

約6割がひとりで集中できる職場環境は仕事の質が向上すると回答 「ひとりの時間は大切」との回答は9割超、職場においても約8割 「就寝前や早朝の時間活用」や「家事の時短」でひとりの時間を確保

ひとりの時間についての意識調査を実施

コクヨグループでEコマースサービスを提供する株式会社カウネット(本社：東京都港区／代表取締役社長：宮澤 典友)は、コミュニティサイト「カウネットモニカ」会員1,489名を対象に「ひとりの時間について」と題した調査を実施し、2024年10月25日(金)に調査結果を公開しました。プライベートや職場におけるひとりの時間に対する意識や過ごし方などの回答結果をまとめております。

■調査を実施した背景について

コクヨグループでは、社員のワークライフバランスの実現や新たな働き方の推進、そしてジェンダー、障がい、国籍など多様性ある組織づくりによるイノベーション創出を通して、Well-being（ウェルビーイング）の向上を図っております。Well-being（ウェルビーイング）とは、身体の健康だけでなく、精神的にも、社会的にも幅広く良好な状態を目指すことです。そこで今回は、Well-being（ウェルビーイング）の視点から、ひとりの時間をテーマに調査を実施しました。

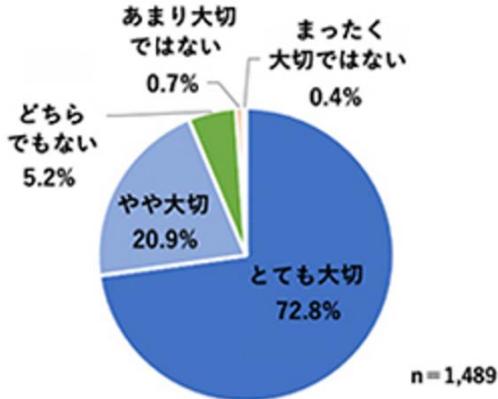
■調査概要

- ・調査テーマ：「ひとりの時間について」の意識調査
- ・調査期間：2024年9月4日（水）～9月10日（火）
- ・調査対象：「カウネットモニカ」会員の中から全国の男女合計1,489名
- ・調査方法：インターネット調査

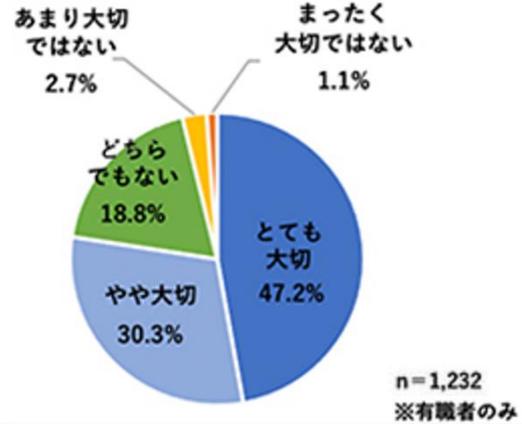
■調査結果サマリー

- ・プライベートでのひとり時間の過ごし方は「テレビ・動画視聴」が約8割。
- ・「ひとりの時間は大切」との回答は9割超で、職場においても約8割。
- ・約6割がひとりで集中できる職場環境により仕事の質が向上すると回答。
- ・職場にひとりで集中できる環境があると回答したのは約半数。
- ・ひとりの時間の確保のためにプライベートや仕事で主に工夫していることは、「就寝前や早朝の時間活用」や「家事の時短」。

Q.あなたにとって、ひとりの時間は大切ですか？



Q.あなたにとって、職場でのひとりの時間は大切ですか？



Q.あなたは、仕事をする時にひとりで集中して作業できるスペースや環境があることで、集中力が上がったり仕事の質が向上していると感じますか？



Q.あなたが、ひとりの時間を確保するために、プライベートや仕事で工夫していることがあれば教えてください。（複数選択可）



■詳しい調査結果は、下記ページからご確認ください。

URL : https://www.kaunetmonika.com/office_life/?action=entry&id=97

<カウネットについて> (<https://company.kaunet.com/>)

カウネットでは、テクノロジーとクリエイティビティで、全ての働く人に価値ある体験を生み出す取り組みを推進しており、超大企業から中小事業所まで、規模に関わらずお使いいただけるEコマースプラットフォームを提供しています。クラウドで管理購買システムとしてお使いいただける「べんりねっと (<https://www.benrinet.com/>)」、素早く簡単にネットで購入いただける「カウネット (<https://www.kaunet.com/>)」は、長年にわたり多くのお客様のご支持をいただいております。

<カウネットモニカについて> (<https://www.kaunetmonika.com/>)

カウネットモニカはカウネットが運営する、お客様の声をかたちにするコミュニティサイトです。会員の皆様からの投稿やアンケートを通じて日頃感じている悩みやお困りごとをお寄せいただき、その声を基にカウネットのオリジナル商品「カウコレ」の商品企画・開発に繋げております。