワークポッド  
ソファタイプ1人用

ココヨ インフレーム

ココヨ ブラケットツ

### POINT

- 約30秒に1回の自動換気で快適なクロズド環境を実現
- 調光付きLEDライト、電源、USB給電を装備
- WEB会議や集中作業にソファ付きで集中とリラックスを両立

### 運用ルール

- 60分、120分など1日に使ってよい時間をルール化するなどタイムマネジメントすることで生産性を向上

例)  
ホワイトボードに何の作業を何分するのかを可視化



## ノイズキャンセリング機能を備えた「ヘッドセット」「スピーカー」の導入

リモートミーティングの頻度が増加する中で、『音課題』改善を目指す。

### 課題

- オフィス側** 自席でリモートミーティングの際、オフィス内の騒音で自分の声も大きくなってしまい、**周囲の迷惑**となっている
- 外部側** 在宅もしくは3rdプレイスでリモートミーティングの際、オフィス内の騒音が相手のマイクに入り込み、**声が聞き取りづらい**

### ヘッドセット

- 両耳タイプヘッドセット

### 推奨活用場所

- 自席
- 個人ブース席



### マイクスピーカー

- スピーカーフォン

### 推奨活用場所

- ミーティングスペース



### POINT

- マイクにオフィス内の騒音が入り込まないように「ノイズキャンセリング機能」を搭載
- 通話中に本体が点灯する機能により、取り込み中であることを周囲の人に示す
- 紛失を防ぐため、有線タイプ採用

### POINT

周囲の雑音を自動的にミュートし、身近な収音範囲の音だけを通話相手に届け、周囲の雑音に合わせてスピーカー放音量の自動調節を行う

昨今、距離を保つことが求められていることから、執務スペースの使い方を見直しが必要です。

## #1

### ミーティングスペースのオープン化

- 密閉・密集・密接の可能性が高い会議用の個室は極力減らし、オープン化して執務スペースに用途転換する



## #2

### 書類の削減や整理でスペースを確保

#### ストック書類（共有書類）

- 捨てる
  - ・未対策オフィスなら40%削減可
- 逃がす
  - ・外部倉庫の活用
  - ・データ化できないかも検討
- カラー分類、タイトル付け
  - ・見ただ目で誰もが探しやすく、戻しやすい
  - ・余計な接触機会を減らす
  - ・維持管理しやすい



#### フロー書類（作業中の個人書類）

- 見出しを書く
  - ・クリアーホルダーが見出し付きなので探しやすい
- ファイルボックスを立てる
  - ・探しやすく、省スペース
- 捨てるルール
  - ・使った書類は左に戻し、右に溜まった一定期間使わなかった書類は捨てるというルールで増やさないようにする

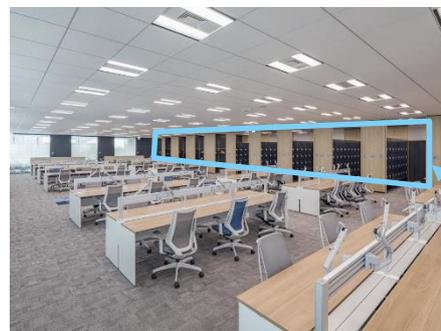


## #3

### 執務スペースの柔軟運用

#### フリーアドレス

リモートワークなどを取り入れて出勤率の調整してオフィス運用をする場合、三密（密閉・密集・密接）を避けてその日の気分や業務内容、コミュニケーションに応じて自由に席を選択できるフリーアドレス制の導入がオススメです。また、従来の個人デスクのように、資料や個人使用（文房具など）が増えないよう個人向けの収納やツールの運用がセットで求められます。



#### POINT

##### 個人別のロッカーに

デスクエリア付近にパーソナルロッカーを配置し必要な物だけを持っていきましょう。



##### ペーパーレスな運用に

紙を使用しない運用に変えられる業務がないかを検討しましょう



##### 社内移動をラクに

書類・ノートPC・文具等をコンパクトにまとめて持ち運べるモバイルバッグを使用しましょう



## #4

### 執務スペースの柔軟運用

運用の発展形として、働く場所や時間を自由に選べる働き方であるABW（Activity Based Working）をすることでワーカーの快適な働き方を促進してパフォーマンス向上させましょう

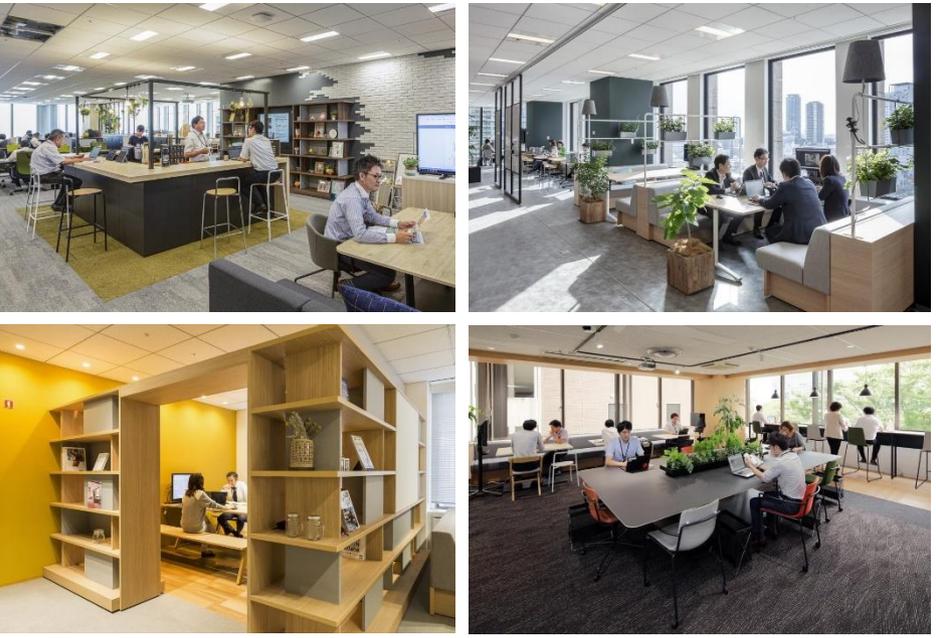
内装や家具などの配色・選定による空間の調和により、ワーカーが快適とを感じることを意識しましょう。

## “モードチェンジ”のための雰囲気づくり

IT化が進み、執務エリアと別の場所でリフレッシュだけでなく、コミュニケーションや作業や思考など多目的に活用できる場所として“**オフィ斯拉ウンジ**”がトレンドになっています。いわば“**モードチェンジ**”の場として、デザインと機能性を兼ね備えた内装・家具選びが必要とされています。



オフィスなのにカフェやリビングのような雰囲気



コクヨライブオフィスより

## ココ3 DAYS OFFICE

ソファも、キッチンカウンターも、グリーンも、すべてユニットで揃えることができます。「どんな場所にも居心地の良い空間をつくる家具」を目指しています。

**DAYS OFFICE**  
紹介サイト

パズルを組み替えるように簡単にプランニングができるアプリはこちら▼

働く人の多様性に応える居心地の良いオフィスを“シンプル”に提供します。

**居心地の良さを、シンプルに。**  
多様性に富んだホームライクなデザインバリエーション。



**家具だけで、シンプルに。**  
天井や床などの内装工事をせずに、ユニット家具の設置だけで、オフィス空間をシンプルに実現します。



**世界観づくりを、シンプルに。**  
ナチュラル、モダン、シックという3つの異なるテイストをベースに、個々の企業らしさを実現



疲れにくいオフィスチェアーは「3原則」と、オフィス空間に合わせた機能やデザインで選びましょう。

## 正しい姿勢で座るための「3原則」



適正に  
**「体圧分散」**  
されていること

### ポスチャーサポートシート



ベース層に骨盤を支える面形状を設け、その上にクッションを置くことで、着座時の前滑りを防止し、姿勢が安定します

骨盤保持位置



背骨を自然な  
**「S形状」**  
に近づけること

### ランバーサポート



背もたれを個人のS形状に合わせて調整することで疲労を軽減します。製品によって違う機構を使っています



適正とされる  
**「サイズ」**  
に調整できること

- ・ 座面の高さ
- ・ 奥行き
- ・ 肘の高さ...

自分のサイズに合わせ調節できることが体圧分散・S形状の維持につながります

## 在宅勤務にも快適さを

- 個人のニーズに応じたチェアー  
在宅勤務で長時間ワークすると身体の不調を訴える場合もあります。福利厚生などの補助により、適切なチェアーを提供することも新たな選択肢です。

### ●コクヨ デュオラ

独自開発の背もたれ調節機能が作業姿勢の変化や体格差に応じた最適サポートを実現

### ●コクヨ ミトラ

あらゆるシーンに美しく馴染むデザインに快適な座り心地を実現する充実の機能を搭載。

### ●コクヨ ピコラ

軽やかに空間を演出するスマートなデザインと快適な座り心地を追求した省スペース設計のチェアー

### ●コクヨ イング

姿勢も活性化  
脳も活性化

### ●コクヨ ファブレ

上質な張地と軽快なデザインで空間に馴染むチェアー

Duora



Mitra



picora



360° Gliding Chair **ing**



FABRE



身体の不調の原因のひとつと考えられる「座り過ぎ」に関心が高まりつつあります。

## 上下昇降デスク

### ●コクヨ シークエンス

デスクの高さを調節でき、心地よい姿勢を意識的に保てるようにします。一般の執務席のほかマネジメントやミーティング用としても使用できる上質で軽快なデザインと豊富なバリエーションです



## 傾斜天板デスク

### ●コクヨ アプティス

デスク天板の傾斜角度を調整でき、負担の少ない姿勢を保つことができるワークステーションです



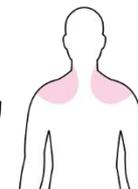
## 座りながら運動できるイス

### ●コクヨ イング

集中したデスクワークにおいても、身体の動きを妨げずに前傾や後傾、左右の動きや身体の内ねりに追随します。無意識に座っているだけで、筋肉が動くことをサポートし身体を動かすことができます



ingに座っているだけで従来品に比べ  
**8割**の人の肩の筋肉が活動



ingに座っているだけで従来品に比べ  
**5割**の人の腰の筋肉が活動



筋電計による僧帽筋、脊柱起立筋の筋電位計測による (n=10) ※20代の男女 (男3、女7) の試験結果です  
慶応義塾大学スポーツ医学研究センター 橋本健史 准教授との共同研究による

ingに座る  
**4時間**



ウォーキング  
**約1.5km**



揺れながらデスクワークをしている状態での消費カロリーを活動量計にて計測した平均 (n=5)  
※40代の男性5人の試験結果です ※30分の測定を4時間に換算

## 快適性の高いオフィスづくりには、健康に配慮した仕掛けが必要です

### 喫煙室からの用途転換

#### ●「仕切られている空間」を活用

オフィスや事業所など、屋内では原則禁煙が義務化されています。喫煙室の設置対策が必要ですが、これを機に喫煙室を廃止し、新たな用途へ変換することも考えられます。臭いの除去にも留意しましょう。

### 集中ブース／個室



コクヨ インフレーム



集中するための個室として転換することもできます。

### 電話用個室



コクヨ ワークポッド  
スタンディングタイプ1人用



フリーアドレスのオフィスが増加する中、電話の内容や周囲への音の配慮が必要となります

電話やクイック作業に。天板付きでPC作業も可能

### カラダを動かす仕掛け

#### ●健康を促進するオフィスの快適さに向けて

ワーカーが健康であると仕事のパフォーマンスが向上し、企業にとっては収益につながると考えられています。一人ひとりの心身の調和と活力の向上を図れるような仕掛けが必要です。

### バランスボール



凝り固まった筋肉をほぐし、肩こりや腰痛が軽減されます

### 立ちミーティング



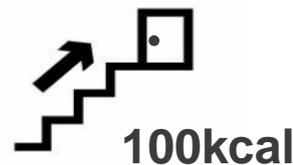
立ち姿勢は血流を良くするので緊張をほぐす効果があります。また時短効果にもつながります

### ストレッチ・体操



座りっぱなしの姿勢は体の不調を引き起こしやすくなるので、筋肉への適度な刺激が必要です。

### 階段の昇り降り



階段に消費カロリーを表示するなど健康意識を高めて、業務時間内で可能な運動を啓発しましょう。

### お掃除TIME

オフィスは乾燥していて、特にPC周りはホコリを引き寄せます。ワーカー自らが業務時間内（例えば、終業前・始業後短時間）に掃除する時間を設けることでオフィスをキレイに保つことができます。



#### ●掃除がカラダを動かすことにもつながります

座席を離れる時には、除菌シートなどを用いて、デスクまわりを清掃します。次に着席する人への安心になります。必要な消耗品はボックスにまとめて分散配置することでワーカーへの習慣化を促します。



- ・カウネット 4255-2925 デスク周りのお掃除雑巾シート
- ・カウネット 5210-2080 花王かんたんマイペット
- ・カウネット 5210-2080 クレシアEFハンドタオルソフト
- ・次亜塩素酸ナトリウム プロトクリンアクア

生活支援スペースこそ、ワーカーへの心遣いの差が表れる場となります。

## ロッカールームの充実

入社して最初に使う更衣室は、快適かつ気分がリセットできる雰囲気だとよいでしょう。更衣ロッカーに加えて、**姿見、ベンチ、身支度を整えられるドレッサー**などを設置します。**パウダーコーナー**を設けると利便性が向上します。また、ブーツやキャリーバッグなどへの対応をする場合もあります。三密（密閉・密集・密接）を避けるためには、**同時に入室する人数の制限**や**使用時間の工夫**が必要です。

### & ベンチ



**コクヨ シーフートロッカー**  
 明るいカラーや木目調のロッカーにすることで、更衣室が明るくなります。また、ソファやベンチを置くことで、靴の履き替えや着替えがスムーズです。さらに、カーペットを敷いて土足厳禁とすると清潔感が保てます。

### & ドレッサー、姿見



ロッカールームに姿見とドレッサーを設置。明るい色使いでモチベーションも高まります。

### ダイヤル錠



管理者視点でワーカーの流動性による、鍵の管理負担を軽減するためダイヤル錠がオススメです。

## 化粧室のリニューアル

● **洗面台 + パウダーコーナーの設置**  
 化粧室はリニューアルすることで、印象が変わる場所のひとつです。利用者が身だしなみを整えられるようにするため、清潔さ・快適さ・明るさの維持・向上に心がけましょう。



洗面台



パウダーコーナー

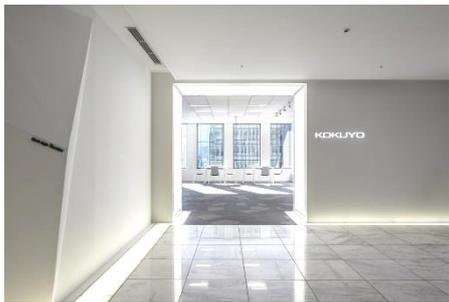
サイン

来社されたお客様を迎える受付は、企業の顔としての役割や打ち解けやすい場づくりが必要です。

## 受付の多様な機能性

- 待合い兼打合せスペース、企業ブランドの浸透、商品・サービスの紹介など要素はさまざまです  
機能面重視の場合は、内線電話対応などの運用や執務エリアとを区切るためのセキュリティ面の配慮が求められます。  
快適面重視の場合は、企業の取組みや商品・サービスを紹介・発信する場、打合せスペースの個性を出すことで、企業イメージが伝わっていくでしょう。

### シンプルかつ洗練されたデザイン



単色で明るいデザインに加えて、ゲートを潜り抜けて訪れた感じを演出します。

### 木目調で重厚さを表現



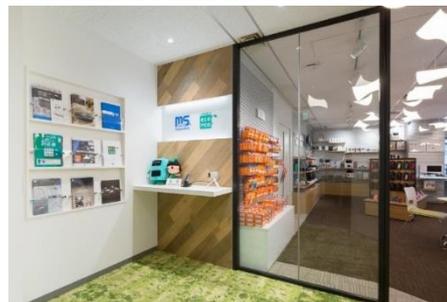
木目を用いて落ち着き感を表現することで、安心感や信頼感を醸成します。

### コーポレートカラーによるイメージ効果



コーポレートカラーを配色することで、お客様への印象を残します。

### 商品紹介・ショールーム機能

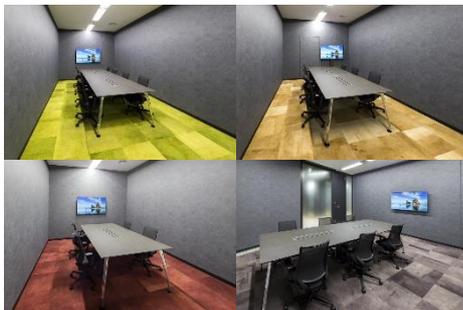


会社案内や自社商品・サービスを紹介することで、企業イメージの向上を図ります。

## お客様と打ち解けやすい来客スペースづくり



● **リビングテイストのベンチシート**  
温かみのある雰囲気で居心地の良さを演出



● **シンプルモダン**  
“和”を感じるカーペットを貼り分ける演出で部屋の違いを可視化



● **グリーンを活用**  
煉瓦と緑に照明で陰影をつけ演出



● **香りの演出（アットアロマ）**  
ディフューザーにアロマオイルの入ったボトルをセットして噴霧させます