

在宅勤務とワークライフバランス

—変化と課題—

○高見具広（労働政策研究・研修機構）

在宅勤務（テレワーク）は、ワークライフバランスに資する「柔軟な働き方」として、これまでも政策的に推進されてきたが、業務上の様々な理由から拡大してこなかった。そうした中、2020年、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受けて急速な拡大が見られた。特に、2020年4月の緊急事態宣言発令（1回目）を機に実施が大幅に拡大し、その時期に在宅勤務を初めて経験した者も少なくなかった。しかし、同宣言解除後に「揺り戻し」があり、「緊急時」の在宅勤務がその後の定着につながらなかった場合も少なくなかった。

では、ワークライフバランスにとって在宅勤務はどう評価できるだろうか。調査からは、コロナ下の在宅勤務によって、（男性も含めて）家事・育児時間が増加する傾向が見られた。これは、通勤時間の削減等ともなう時間配分変化とともに、自宅ですべての仕事ができることで、仕事と仕事以外の時間的やりくりを柔軟にできるようになった結果とも考えられる。

一方、在宅勤務・テレワークには様々な課題も指摘される。例えば、業務パフォーマンスの維持、労働時間管理、社員間コミュニケーション、人材育成、自宅の就業環境、働きすぎに陥るリスク、健康維持（身体的健康・メンタルヘルス）等である。例えば、コロナ下の在宅勤務では、生産性・効率性や仕事の充実感が低下したという結果が示されている。これには、業務特性（在宅勤務での業務遂行の困難）、社内コミュニケーションの変質（対面コミュニケーションの減少）や、本来「生活の場」である自宅が「仕事の場」にもなることによる困難（例えば、同居家族がいることで業務に支障が出るなど）も関係しよう。在宅勤務は、単なる仕事の仕方の変更にとどまらず、働く者の生活空間に大きなインパクトを与え、同時に、仕事のパフォーマンスが生活環境から大きな影響を受けうるものであるとかがえる。

ワークライフバランスを考える上で、長時間労働は中心的テーマであり続けてきた。在宅勤務における長時間労働や働きすぎ問題については、現下の情勢では前面に出ていないものの、今後向き合う課題となる。コロナ前より、テレワーク（リモートワーク）には「働きすぎ」に陥るリスクが指摘されてきた。特に、仕事と仕事以外の境界があいまいになることによる「働きすぎ」が問題視され、境界管理がマネジメント課題とされてきた。

これは、制度的な在宅勤務に限らず、ICT時代の働き方の問題として検討されるべき点である。ノートPCやスマートフォン等の普及で、いつでもどこでも仕事ができる環境が（管理職、専門職、営業職などのホワイトカラー職種を中心に）整ってきたが、それは働きすぎリスクを伴うものでもある。つまり、働く者が自らの裁量で、自宅等でもメール等で連絡・調整を行ったり、PCを活用して資料作成や情報収集を行ったりできることで、仕事のアウトプットを高められるが、同時に、自宅にいても仕事が気になって気が休まらないなど、仕事による生活領域の侵食をもたらしている。こうした事態は、従来型の長時間労働問題（会社での長時間残業）では括れない問題状況であり、労務管理にも難しい問題を突きつけている。場所を問わない働き方は、真に働く者自身の自己決定に基づいていると言えるのか。そうした働き方をせざるを得ない業務負荷要因があるのではないのか。ICT時代の「働きすぎ」リスクは、丁寧な検討が求められている。

このように、在宅勤務・テレワークは、「柔軟な働き方」としてのメリットが考えられる一方、様々な課題・リスクも抱えている。在宅勤務とワークライフバランスを検討するにあたっては、こうした論点に向き合う必要があるだろう。

キーワード：在宅勤務・テレワーク、ワークライフバランス、コロナ下における変化と課題