



<プレスリリース資料>

## リモートワーカーの悩みを解決する 105 のノウハウ 『リモートワーク大全』が 2020 年 11 月 18 日発売

～ 厚生労働省「令和二年度 輝くテレワーク賞 特別奨励賞」を受賞した  
シックス・アパートのリモートワークノウハウを 1 冊に凝縮  
リモートでの業務効率化に加えて、家族・家事・健康・働き過ぎ防止・サボり方など  
毎日は集まらないけど会うべき時は会う、これからの働き方を知るための必読書～

2020 年 11 月 16 日



ブログ・CMS（コンテンツ管理システム）および関連サービス大手のシックス・アパート株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役：古賀 早）は、広報の壽かおりが執筆した書籍『リモートワーク大全』が株式会社ポプラ社より出版されることをお報せします。2020 年 11 月 18 日より、全国の書店やオンライン書店で購入できます。電子書籍版も同時発売です。

本書は、シックス・アパートが「SAWS (Six Apart らしい Working Style)」と名付けて 2016 年夏より取り組んでいるリモートワーク経験から得た知識をベースに執筆しました。オンライン会議やリモートチームのコミュニケーションなどの業務円滑化のノウハウに加えて、家族・家事・健康・働き過ぎ防止・サボり方など、自分や家族の暮らしを大事にしつつもきちんと成果を出して働くリモートワークのノウハウを 105 個詰め込んでいます。さらに、オフィスに集まらない働き方をしている他社の事例も多数紹介しています。

感染症対策のために外に出られない在宅勤務ではなく、多様な人々が生活を大事にしつつ活躍できる社会を作るために有効なリモートワーク・テレワークの働き方を知り実践するための必読書です。

### ■本書の内容

- Chapter 1 リモートワークの基本 15
- Chapter 2 時間の使い方 12
- Chapter 3 自宅の作業環境を整える方法 15
- Chapter 4 基本のコミュニケーション 10
- Chapter 5 オンライン会議のコツ 18
- Chapter 6 リモートワーカーが知るべきこと 16
- Chapter 7 家族・子ども・ご近所付き合い 10
- Chapter 8 気分転換&健康管理法 10

### ■書籍情報

『リモートワーク大全』  
著者：壽かおり  
発売日：2020 年 11 月 18 日  
定価：1,700 円（税別）  
判型：四六判・384 ページ  
ISBN：978-4591168011  
出版社：ポプラ社



Amazon <https://www.amazon.co.jp/dp/4591168018/>  
ヨドバシ.com <https://www.yodobashi.com/product/100000009003348333/>  
楽天ブックス <https://books.rakuten.co.jp/rb/16496508>  
honto [https://honto.jp/netstore/pd-book\\_30623022.html](https://honto.jp/netstore/pd-book_30623022.html)  
紀伊國屋書店 <https://www.kinokuniya.co.jp/f/dsg-01-9784591168011>

## ■『リモートワーク大全』特設ページ

『リモートワーク大全』の特設ページでは、本書のより詳しい概要や補足情報を掲載しています。また、シックス・アパートの行動指針を、クリエイティブ・コモンズの「表示 (CC BY 4.0)」のライセンスで配布しています。自社の行動指針を作る際のベースとして利用できます。

▶ [https://www.sixapart.jp/saws/rw\\_book/](https://www.sixapart.jp/saws/rw_book/)

## ■SAWS (Six Apart らしい Working Style) について

シックス・アパートの従業員は、必要がある時のみ出社、普段はそれぞれ都合の良い場所で働いています。目的は個人としての QOL (クオリティ・オブ・ライフ) の向上です。多くの従業員が月 1-3 回の出社となり、通勤時間の大幅な削減や、住む場所や暮らし方の自由度が高まりました。このテレワークを中心とした働き方を「SAWS (Six Apart らしい Working Style、サウス)」と名付け、積極的に発信を行っています。

この取り組みを評価され、厚生労働省「令和二年度 輝くテレワーク賞 特別奨励賞」、総務省「令和元年度 テレワーク先駆者百選 総務大臣賞」、東京都「令和元年度 スムーズビズ推進大賞 大賞」を受賞しました。

▶ <https://www.sixapart.jp/saws/>

シックス・アパートはこれからも自社の取り組みを発展させ、それを発信することで、リモートワークを行いたい企業や団体の支援をしていきます。

## <シックス・アパート株式会社について>

シックス・アパート株式会社は、全国 300 以上の加盟を誇るパートナー制度「ProNet」加盟の企業や個人事業者を通じ、個人から法人まで幅広い CMS ソリューションを提供しています。

個人のブログから大規模なコーポレートサイトまで、さまざまなシーンでのウェブサイト構築・運営・管理を支援する CMS プラットフォーム「Movable Type」、高機能 CMS を低コストかつメンテナンスフリーなウェブサービス型で提供する「MovableType.net」、みんなで使えるブログサービス「Lekumo ブログ」を提供しています。

詳しい情報は、<https://www.sixapart.jp/> をご覧ください。

## <本資料に関する報道関係の皆様からのお問い合わせ窓口>

シックス・アパート株式会社 広報担当  
電話番号：03-6261-4640 (広報) / 電子メール：[pr@sixapart.jp](mailto:pr@sixapart.jp)

## <本資料に関する一般の皆様からのお問い合わせ窓口>

<https://www.sixapart.jp/inquiry/>