
令和7年度 厚生労働省 テレワークセミナー（広島会場）

テレワーク活用事例のご紹介

第7回 セミナーテーマ
～地方でのビジネス実践もテレワークは不可欠～

2025年11月27日
一般社団法人 日本テレワーク協会
村田 瑞枝



テレワーク応援キャラクター
"ンガちゃん"

自己紹介させて下さい



- ・ 宮崎県の出身です。中央区日本橋に20年住んでいます。
- ・ NTTに約30年勤めていました
- ・ 得意分野は**WEBの法人向けソリューション**です（25年間やってきました）
- ・ 中小企業診断士、ファイナンシャルプランニング技能士1級、最近はロングステイアドバイザーと取得し、今、社会保険労務士の勉強中です。資格は30代でとりましたが、**力不足で会社員に留まりました。**
- ・ 趣味は**走ることと山登り**をすること、ゴルフはお付き合い程度。日本橋から新潟まで走っていったこともあります
- ・ 日本テレワーク協会に来て一番良かったことは、ワーケーションついでに全国を旅し、山に登ったり走ったりできること
- ・ 尊敬するタレントは増田明美さん

日本テレワーク協会のご紹介

設立：1991年

日本サテライトオフィス協会設立

2000年

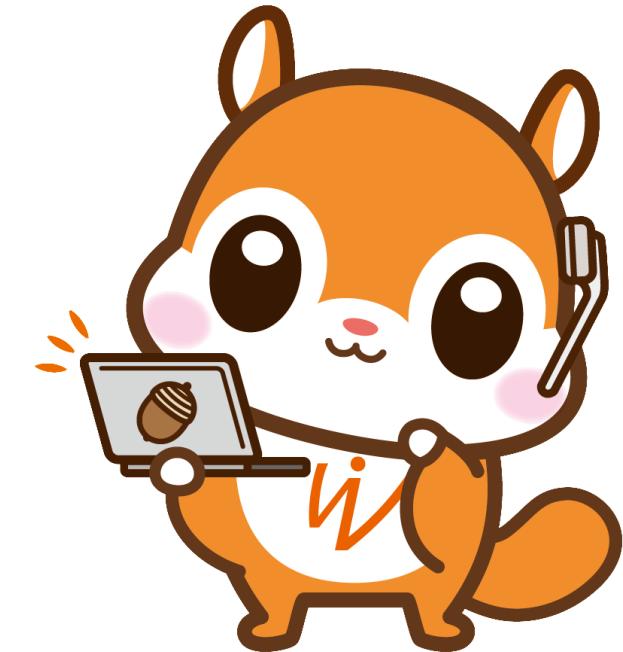
日本テレワーク協会へ名称変更

目的：日本におけるテレワークの普及推進

理事：19名

会員：400企業・団体・自治体（2025年9月現在）

理念：情報通信技術（ICT）を活用した、場所と時間にとらわれない柔軟な働き方である「テレワーク」を、広く社会に普及・啓発することにより、個人に活力とゆとりをもたらし、企業・地域の活性化による調和のとれた日本社会の持続的な発展に寄与する



テレワークを取り巻く概況



テレワークを取り巻く環境（全体像）

社会的要因

- ▶ 働き方の多様化
- ▶ 人口減少・高齢化対応
- ▶ 育児・介護との両立

技術的要因

- ▶ ICTインフラの整備
- ▶ クラウド／ツールの普及
- ▶ セキュリティ技術の進化

制度的要因

- ▶ 法制度の整備
- ▶ テレワークガイドライン
- ▶ 助成金・支援制度

経済的要因

- ▶ BCP対策（感染症・災害）
- ▶ オフィスコスト削減
- ▶ 優秀人材の確保競争

文化的要因

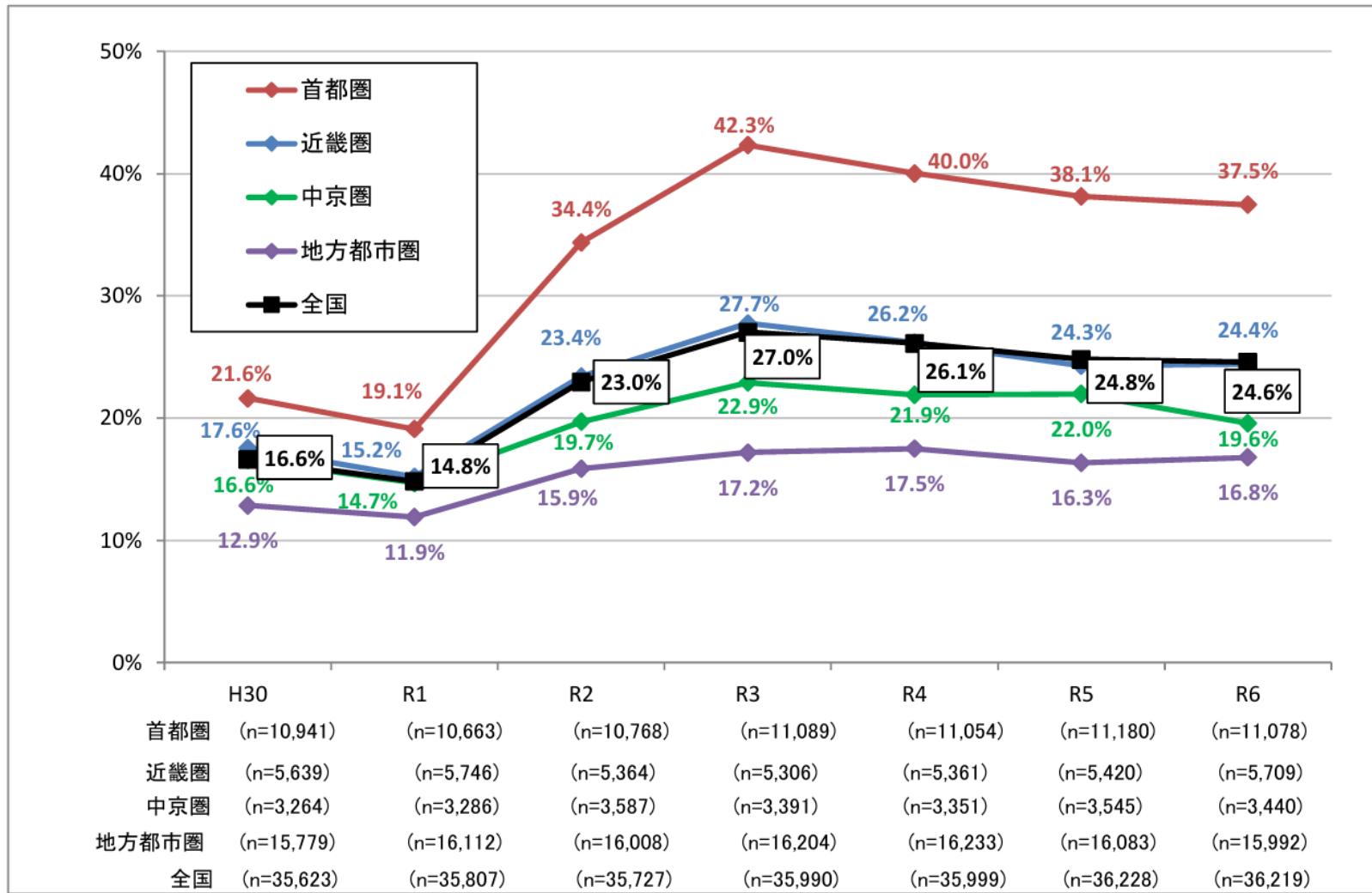
- ▶ 管理職の意識改革
- ▶ 信頼関係の再構築
- ▶ 成果で評価する文化



法改正によるテレワーク推進の動き
全体的な実施率の低下傾向
企業規模や業種による差：大企業を中心にオフィスへの回帰を進める動きが見られる一方で、
中小企業や特定の職種では引き続きテレワークが活用されています。
働き手のニーズとのギャップ

国土交通省 令和6年度 テレワーク人口実態調査

雇用型テレワーカーの割合【H30-R6】



(※)首都圏： 東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県
中京圏： 愛知県、岐阜県、三重県
近畿圏： 京都府、大阪府、兵庫県、奈良県
地方都市圏： 上記以外の道県

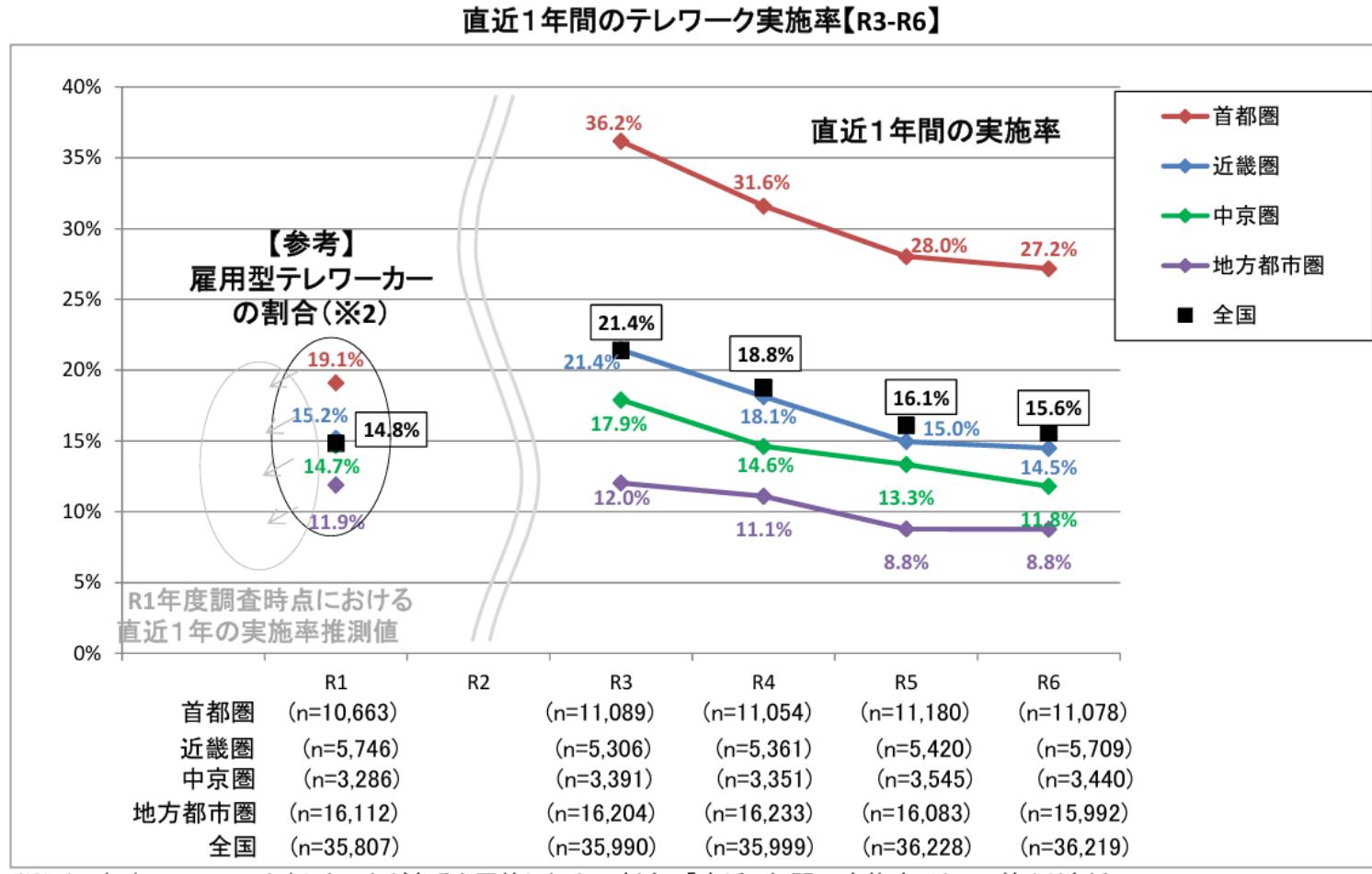
※単数回答

国土交通省 令和6年度 テレワーク人口実態調査

【設問対象者】雇用型就業者[n=36,219]

- コロナ禍以降の直近1年間のテレワーク実施率(※1)は、どの地域も減少しているが、全国平均ではコロナ流行前時点のテレワークをしたことのある人の割合と比べて高い水準を維持。
⇒コロナ禍からの戻しが見られるが、全国平均では従前よりは高い水準にあり、定着傾向。

(※1)雇用型就業者のうち、各調査年度において直近1年間にテレワークを実施しているテレワーカーの割合



※単数回答

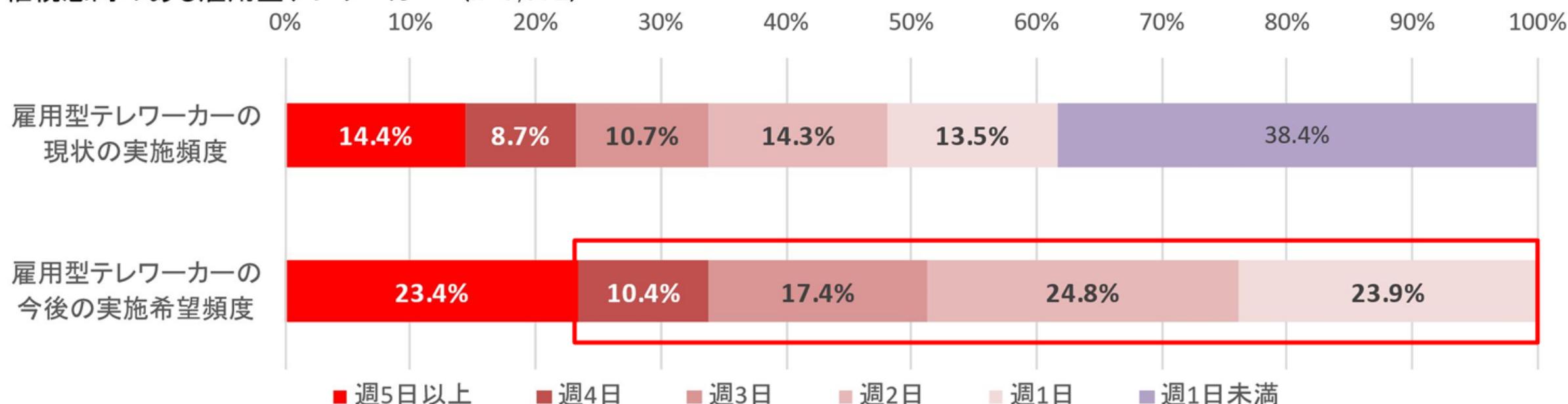
国土交通省 令和6年度 テレワーク人口実態調査

【設問対象者】雇用型テレワーカーのうちテレワーク継続意向あり [n=5,672]

- 継続意向のある雇用型テレワーカーの実施希望頻度は、現状よりも高い。
- 継続意向のある雇用型テレワーカーの実施希望頻度は週2日が最も多く、次いで週1日、週5日以上が高い。半数以上が週3日以上を希望。
- 7割以上は週1以上の出社と組み合わせたハイブリットワークを希望

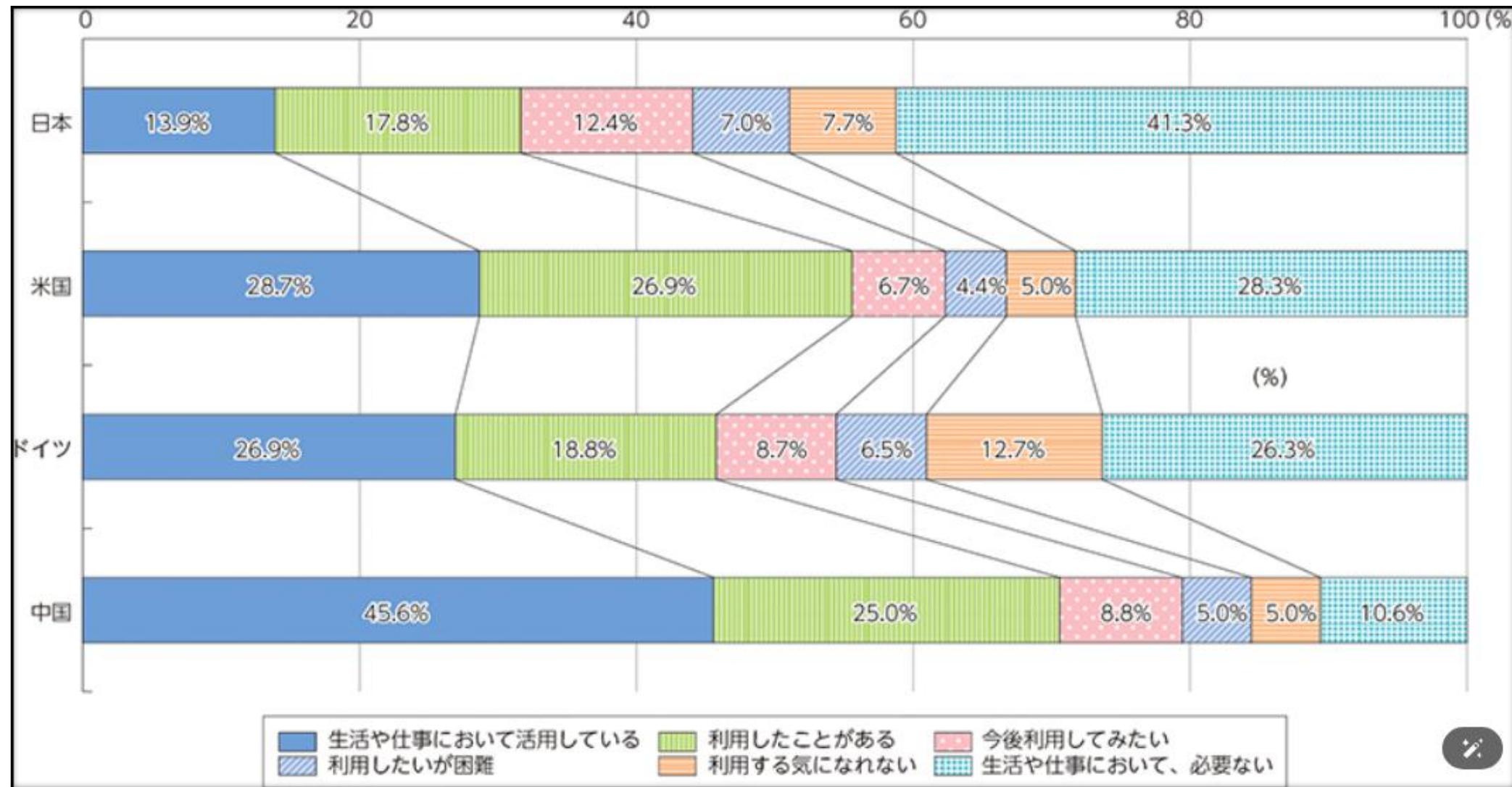
継続意向のある雇用型テレワーカーの実施希望頻度と現状の実施頻度

継続意向のある雇用型テレワーカー (n=5,672)

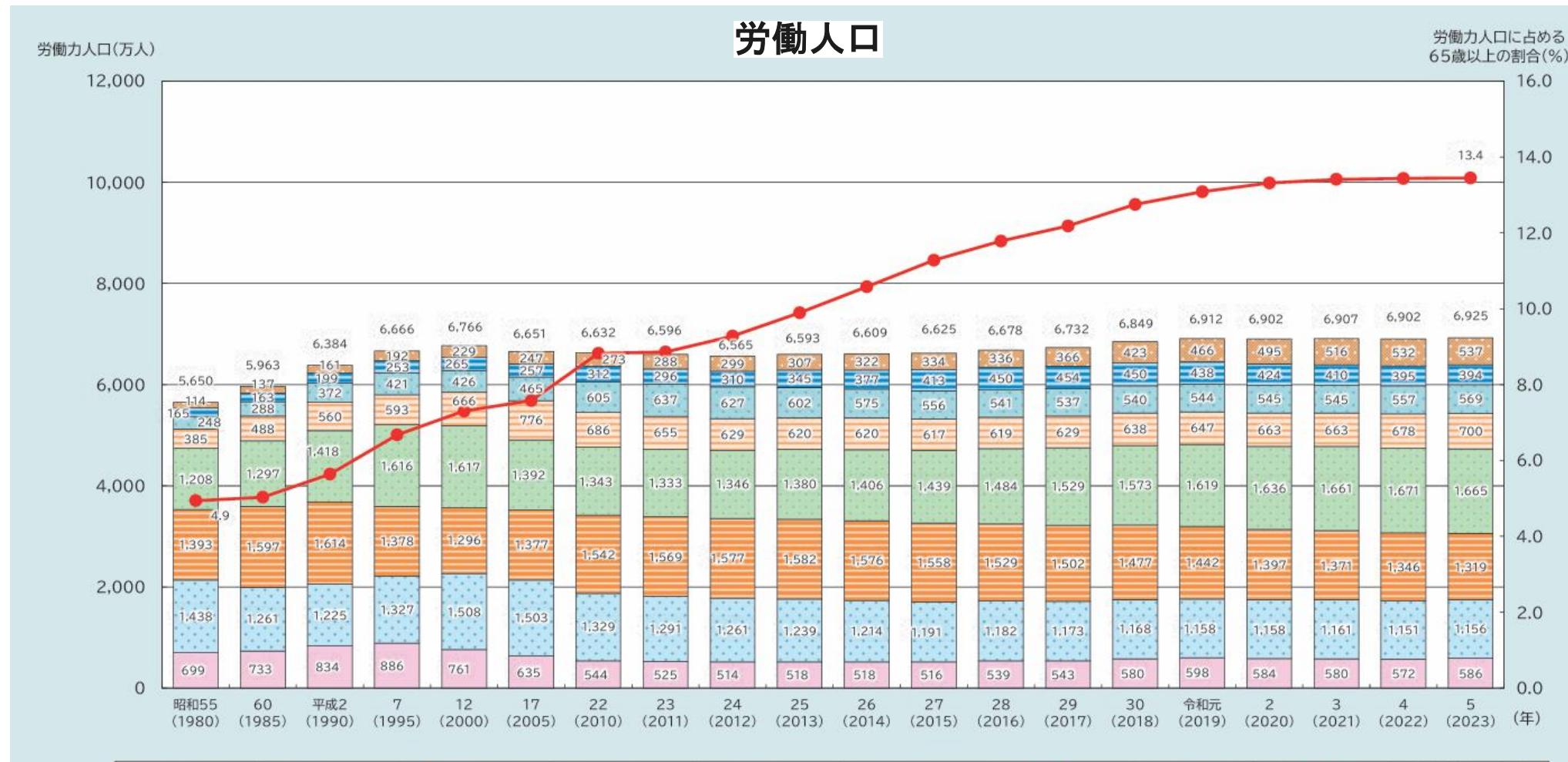


総務省 令和6年版 情報通信白書

テレワーク・オンライン会議の利用状況(個人・国際比較)



内閣府 令和6年版高齢社会白書



資料：総務省「労働力調査」

(注1) 年平均の値

(注2) 「労働力人口」とは、15歳以上人口のうち、就業者と完全失業者を合わせたものをいう。

(注3) 平成23年は岩手県、宮城県及び福島県において調査実施が一時困難となったため、補完的に推計した値を用いている。

(注4) 四捨五入のため合計は必ずしも一致しない。

育児介護休業法 テレワークに関する法改正

| | |
|--------------|--|
| 2025年4月1日施行 | <p>【追加】 3歳に満たない子を養育する労働者に関し、育児短時間勤務制度を講ずることが困難な場合の代替措置の選択肢の1つにテレワークが追加されました。</p> |
| | <p>【努力義務】 3歳に満たない子を養育する労働者で育児休業をしていないもの、又は要介護状態にある対象家族を介護する労働者で介護休業をしていないものがテレワーク等を選択できるように措置を講ずることが、事業主の努力義務となりました</p> |
| 2025年10月1日施行 | <p>【義務】 事業主は、3歳から小学校就学前の子を養育する労働者に対して、職場のニーズを把握した上で、①始業時刻等の変更、②テレワーク等（10日以上/月）、③保育施設の設置運営等、④養育両立支援休暇（就業しつつ子を養育することを容易にするための休暇）の付与（10日以上/年）、⑤短時間勤務制度、の中から2つ以上の措置を選択して講じなければなりません。</p> |
| | <p>【義務】 3歳に満たない子を養育する労働者に対して、子が3歳になるまでの適切な時期に、事業主は柔軟な働き方を実現するための措置として上記で選択した制度（対象措置）に関する以下の周知事項の周知と制度利用の意向の確認を、個別に行わなければなりません</p> |

テレワークを取り巻く概況

- 労働力確保は急務
- 「テレワーク」は、働く（ための）手段の一つ
- IT化をきっかけとしたテレワークが普及
 - 業種・業界の広がり→できない業種といった言い訳がしにくい
 - 人材確保へつながる
- 育児介護休業法の改正



「みんなでやろうテレワーク」ではなく、「わたしのためのテレワーク」に

【第7回テーマ】

地方でのビジネス実践も テレワークは不可欠

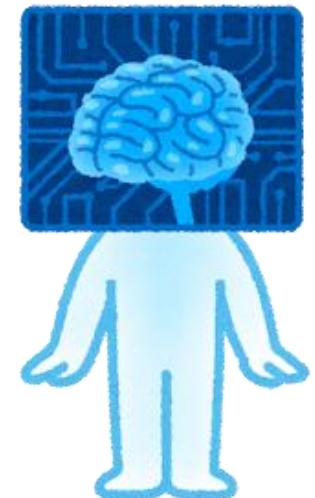
テレワークが地方のビジネス実践に役立つ理由

① 人材確保の幅が広がる

- ・テレワークを活用すれば、**都市部の優秀な人材や専門人材を遠隔で採用・活用**できます。
- ・地元に住みながら都市部の仕事を請けることも可能になり、**地方在住者の働く機会の拡大**につながります。

② 移動や地理的制約の解消

- ・打合せや営業のために出張する必要が減り、**時間と交通費の削減**ができます。
- ・災害や天候の影響を受けた場合、事業継続性（BCP）の面でも有効です。



③ 地方ならではの暮らしと両立できる働き方

- ・通勤時間が短縮されることで、**地域活動・家庭・趣味・副業などとの両立**がしやすくなります。
- ・「住みたい場所で働ける」ことで、**地方移住や関係人口の増加**にも寄与します。

④ 企業の生産性・競争力向上

- ・オンラインツール活用により、**情報共有や意思決定のスピード**が上がります。
- ・テレワーク導入の過程で業務の見直し・効率化が進み、**生産性の高い組織文化**が育ちます。

⑤ 地域経済の活性化

- ・サテライトオフィスやコワーキングスペースの整備により、**新たな交流やビジネス機会**が生まれます。
- ・首都圏企業の地方展開や、地元企業との協業が促されることで、**地域の産業多様化や経済循環の拡大**につながります。

株式会社太陽コミュニケーションズのお取り組み事例



太陽フィットネスクラブ
スイミング アクアピクス エアロピクス ヨガ

山口県萩市、長門市、島根県益田市にて、スイミングスクール、総合型スポーツクラブ、高齢者向け運動教室、公共施設の指定管理などを運営。地域の健康づくりに貢献している。

② 移動や地理的制約の解消



専務取締役
ひら い たけし 健
NPO法人アクティブ太陽理事長

さんにお話しを伺いました



移動時間“ゼロ”へ



通勤や移動が大変なのはどこも同じンガ！

株式会社太陽コミュニケーションズのお取り組み事例

環境整備は、しっかり結果に繋がるンガ！

- ④企業の生産性・競争力向上
- ⑤地域経済の活性化



「情報の環境整備」

これまで徹底してきた清掃などの「物的環境整備」と考え方を一にするもので、情報を整理整頓し、誰もが必要な情報にアクセスしやすくすることで業務を効率化

【全社員へのiPad導入】

全社員にiPadを支給し、いつでもどこでも必要な情報にアクセスできる環境を構築。これにより、場所に縛られない働き方を可能にしました。

【コミュニケーションのデジタル化】

チャットツールを導入し、日報やクレーム、各拠点での改善事例などをリアルタイムで共有。スタッフ間の迅速な連携を実現し、問題解決のスピードを向上させました。

【テレワーク環境の整備】

自宅でも報告書作成などの業務ができる環境を整備。これにより、移動時間を業務や自己研鑽の時間に充てられるようになり、柔軟な働き方をサポートしました。

【サービス品質の向上】

拠点間で改善事例が即座に共有されるようになり、会社全体のサービスレベルが向上。迅速な情報共有は、顧客満足度の向上にも繋がっています。



株式会社太陽コミュニケーションズのお取り組み事例

- ① 人材確保の幅が広がる
- ③ 地方ならではの暮らしと両立できる働き方

【女性が輝く職場環境】

ママさんインストラクターが子どもの看病などで急に休む際も、iPadを通じてスムーズに情報共有や引継ぎが可能に。安心して働き続けられる環境が整い、従業員満足度が向上しました。

【エンゲージメントの向上】

「社員は家族」という創業者の理念が、DXを通じて令和の時代に合った文化として浸透。コロナ禍という逆境にあっても、この理念のもと雇用を維持し、オンラインでの資格取得を支援するなど、人的資本経営を実践しました。



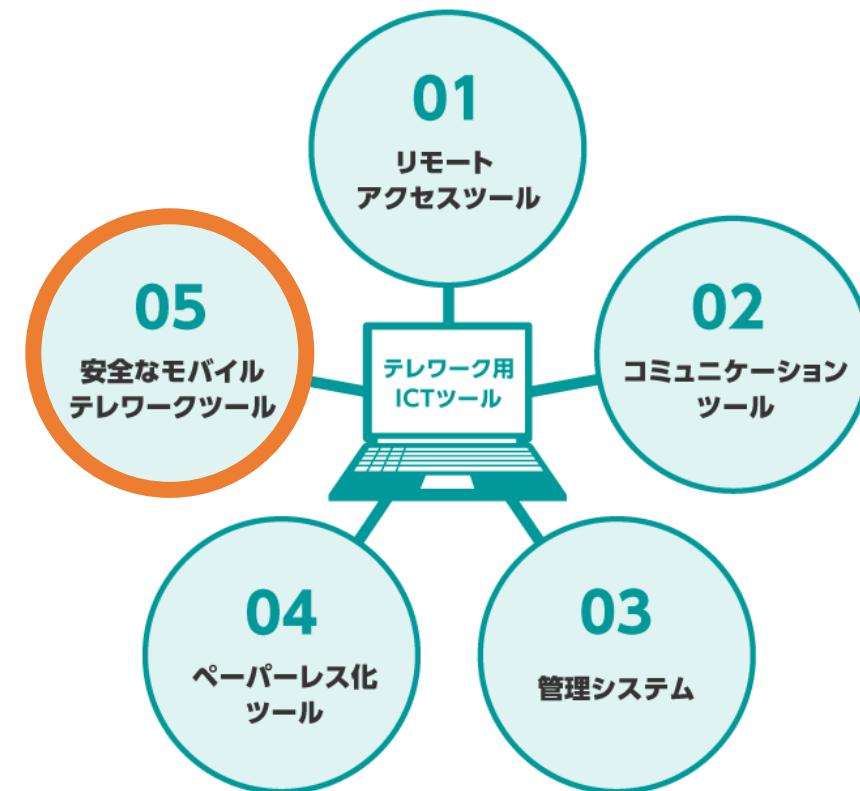
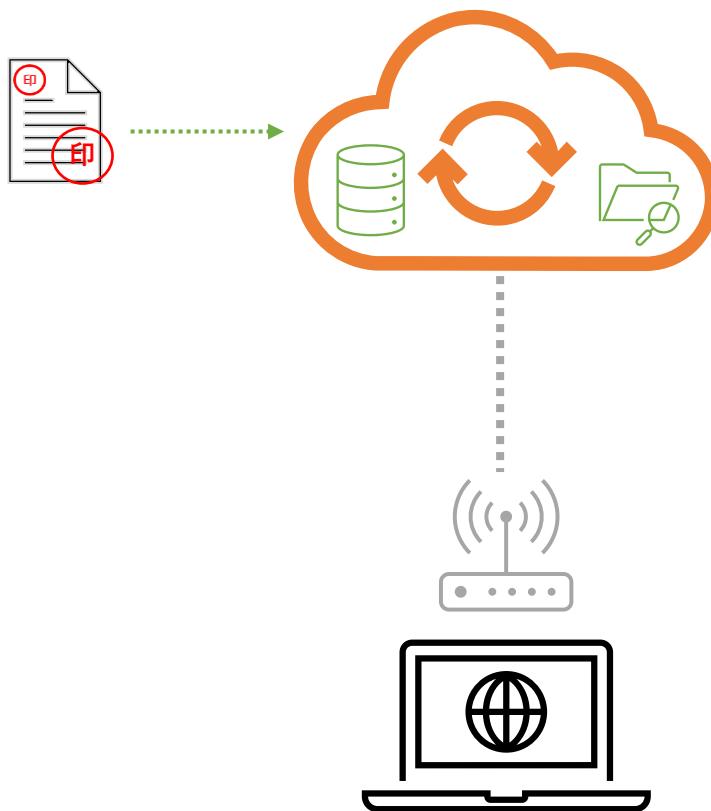
“結果的に “人材確保や暮らしと仕事の両立に繋がるンガ”

ICTの留意点



テレワークに必要なICTツール

まずは、モバイル端末、通信環境、業務用データがあればスタートできます。
何よりも業務に必要な情報とプロセスがデジタル化されていること、セキュリティが担保されていることが重要です。



テレワーク時代で何が変わったのか？

働く場所

→ コントロール外

- ・PC等情報機器の紛失/盗難リスク増
- ・ネットワーク接続経路の複雑化
- ・家族等による誤操作
- ・オンライン会議の常用
- ・ひとりぼっち (有事の対応)

情報資産の格納場所

→ クラウド

- ・キャビネット→サーバ→クラウドストレージ
- ・業務システム→SaaS・PaaSの普及

サイバー攻撃

→ ランサムウェア・ビジネス詐欺

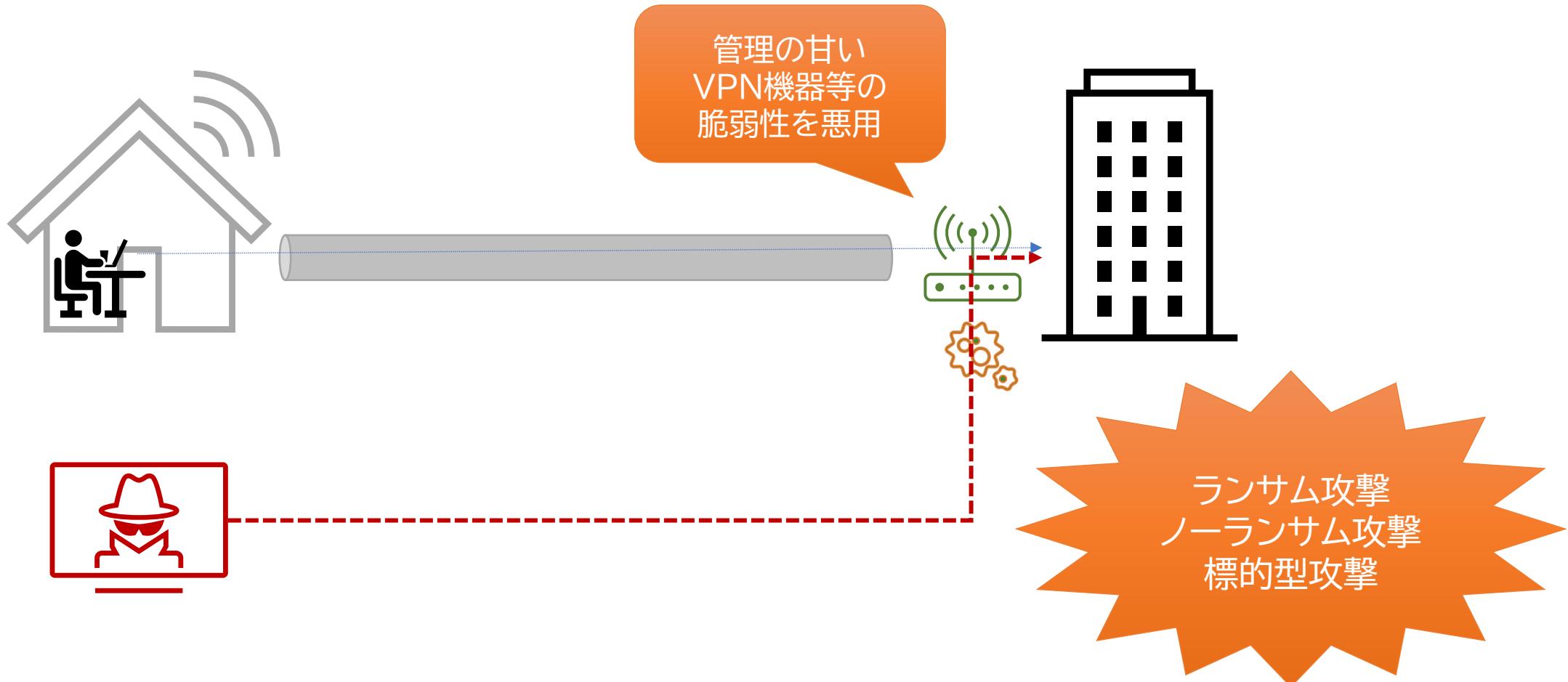
- ・6000憶回の攻撃（国内）
- ・巧妙なマルウェア
- ・金銭狙い悪質化

情報セキュリティ10大脅威2025

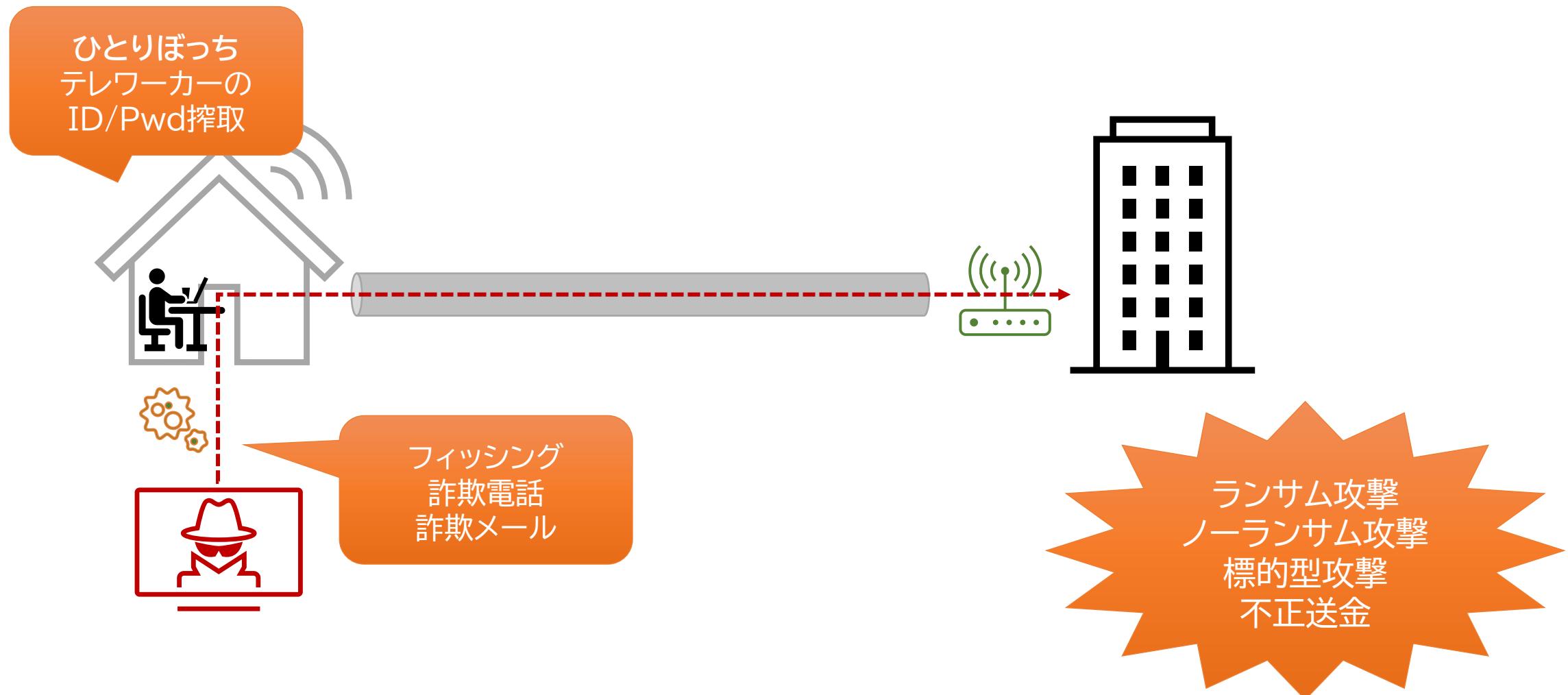
| 順位 | 「組織」向け脅威 | 初選出年 | 10大脅威での取り扱い (2016年以降) | 「個人」向け脅威(五十音順) | 初選出年 | 10大脅威での取り扱い (2016年以降) |
|----|-----------------------|-------|--------------------------|-----------------------------|-------|--------------------------|
| 1 | ランサム攻撃による被害 | 2016年 | 10年連続10回目 | インターネット上のサービスからの個人情報の窃取 | 2016年 | 6年連続9回目 |
| 2 | サプライチェーンや委託先を狙った攻撃 | 2019年 | 7年連続7回目 | インターネット上のサービスへの不正ログイン | 2016年 | 10年連続10回目 |
| 3 | システムの脆弱性を突いた攻撃 | 2016年 | 5年連続8回目 | クレジットカード情報の不正利用 | 2016年 | 10年連続10回目 |
| 4 | 内部不正による情報漏えい等 | 2016年 | 10年連続10回目 | スマホ決済の不正利用 | 2020年 | 6年連続6回目 |
| 5 | 機密情報等を狙った標的型攻撃 | 2016年 | 10年連続10回目 | 偽警告によるインターネット詐欺 | 2020年 | 6年連続6回目 |
| 6 | リモートワーク等の環境や仕組みを狙った攻撃 | 2021年 | 5年連続5回目 | ネット上の誹謗・中傷・デマ | 2016年 | 10年連続10回目 |
| 7 | 地政学的リスクに起因するサイバー攻撃 | 2025年 | 初選出 | フィッシングによる個人情報等の詐取 | 2019年 | 7年連続7回目 |
| 8 | 分散型サービス妨害攻撃(DDoS攻撃) | 2016年 | 5年ぶり6回目 | 不正アプリによるスマートフォン利用者への被害 | 2016年 | 10年連続10回目 |
| 9 | ビジネスメール詐欺 | 2018年 | 8年連続8回目 | メールやSMS等を使った脅迫・詐欺の手口による金銭要求 | 2019年 | 7年連続7回目 |
| 10 | 不注意による情報漏えい等 | 2016年 | 7年連続8回目 | ワンクリック請求等の不当請求による金銭被害 | 2016年 | 3年連続5回目 |

出典：IPA（独立行政法人 情報処理推進機構）

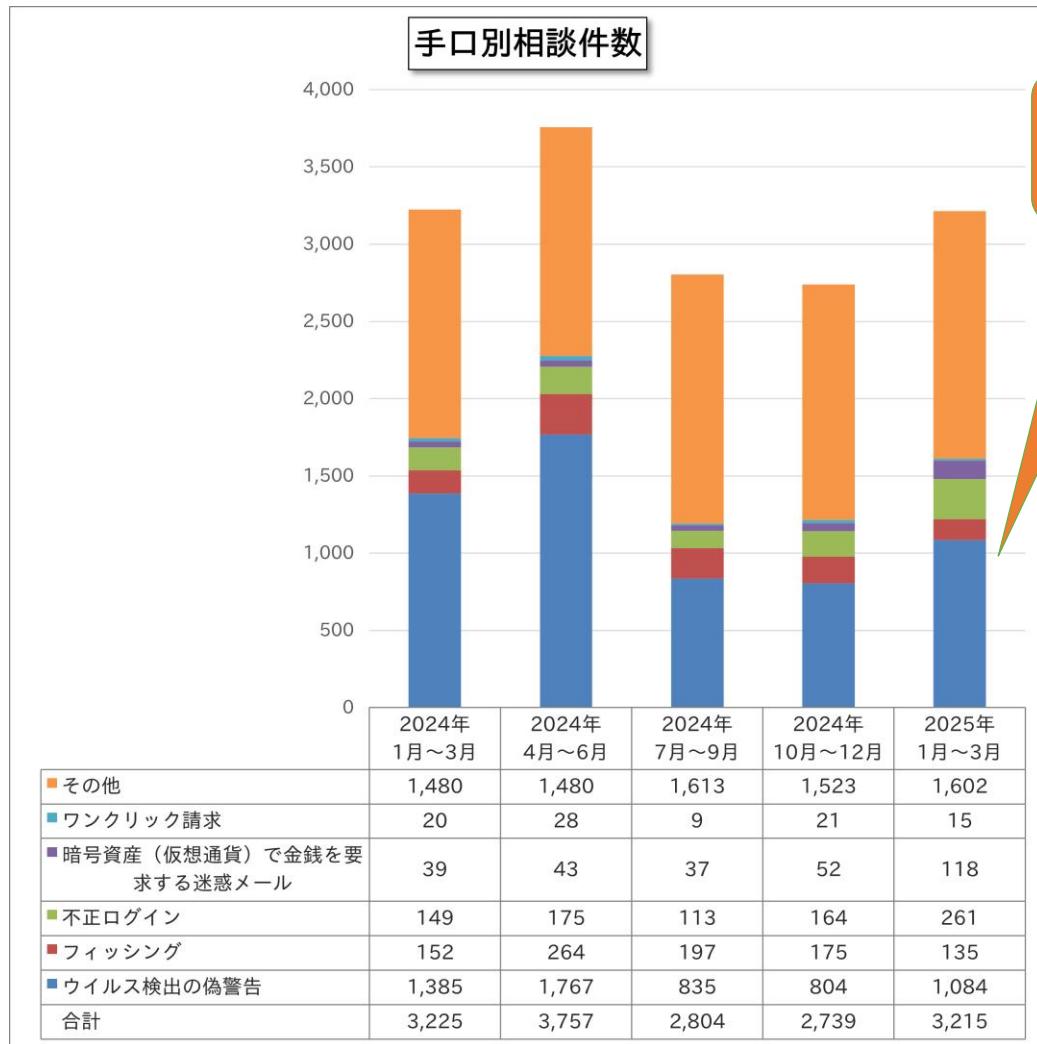
テレワーク等の環境や仕組みを狙った攻撃①



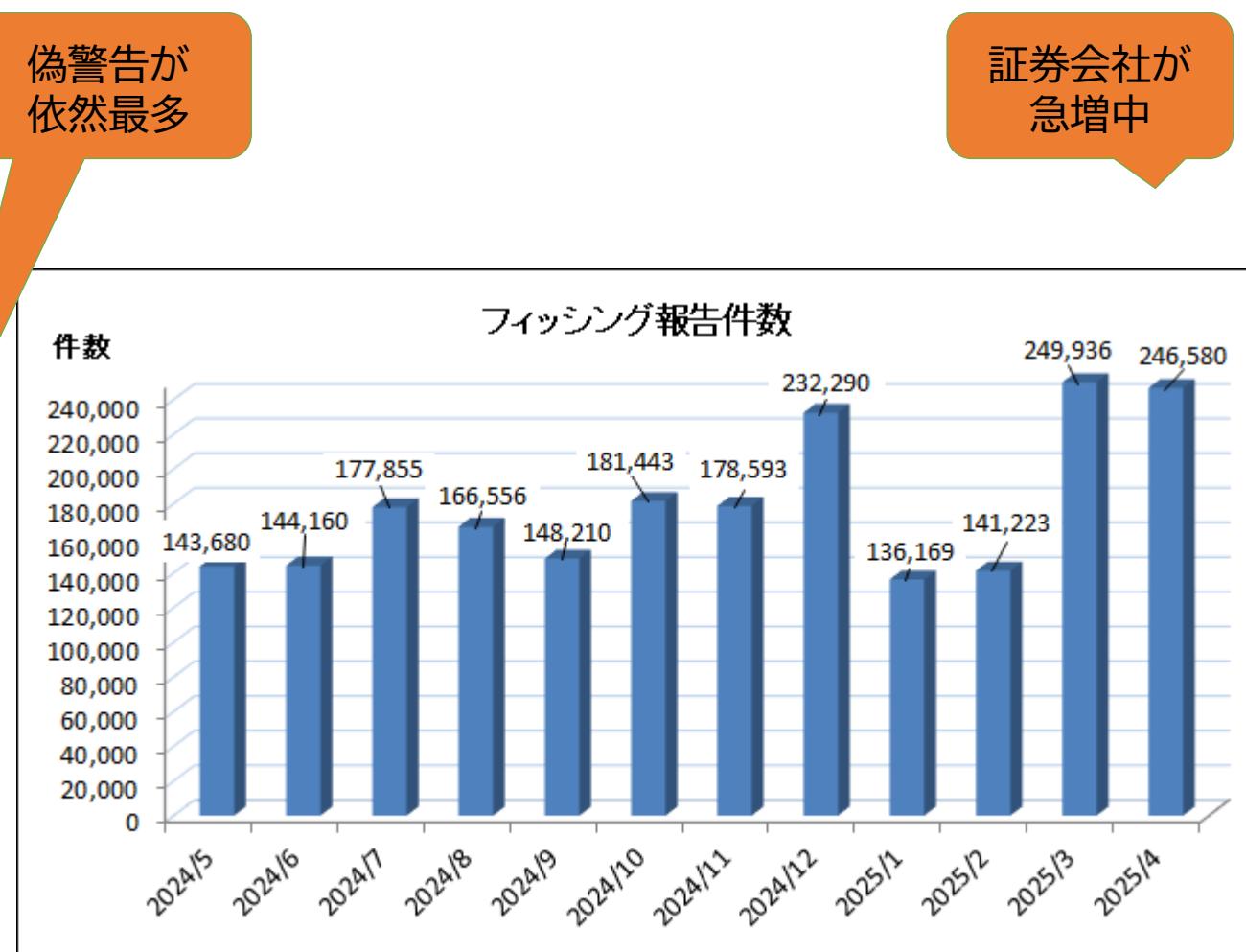
テレワーク等の環境や仕組みを狙った攻撃②



セキュリティ相談・報告件数



出典：IPA（独立行政法人 情報処理推進機構）



出典：フィッシング対策協議会

ウイルス検出の偽警告



マイクロソフトセキュリティ
アラーム、エラーナンバー
XXXXXXX。
あなたのPCは第2バンクトロイ
ヤンに感染しています。
このウィルスはクレジット
カード情報、Facebookのパス
ワード、その他の個人情報を
リモートIPアドレスを通して
ハッカーに送信します。
フリーダイヤルで当社に
今すぐお電話ください。



出典：一般財団法人 日本サイバー犯罪対策センター

巧妙化するフィッシング

カード会社から請求金額のお知らせ

The image is a collage of screenshots from the PayPay mobile application. It includes:

- A top banner for a bill payment from "Iwaki City" for 5,000 yen.
- A section titled "Bill Payment Confirmation" with options to "Check with the app" or "Check with the browser".
- A message about the app being unavailable for certain users.
- A section for "Last Month's Points" with a QR code.
- A "PC screenshot" of a bill payment screen with a QR code.
- A "PayPay's official website" login screen.
- A "Net Cashback" section with a QR code.
- A "Net Cashback" section with a QR code.
- A "PayPay's official website" login screen.
- A "QR code payment" section with a QR code.
- A "QR code payment" section with a QR code.
- A "Bill Payment Confirmation" section with a QR code.
- A "Bill Payment Confirmation" section with a QR code.

The screenshots illustrate the various ways users can interact with their PayPay accounts and services.

証券会社からキャンペーンのお知らせ

| | |
|---|--|
| 三菱UFJモルガン・スタンレー証券 | |
| 平素より格別のご愛顧を賜り厚く御礼申し上げます。 | |
| キャンペーン概要 | |
| キャンペーン名称 | 口座内の資産評価額が1,000万円以上のお客さまに現金20,000円プレゼント キャンペーン |
| 対象期間 | 2025年4月1日（火）～2025年6月30日（月） |
| 対象者条件 | キャンペーン期間中に口座内の資産評価額が1,000万円以上のお客さま |
| 対象商品・サービス | 国内株式、外国株式、投資信託、債券など当社取扱いの全金融商品 |
| キャンペーン内容 | 対象者条件を満たしたお客さまへ現金20,000円をプレゼント |
| プレゼント時期 | 各月の翌月末 |
| 三菱UFJモルガン・スタンレー証券 | |
| <p>▼キャンペーンエントリーはこちら https://www.sc.mufg.jp/index.html <https://c</p> <p>※本メールはシステムにより自動送信されております ※送信専用アドレスでのみ返信できません ※無断転載を禁じます</p> <p>商号等: 三菱UFJモルガン・スタンレー証券株式会社 金融商品取扱い業者 加入協会: 日本証券業協会、一般社団法人日本投資顧問業協会、 第二種金融商品取引業協会、一般社団法人日本STO協会</p> | |
| <p>スマートフォンサービスログイン</p> <p>口座番号 <input type="text"/> <small>(半角数字)</small></p> <p>ログインパスワード <input type="password"/> <small>□ パスワードを表示する (チェックの際は、周囲から他人に見られないようご留意ください)</small></p> <p>ロック解除 ログイン</p> <p>① 動作確認環境はこちら </p> <p>② ログインできない方/パスワードを忘れた方はこちら </p> <p>③ ソフトウェアキーボードとは </p> | |
| <p>三菱UFJモルガン・スタンレー証券株式会社 金融商品取扱い業者 関東財務局長(金商)第2336号 加入協会: 日本証券業協会、一般社団法人日本投資顧問業協会、 一般社団法人第二種金融商品取扱い業者 一般社団法人第三種金融商品取扱い業者</p> | |
| <p>Copyright (c) 2025 Mitsubishi UFJ Morgan Stanley Securities Co., Ltd. All rights reserved.</p> | |

ガス会社から支払金額不足のお知らせ

【東京ガス】ご請求金額確定のお知らせ

いつも東京ガスをご利用いただき、ありがとうございます。

今月のご請求金額が確定しました。

口座残高が不足しており、お支払い方法も承認されていません。

サービスを続けるため、支払い情報を更新してください。

支払い情報を更新 <<https://●●●●●@k●●●●.cn/?idtoken=●●●●>> など

アプリで料金確認が便利！ いつでも確認でき、最大100ポイントが当たるロットにも参加できます。

*更新の有効期限は、72時間です。

メール文面の例

my TOKYO GAS

ご請求料金確定のお知らせ

日頃より東京ガスをご利用いただき、誠にありがとうございます。

今月のご請求金額が確定いたしました。

お客様の口座残高が現在のご請求金額に対して不足していることを確認いたしました。

また、お支払い方法が承認されておりません。サービスのご利用を継続していただくために、支払い情報の更新をお願い申し上げます。


お支払い方法を更新する

<<https://mytokayagas-beginosi.shj●●●●.cn/api/mtgas/auth/login/>> など

よくあるご質問

Q. 使用量が変わらないのに、ガス・電気代が高いと感じる

A. 資源価格の変動や為替の影響により、ガス・電気の料金が変動します。詳しくは[こちら](#)をご確認ください。

my TOKYO GAS

以下で電話番号を入力して請求書をご確認ください。

電話番号を入力(030 xxx xxx)

請求書をチェックする

my TOKYO GAS

請求書に記載された料金を支払ってください。

支払用URL

支払用QRコード

支払用電話番号

支払用FAX番号

支払用E-mail

my TOKYO GAS

お支払い料金が確定しています。早速お支払いをお願いいたします。

請求情報

料金額: 10,000円

請求書番号: 034321234

請求期間: 2023/6/1 - 2023/6/30

料金額: 80,231円

すべて表示する

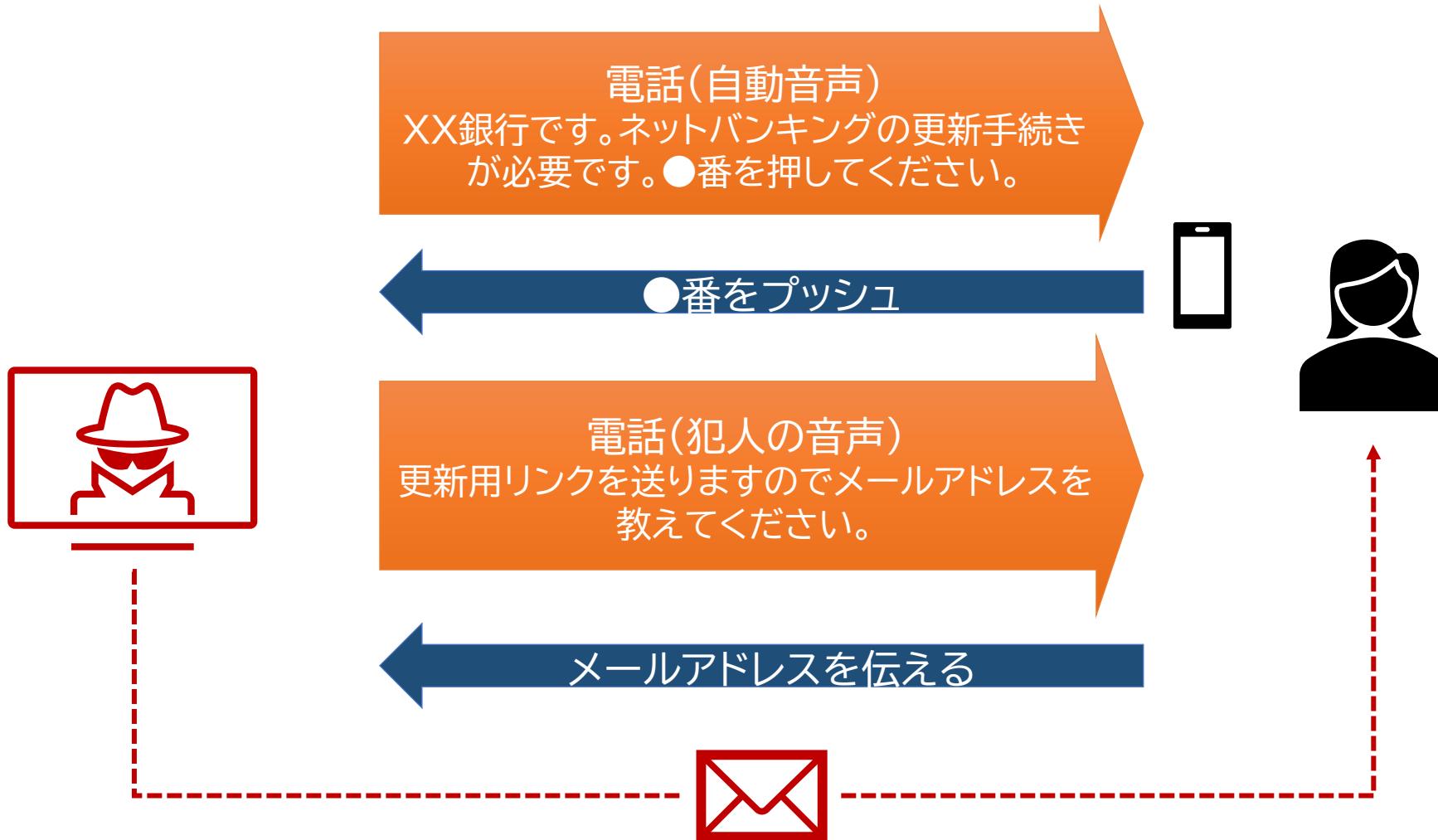
料金確認はアドバリが便利！

いつでも簡単に確認できるだけでなく、最大100ポイントが当たるバッヂをロッ

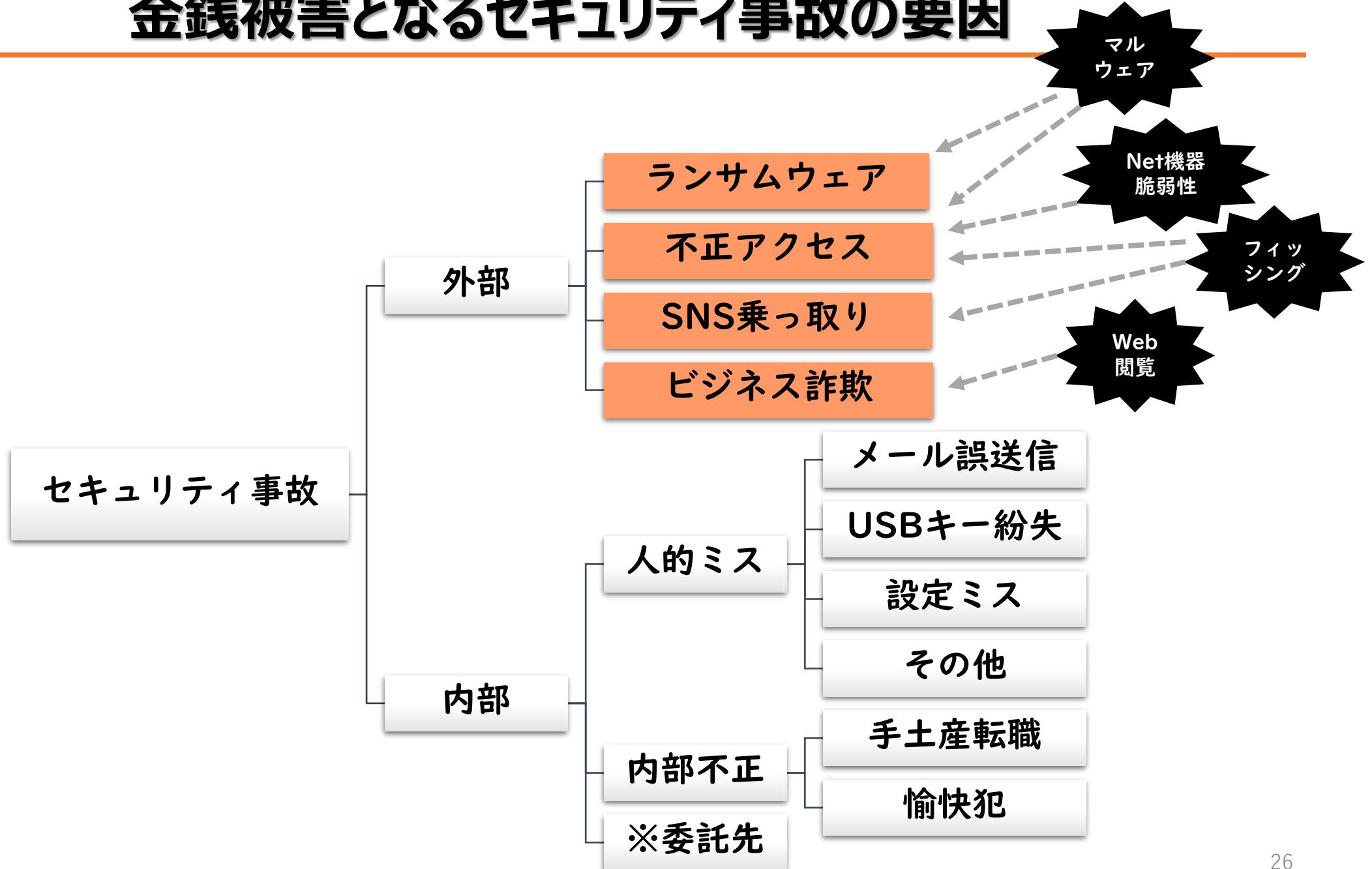

TOKYO GAS

出典：フィッシング対策協議会

ボイスフィッシング（ビッシング）



金銭被害となるセキュリティ事故の要因



まずはミニマム対策7条

特定・防御(脆弱性の点検)

最新パッチ
(端末)

教育・訓練
(犯罪手口の共有)

パスワード強化
(使いまわし禁止)

防御・検知(侵入機会の最小化)

最新パッチ
(自宅含むNet機器)

クラウド設定
(委託・退職者ID)

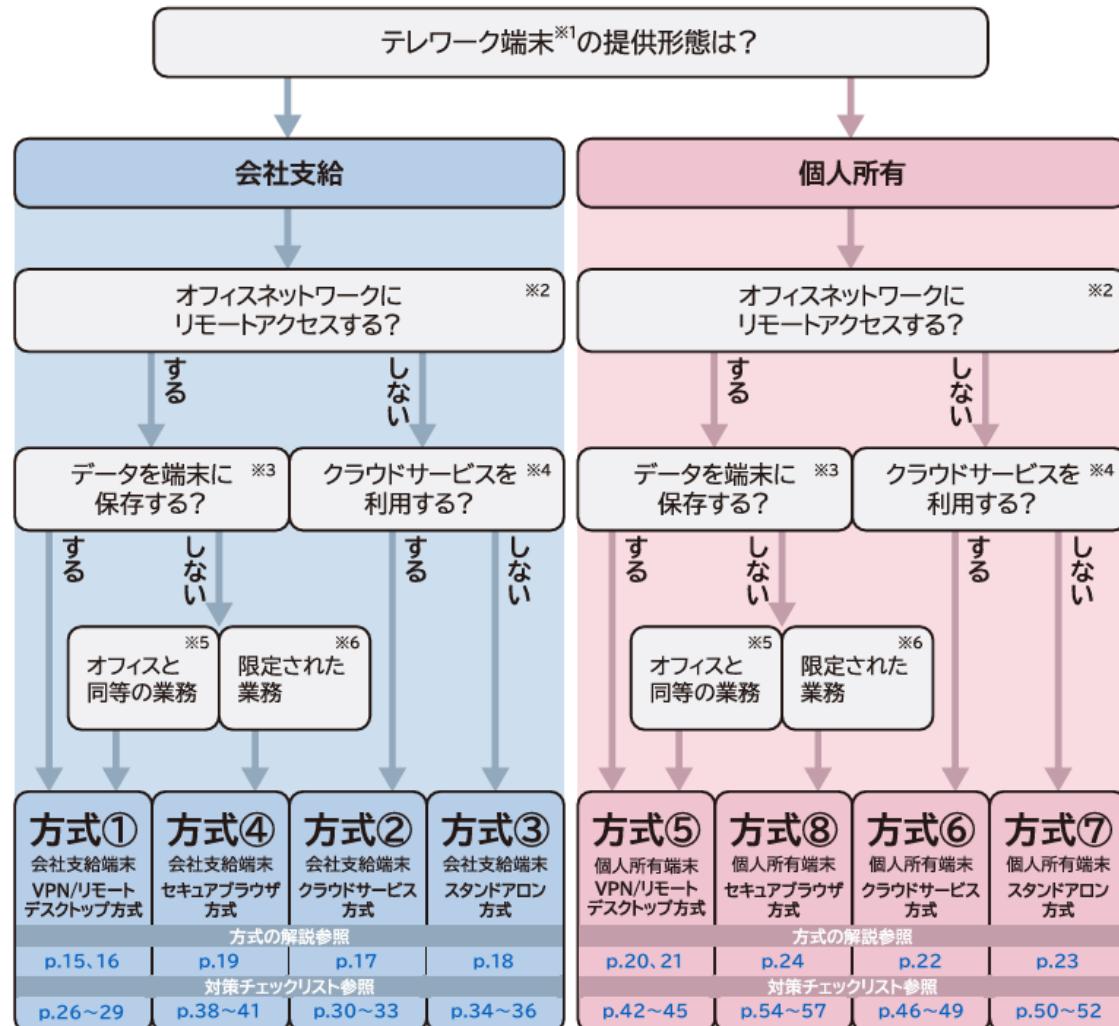
対応・復旧(被害の最小化)

オンラインバンキング・クレカ決済
多要素認証

有事の手順
相談窓口

中小企業等担当者向けテレワークセキュリティの手引き

https://www.soumu.go.jp/main_content/000816096.pdf



方式① テレワークセキュリティ 対策チェックリスト(1/4)

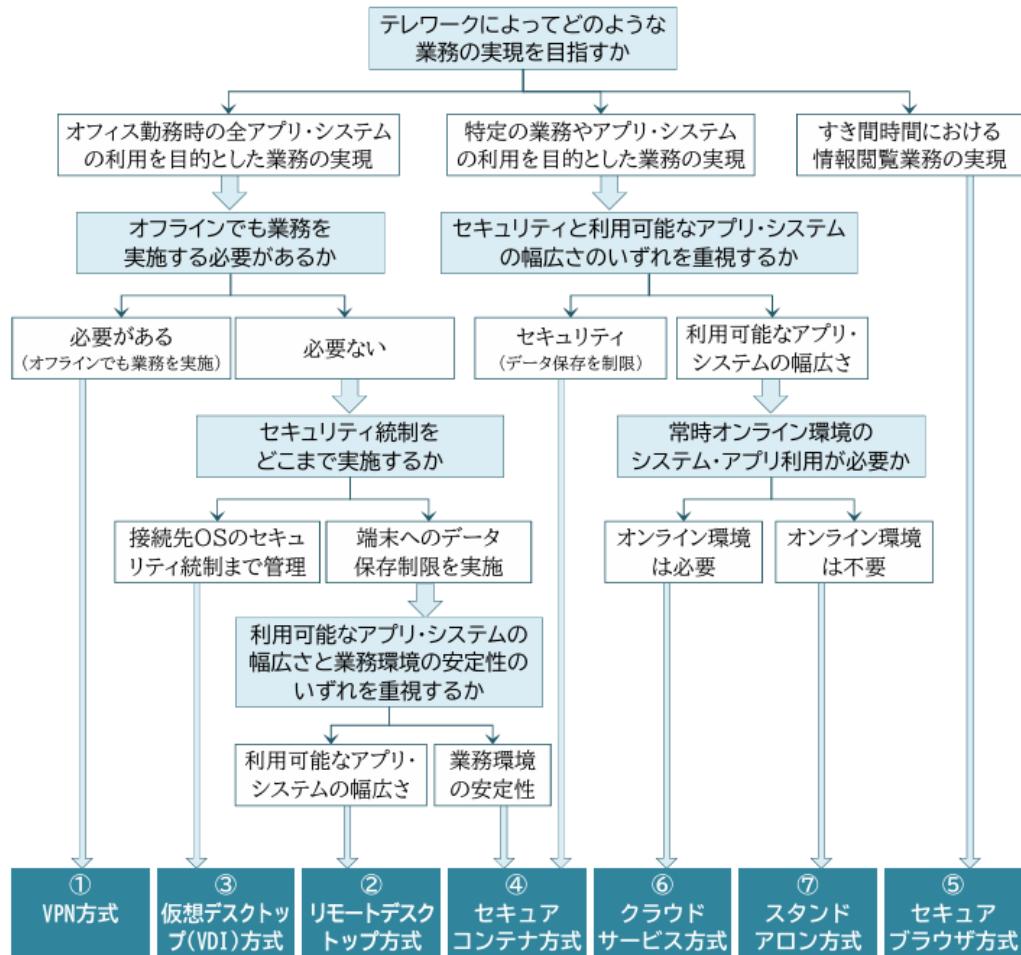
会社支給端末: VPN/リモートデスクトップ方式

※対策内容の下線付き用語については、p.88 以降で解説しています。

| 優先度: ◎ | No. | 分類 [p.70~87] | 対策内容 | 対応済 | 想定脅威 [p.65~69] |
|--------|-----|-----------------------------|---|--------------------------|-------------------------------------|
| 1-1 | 1-1 | 資産・構成管理 → p.71 | テレワークには許可した端末のみを利用するよう周知し、テレワーク端末とその利用者を把握する。 | <input type="checkbox"/> | マルウェア感染 不正アクセス 盗難・紛失 |
| 1-2 | 1-2 | 資産・構成管理 → p.71 | テレワークで利用しているシステムや取り扱う重要情報を把握する。 | <input type="checkbox"/> | 不正アクセス 情報の盗聴 |
| 2-1 | 2-1 | マルウェア対策 → p.72, 73 | テレワーク端末にウイルス対策ソフトをインストールし、リアルタイムスキャンを有効にする※1。ウイルス対策ソフトの定期ファイルを自動更新する設定にするか、手動で更新するルールを作成する。 | <input type="checkbox"/> | マルウェア感染 |
| 2-2 | 2-2 | マルウェア対策 → p.72, 73 | 不審なメールを開封し、メールに記載されているURLをクリックしたり、添付ファイルを開いたりしないよう周知する。 | <input type="checkbox"/> | マルウェア感染 |
| 3-1 | 3-1 | アクセス制御・認可 → p.74, 75 | 許可されたのみが重要情報を利用できるよう、システムによるアクセス制御やファイルに対するパスワード設定等を行う。 | <input type="checkbox"/> | 不正アクセス |
| 4-1 | 4-1 | 物理セキュリティ → p.76 | テレワーク端末にのぞき見防止フィルタを貼り付けるよう周知する。 | <input type="checkbox"/> | 情報の盗聴 |
| 4-2 | 4-2 | 物理セキュリティ → p.76 | テレワーク端末から離れる際には、スクリーンロックをかけるよう周知する。 | <input type="checkbox"/> | 情報の盗聴 |
| 5-1 | 5-1 | 脆弱性管理 → p.77, 78 | テレワーク端末にはメーカーサポートが終了したOSやアプリケーションを利用しないよう周知する。 | <input type="checkbox"/> | 不正アクセス |
| 5-2 | 5-2 | 脆弱性管理 → p.77, 78 | テレワーク端末のOSやアプリケーションに対して最新のセキュリティアップデートを適用するよう周知する。 | <input type="checkbox"/> | 不正アクセス |
| 5-4 | 5-4 | 脆弱性管理 → p.77, 78 | テレワーク端末から社内にリモートアクセスするためのVPN機器等には、メーカーサポートが終了した製品を利用せず、最新のセキュリティアップデートを適用する。 | <input type="checkbox"/> | 不正アクセス |
| 7-1 | 7-1 | インシデント対応・ログ管理 → p.80, 81 | セキュリティインシデントの発生時や、そのおそれがある状況に備えて、対応手順及び関係者への各種連絡体制を定め、従業員に緊急連絡先を周知する。 | <input type="checkbox"/> | マルウェア感染 不正アクセス 盗難・紛失 情報の盗聴 |

総務省テレワークセキュリティガイドライン

https://www.soumu.go.jp/main_content/000752925.pdf



推奨製品の
仕様・価格など

https://japan-telework.or.jp/tw_info/suguwakaru/guide/

やってみようかなと、少しでも思ったら



はろー

てれ わーく

0120-86-1009

平日9時から17時



sodan@japan-telework.or.jp



ご訪問して行うコンサルティングも、3回まで無料です。
IT系も労務管理系も、幅広く対応できます。

厚生労働省事業