

報道関係者各位

2026年3月3日
株式会社 GOOD PLACE
(旧株式会社コスモスモア)

フリーアドレスで働く 441 名の実態調査 在籍年数で異なる理想のオフィスと上司との距離感が判明

在籍 3 年未満の 28.8%が「上司は近くにいてほしい」、在籍 10 年以上と 3.7 倍の差

GOOD PLACE

調査レポート

フリーアドレスで働く 441 名の実態調査

在籍年数で異なる 理想のオフィスと上司との距離感が判明

在籍 3 年未満の **28.8%**が「上司は近くにいてほしい」、
在籍 10 年以上と **3.7** 倍の差



建物のリノベーション、オフィス構築、バックオフィス業務のアウトソーシングを通じて「より良い場」を創造する建築会社の株式会社 GOOD PLACE (旧株式会社コスモスモア、本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：宮 信司) は、フリーアドレスオフィスで働く会社員 441 名を対象に「フリーアドレスオフィスの実態調査」を実施しました。

調査の結果、フリーアドレスオフィスで働く会社員の内、「完全フリーアドレス」を求めるのは 44.2%で、次いで「固定席 (20.9%)」、「フリーアドレスと固定席の混在型 (16.6%)」、「チーム共有席 (13.4%)」と回答が分かれました。

また、在籍 3 年未満では 28.8%が「上司は近くにいてほしい」と回答した一方、在籍 10 年以上では 7.8%となり、3.7 倍の差がみられるなど、在籍年数によって理想とするオフィスや上司との距離感が異なる傾向も見られました。

さらに、「アプリやシステムで席を予約」している企業では満足度が 77.2%と「席をルールなく自由に選ぶ」方式の 57.1%より約 20 ポイント高くなりました。

結論として、フリーアドレスの利用にも多様な形式が求められていて、フリーアドレスのメリットを最大化するためには、企業特性や従業員の傾向に応じた設計・運用の工夫が必要ということがうかがえる結果となりました。

座席運用における不満の 1 位は「静かに作業できる席が足りない」(29.7%) であり集中できる環境へのニーズが高い実態も浮き彫りとなりました。この結果から、フリーアドレスにおいては、会話や集中環境のバランスを意識した「音のグラデーション」が重要である可能性も示唆されます。

調査結果サマリー

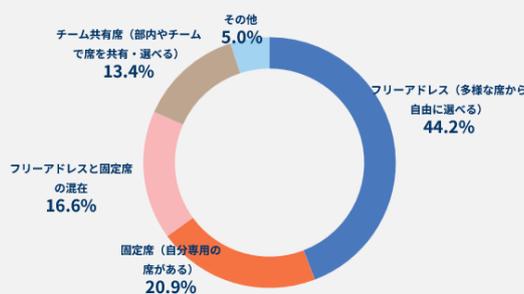
- 1) フリーアドレスを理想とするのは44.2%。固定席を求める層は20.9%と、多様なニーズが存在
- 2) 在籍3年未満の28.8%が「上司は近くにいるほしい」、在籍10年以上と3.7倍の差
- 3) 座席予約システム利用者の満足度は77.2%、「席をルールなく自由に選ぶ」方式より20ポイント高い
- 4) フリーアドレスオフィスの不満ランキング1位は「静かに作業できる席が足りない」
- 5) 会議室不足を在籍3年未満の50.4%が指摘、在籍10年以上(26.1%)の1.9倍

調査結果詳細

1) フリーアドレスを理想とするのは44.2%。固定席を求める層は20.9%と、多様なニーズが存在

理想とする座席タイプの傾向

Q. あなたが「最も快適に働ける」と思う座席タイプを選んでください。(n=441)



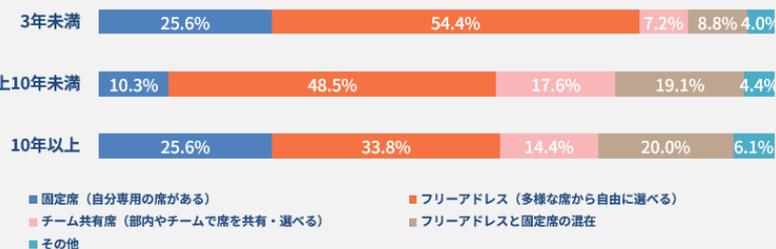
フリーアドレスを理想とするのは44.2%で、固定席20.9%、混在型16.6%、チーム共有席13.4%となりました。フリーアドレス以外を求める層が過半数(55.8%)を占めています。

GOOD PLACE

【分析】在籍年数別：理想の座席タイプ

Q. あなたの勤続年数(現在の会社での在籍期間)を教えてください。(n=441)

Q. あなたが「最も快適に働ける」と思う座席タイプを選んでください。(n=441)



固定席を希望する割合は、在籍3年未満25.6%、3-10年未満10.2%、10年以上25.5%と、U字カーブを描きました。在籍年数によって求める座席タイプが異なることが分かりました。

GOOD PLACE

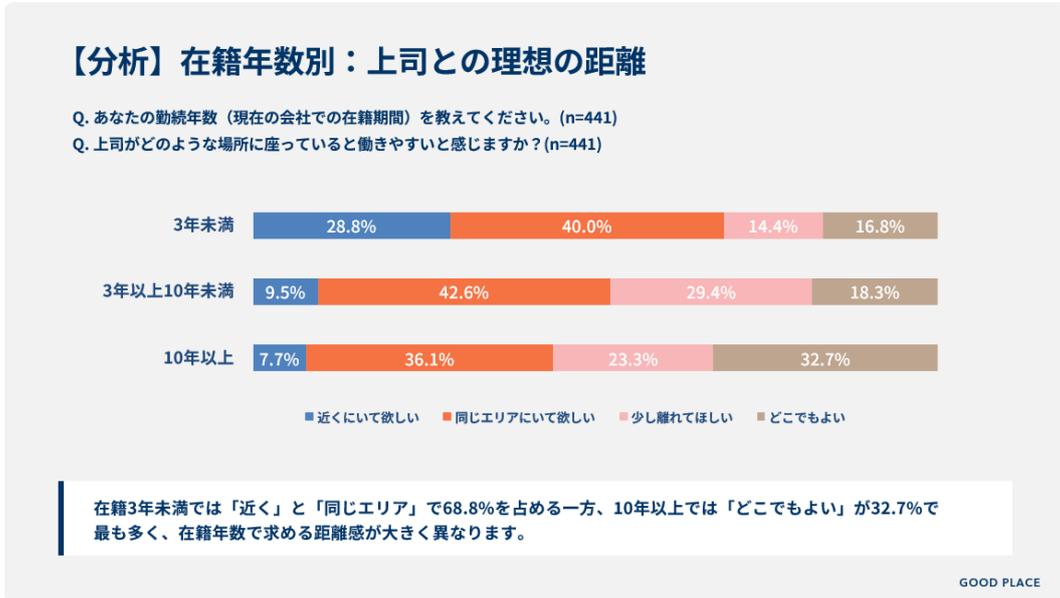
フリーアドレスオフィスで働く社員に「最も快適に働ける座席タイプ」を尋ねたところ、「フリーアドレス(多様な席から自由に選べる)(44.2%)」、「固定席(自分専用)(20.9%)」、「フリーアドレスと固定席の混在型(16.6%)」、「チーム共有席(部内やチーム内で席を共有・選択できる)(13.4%)」となりました。

現在フリーアドレスオフィスで働く社員でも、固定席やチーム単位の座席を求める層も多く、「完全フリーアドレス」以外を望む回答が全体の半数以上を占めることが明らかになりました。

さらに在籍年数別に見ると、在籍3年未満と10年以上の層で固定席を希望する割合が、いずれも25.6%と全体平均を上回る結果とな

りました。これは、3～10年未満の層と比較して2倍以上の差であり、在籍年数によってニーズが分かれる傾向が見て取れます。

2) 在籍3年未満の28.8%は「上司は近くにいてほしい」、在籍10年以上と3.7倍の差

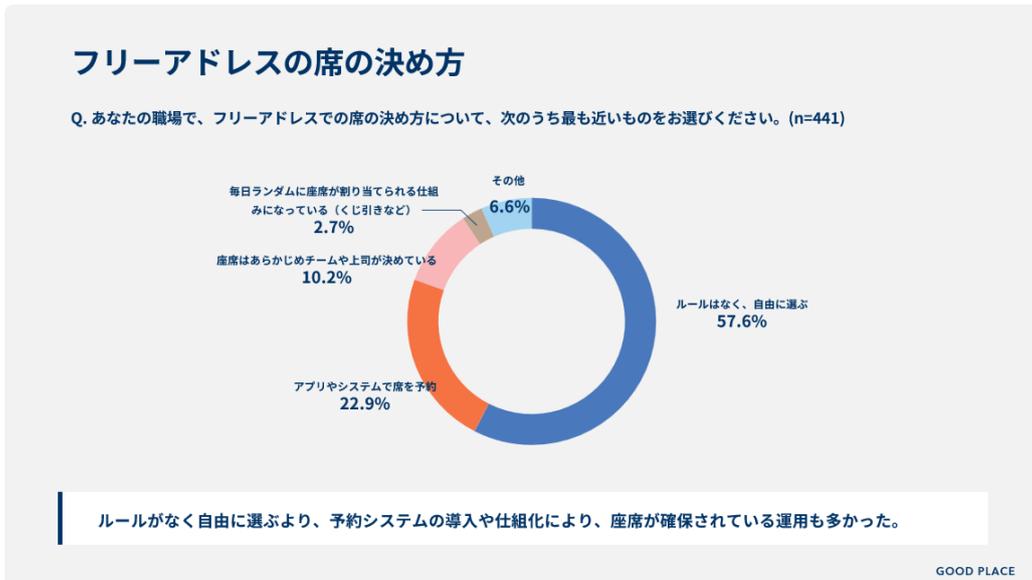


次に「上司がどのような位置に座っていると働きやすいと感じますか」という問いに対しては、「同じエリア内にいてほしい(39.2%)」、「近くにいてほしい(14.3%)」という結果となりました。

これを、在籍年数別で比較すると、在籍3年未満では「近くにいてほしい」と回答した割合が28.8%と全体平均を大きく上回るのに対して、在籍3～10年は9.6%、在籍10年以上では7.8%にとどまり、在籍年数が増えるほど上司との距離を保ちたいという傾向が現れました。在籍3年未満と10年以上を比較すると3.7倍の差が見られます。

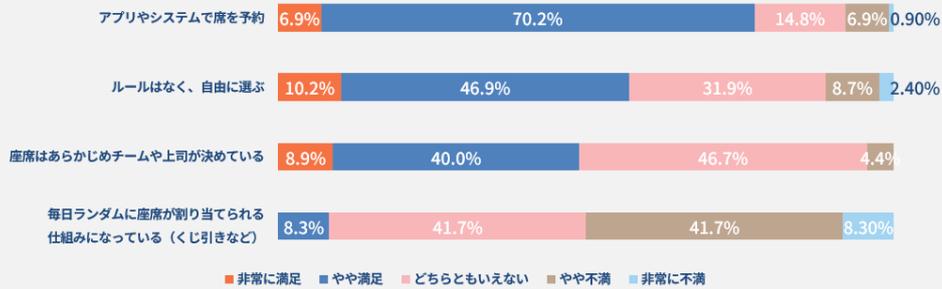
また、「上司が近くにいることで、どのように感じますか」という質問では、1位が「チームの意思決定や業務の進捗状況を迅速に把握できる(35.4%)」、続いて「業務に関する質問や相談を、相手の状況を見てすぐにできる(30.2%)」となり、上司の存在は監視ではなく相談の機会として機能していることが見受けられます。

3) 座席予約システム利用者の満足度は77.2%と自由に席を選ぶ運用よりも20ポイント高い



席の決め方と満足度の相関

Q. あなたの職場で、フリーアドレスでの席の決め方について、次のうち最も近いものをお選びください。(n=441)
 Q. 現在のオフィス全体に対する満足度を教えてください。(n=441)



自由な席よりも、システム等で座席を確保できる運用の方が、従業員の満足度は20ポイント以上高い結果となった。

GOOD PLACE

フリーアドレスでの席の決め方の設問では、「ルールはなく自由に選ぶ (57.6%)」が最多となり、次いで「アプリやシステムで席を予約する (22.9%)」という結果となりました。一方、席の決め方別の満足度を比較すると、「アプリやシステムで席を予約している」人の77.2%が満足 (「非常に満足 (6.9%)」、「やや満足 (70.3%)」) に達し、ルールなく自由に選ぶ方式 (57.1%) を約20ポイント上回りました。この結果から、事前に席を確保できる安心感や、業務内容に合わせて席を選べることで、満足度向上につながっていることが示唆されます。

4) フリーアドレスオフィスの不満ランキング1位は「静かに作業できる席が足りない」

フリーアドレスの座席運用における不満・課題

Q. あなたの職場の座席の運用について、不便・不満だと感じるものがあれば教えてください。(n=441)



全体の81%が何らかの不満を感じていた。「静かに作業できる席が足りない」(29.7%)、「会話や通話が多くて集中しづらい」(24.9%)と、音・集中環境への不満が上位を占めました。

GOOD PLACE

従業員が定義する「働きやすいオフィス」の条件

Q.あなたにとって「働きやすいオフィス」とは、どのような空間があることですか？（最大3つまで）（n=441）



「広さ」と「静けさ(集中環境)」が働きやすさの2大要件として重視されている傾向があった。

GOOD PLACE

フリーアドレスオフィスの座席運用における不便・不満については、1位が「静かに作業できる席が足りない（29.7%）、2位が「会話や通話が多くて集中しづらい（24.9%）」となり、音環境に関する課題が上位を占めました。特に1位となった静かな席不足に関する不満は、在籍年数に関わらず共通の悩みとなっており、「集中して作業できる環境」は、全従業員にとって切実な課題であることが浮き彫りとなりました。

また、働きやすいオフィスの条件としても、「静かな作業に集中できるエリア（クワイエットゾーン）（32.2%）」を求める声が多く、音環境への配慮はフリーアドレス設計において基本的な要件と言えます。

一方で在籍3年未満の不満1位は全体傾向とは異なり、「同じような席しかなく、その日の業務に合った席が選びにくい」という不満でした。割合は41.6%と高く、在籍10年以上層の9.4%と比較すると4.4倍の違いがありました。

5) 会議室不足を在籍3年未満の50.4%が指摘、在籍10年以上（26.1%）の1.9倍

【分析】在籍年数別：オフィス改善要望

Q.あなたの勤続年数（現在の会社での在籍期間）を教えてください。（n=441）

Q.現在のオフィス空間・座席設計について、不満・改善してほしいことや、「こんなオフィスだったらいいな」と感じることをお答えください。（n=441）



在籍3年未満では「会議室の数を増やしてほしい」が50.4%、「執務席を増やしてほしい」が28.0%と、10年以上（それぞれ26.1%、10.6%）を大きく上回りました。

GOOD PLACE

現在のオフィスに対する不満を在籍年数別に見ると、在籍3年未満の半数以上（50.4%）が会議室不足を指摘しており、これは10年以上（26.1%）の1.9倍にのぼります。また、「同じような席しかなく、その日の業務に合った席が選びにくい」という不満も、在籍3年未満で41.6%と高く、在籍10年以上（9.4%）の4.4倍となりました。

在籍3年未満の層は、上司との距離だけでなく、会議室や多様な席といった「業務の選択肢」を求めていることが見受けられます。

改善要望の有無については在籍3年未満が高く、オフィス環境に対して「特に改善してほしいことはない」と答えたのは8.0%

にとどまり、9割以上（92.0%）が何らかの改善を求めています。一方、在籍10年以上では23.9%が「改善してほしいことはない」と回答しており、環境に対する要求水準や課題感に約3倍の差があることが分かりました。

業務に慣れ自律的に働ける在籍10年以上の層と比べ、在籍年数の浅い層は「上司への相談」や「会議室での打ち合わせ」といったコミュニケーション環境への依存度が高く、現状のオフィスがそうした“育成期のニーズ”に十分応えきれていない実態が明らかとなりました。

本調査の詳細な結果は下記よりダウンロードできます。

https://www.goodplace.co.jp/news/wp-content/uploads/sites/2/2026/03/Free-Address-Workplace-Survey-Report_2603.pdf

調査概要

- ・調査内容：フリーアドレスオフィスの実態調査
- ・調査対象：フリーアドレスで働く会社員 441名
- ・調査期間：2025年12月19日～12月21日
- ・調査手法：インターネット調査

※調査結果の引用時のお願い 本調査内容を転載・ご利用いただく場合は、以下のご対応をお願いいたします。

- ・出典：株式会社GOOD PLACE「フリーアドレスオフィスの実態調査」（2026年）の記載
- ・コーポレートサイト：<https://www.goodplace.co.jp/> の併記 ※Webサイトでご紹介いただける場合は、上記URLへのリンク設置をお願いいたします。

従業員のエンゲージメントが向上するオフィスづくりとは

GOOD PLACE では、ソリューションPM※・設計・施工の三者からなるプロジェクトチームがオフィス構築のパートナーとして伴走することで、クライアントの現在のオフィスに関する課題を紐解きながら、より良い空間をご提案します。丁寧なヒアリング、必要に応じてファシリティデータの分析、インタビューやワークショップなどを基にクライアントへ最適な基本計画を策定したうえで、オフィス空間の設計を行います。設計に際してはシーンデザイン※を大切にしており、クライアントがオフィスで過ごす未来の姿を想像しながら空間を構築しています。プロジェクトキックオフ段階からソリューションPM、設計、施工担当者すべてが参画することで、一貫した品質の高いオフィスづくりが可能となり、従業員のエンゲージメントや企業ブランド向上に繋がります。



※ソリューションPM：GOOD PLACE が実践する、共創型の課題解決メソッド。プロジェクト専任のソリューションPMが窓口となり、クライアントの良き相談相手としてプロジェクト全体に伴走していきます。

※シーンデザイン：クライアントの企業活動に寄り添い、未来のユーザーの姿を想像したシーンデザインを実践することで、ソリューションとしての空間を提案しています。

- ・オフィス構築事業 資料ダウンロードページ <https://www.goodplace.co.jp/documents/download/?p=78&d=2231>
- ・オフィス事例紹介ページ <https://www.goodplace.co.jp/works/category/workplace/>

株式会社 GOOD PLACE について

GOOD PLACE（旧コスモスマア URL：<https://www.goodplace.co.jp/>）は、リクルートグループのリフォーム事業を担う会社として1990年に設立。その後、親会社のコスモスイニシア（東証スタンダード:8844）と共に2013年に大和ハウス工業（東証プライム:1925）のグループ企業となりました。「Make a GOOD PLACE」をブランドコンセプトに、オフィス構築事業やバックオフィス業務のアウトソーシング事業、リノベーションをはじめとする建築事業を展開し、働く場や集う場などさまざまな領域において、より良い場づくりを目指しています。2024年1月に株式会社コスモスマアから株式会社GOOD PLACEへ商号を変更いたしました。

本リリースに関するお問い合わせ

株式会社 GOOD PLACE コーポレート統括部ブランドマネジメント課 担当：吉町・三倉
PHONE：03-6892-2370（代表） E-mail：pr@gp.cigr.co.jp