

時差通勤導入のための手引き

松江 Good Morning Projectの概要と目的

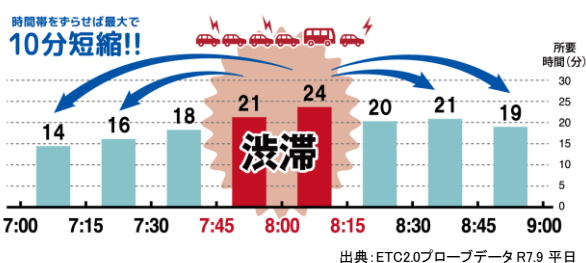
松江Good Morning Project 🍌 は、松江市中心部の朝（7:45～8:15）の渋滞緩和を目指して、「時差通勤」を呼びかけています。

渋滞を避けることで通勤時間は短縮し、心身のストレスが軽減され、その日のパフォーマンス向上にもつながります。



松江市中心部は、朝7:45～8:15に
激しく渋滞しています！

例えば、東出雲⇒松江駅まで、車で通勤する場合…



時差通勤導入のためのQ&A

・導入に関する手順について

Q1 時差通勤を導入したいのですが、従業員全体のモチベーションが上がるか不安です。どうすればいいでしょうか？時差通勤を導入するための最初のステップを教えてください。

A 「何を目的に時差通勤を導入するのか」という点を明確にして、社内に周知することが重要です。働いている方に意見を聞き、多くの方の意見を考慮することで、理解を得やすく、また利用されやすい制度になります。例えば、時差通勤チャレンジと題して、社内でイベント化したことで、みんなで取組む雰囲気作りができ、時差通勤が浸透したという事例もあります。

Q2 いきなり時差通勤を導入されると困る人もいると思います。どうすればいいでしょうか？

A 全員が時差通勤を実施する必要はありません。時差通勤のほうが都合のいい方から試験的に導入していくのが良いでしょう。

・運用に関する懸念点について

Q3 時差通勤を導入した場合、勤怠管理が難しくなりませんか？誰がいつ出勤しているのか分からなくなってしまうのですか？

A 具体例として、勤怠管理が疎かにならないように全員で声掛けを行い、勤怠の意識を高める取り組みを行ったことで問題が生じず、導入できたという例もあります。他の例としては、誰が時差通勤しているかが分かる連絡の仕組みを作り、社内で情報共有することで上記の問題を解決できたという例もあります。

Q&A よくあるご質問を集めました



・働く人の懸念点について

Q4 時差通勤によって生活リズムが崩れてしまいませんか？

A 時差通勤の導入により、渋滞を避けることができても、「出勤時間が早くなって早起きのせいで、寝不足になってしまった」、「勤務時間が遅くなったため帰宅時間が遅くなり、1日のリズムが崩れてしまう」という声が出ることも考えられます。
そうならないためにも、働いている方一人ひとりの声を聞き、ライフスタイルに合わせて導入することで解決できるでしょう。

Q5 早く出勤しても、早い時間に帰りづらくなってしまいませんか？

A 職場の雰囲気によっては「自分だけ早い時間に帰りにくい」と感じてしまい、結果的に就労時間が長くなることも考えられます。
それらを防ぐために、試験運用をきっかけに、対象者全員で時差通勤に対する理解を深め、実践しやすい環境づくりを目指しましょう。

Q6 時差通勤によって従業員の出勤時間がバラバラになってしまうのですが、コミュニケーション不足の問題にどう対応しましたか？

A コミュニケーション不足に関する問題解決として、通勤時間がバラバラになることで生じるコミュニケーション不足を防ぐため、朝礼の時間を全員が揃う10時（一番遅い出勤時間）に統一したことにより、情報共有がスムーズに行える体制、コミュニケーションが不足しない環境が整ったという例もあります。

・会社全体での導入に関する質問について

Q7 時差通勤を導入するには、会社全体で導入する必要がありますか？
また、毎日時差出勤を実施しなければいけませんか？

A 営業部門は取引先との関係上難しいので、管理部門だけ時差通勤に挑戦しているという例もあります。このように、部門や職種の特性に応じて、時差通勤を導入することも可能です。また、業務や家庭等の状況に応じて、始業時刻・終業時刻を日単位で変更することもできます。

・その他のメリットについて

Q8 時差通勤の導入のメリットは、交通面・生活面・環境面のほかに何かありますか？

A 働きやすい制度を導入する企業という面で学生にPRができる点が、時差通勤を導入する大きなメリットになります。
また、人手不足の解消にもつながります。育児や介護などをしている人でも、都合にあった始業時刻・就業時刻を選ぶことができ、従来の勤務時間では働くことが困難だった方にも働いてもらうことができます。

時差通勤制度の導入事例

本プロジェクトをきっかけに時差通勤制度を導入された 株式会社コスモブレインさんのご意見



Q 制度がない中で、時差通勤を実施するためには、どのような工夫をされましたか？

A 時差通勤チャレンジと題して社内でイベント化したことで、みんなで取組む雰囲気づくりをした。

時差通勤実施前に、個人の希望する出勤時間を把握した上で、最も遅い出勤時間を10時と定め、出勤時間を設定したうえで、業務のスケジュール等を考慮し、時差通勤実施に向けた計画を立て、チャレンジシートという形でみんなに見えるように掲示した。通勤時間がバラバラになることによるコミュニケーション不足を避けるため、朝礼の時間を10時にした。

勤怠の管理がおろそかにならないよう、全員で声掛け等意識づけをした。

Q 時差通勤を実施してみていかがでしたか？

A 今回のTDMのターゲットとなる国道9号を通勤ルートとしている従業員がいなかったため、直接貢献はできなかったかもしれないが、自分たちの行動を変えることで、交通面、仕事面でもメリットがあることを実感できた。

TDMや通勤時間短縮の面より、従業員の働きやすさやワークライフバランスの観点で、時差通勤制度は効果がある。

勤怠管理や業務効率の面で導入にハードルがあると思っていたが、実際に導入方法を検討し実施してみると、想定していたほどの負担はなかった。良いきっかけになった。

Topic : 時差通勤以外にも多様な働き方

本プロジェクトでは、地域の渋滞緩和と多様な働き方推進に向け、以下のような取り組みも推奨しています



発生源の調整

在宅勤務



移動手段の変更

- ・公共交通の利用
- ・自転車への転換