



Office idea
Collection

vol.2
Concentration UP idea

集中力を高めるオフィス
アイデア

Office idea Collection Vol.2

Concentration UP idea

集中力を高めるオフィスのアイデア集

Concentration UP idea
CONTENTS

01 Prologue
はじめに

02 Key Points
オフィスで集中力を高める3つのポイント

03 Details
具体的な家具コーディネートと効果的な活用方法

04 Epilogue
おわりに



ソーシャルインテリア代表取締役
町野 健

集中力のアップにもいろいろあると思います。

まったく人と話をしなくていい状況なのかそうでないのか、はたまたその組み合わせなのか**状況は様々か**と思います。

一方で、**人は人を必要としている。**

一人でする仕事は、本質的にあまりないということを考慮すると、**人とどういう距離で仕事をしたいのか**ということかもしれません。

そして、それも業種、職種、会社の規模やフェーズによる部分もあるでしょう。

一言に集中といっても**何を大切にすることを解像度高くまず考え**、オフィス環境に落としていくことが極めて重要だと思います。

【集中力UPには距離感をコントロール】

集中力UPというと、人との距離感を意識しますが、**実は音や光の距離感**も重要です。

周囲の雑音を遮断したいのか、ディスカッションが必要なのか、快適な作業の為に明るさが必要なのか、創造するために目ではなく頭の中で物事を進めるか。集中力UPをベースとしたオフィスの空間作りでは、**自分の状況に合わせた環境を選べるレイアウト** にしています。

さらにその環境を個人の習慣やマインドセットにも意識した空間にすることで生産性と創造性の向上につながります。

定期的な休憩、適切なタスク管理、ポジティブ思考は集中力を持続させる為に不可欠です。

集中力UPで距離感をコントロールするという事は、

環境と習慣をバランスよく整えることができ、効率的な作業へと導きます。



デザイン監修
Laugh style代表
インテリアータルプロデューサー
MAKO

01 | Prologue



集中力を持続させるのは「アイデア」と「工夫」次第です

人と人との距離感、目的別による集中環境、そして適度に回復を取り入れることで

集中力がUPし、メンバーの活力を最大限に引き出します

本資料では「集中力を高める・持続する」ことにフォーカスしたオフィスイメージを提案しています

貴社のオフィスで「叶えたい」集中環境を想像してご活用ください

How to use?



叶えたいのは どんな集中環境ですか？

「集中力を高める」と一言で表しても、
さまざまなシーンを想定することができます。
これまでや現状の課題点から紐解いて、
これからの未来でどのような集中を
オフィスで促進させていきたいかを考えてみると、
必要な集中環境の作り方が見えてきます。

叶えたい集中環境から考える

どんな集中環境が必要でしょうか？



Quiet Space

01

誰とも話さずに
没頭できるくらい
に集中したい



Pomodoro Space

03

時間を区切って
メリハリをつけて
集中したい

超集中

集中

狭い場所に
こもって集中したい

02

Phone Booth



広いスペースで
ゆったりと集中したい

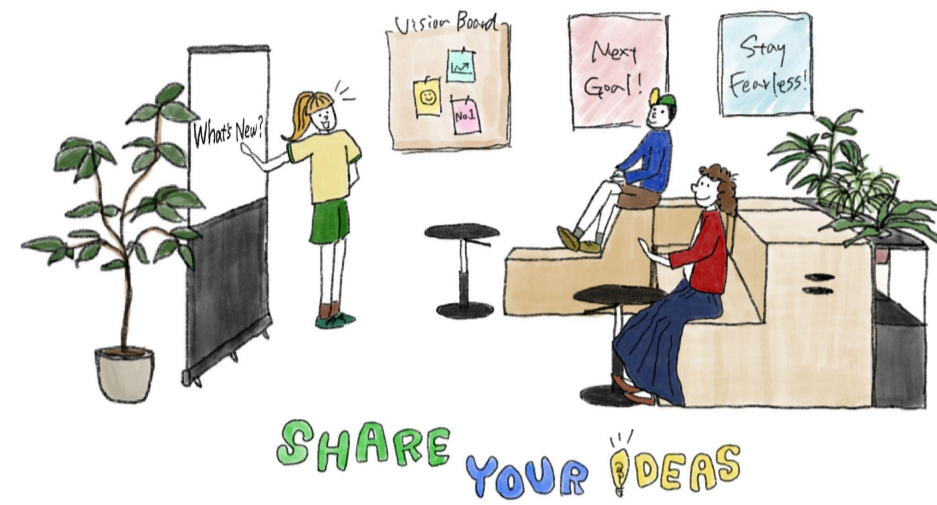
04

Think Space



集中の質を高めるためには回復する時間も必要です

リラクスペースもバリエーション豊かに



Breakthrough Space

05

息抜きに
誰かと話すことでブ
レイクスルーをした
い



Snack Space

07

ほっと一息
しやすい場所で
気分転換したい

集中

リラックス

06

マインドフルな
時間を作って
心と頭を休めたい

Digital Detox Space



08

思いっきり休める場所で
心と体をしっかり
回復させたい

Meditation Space



02

Key Points

オフィスで集中力を高める
3つのポイント



「叶えたい」集中環境の内容が明確になったら
それらをどう組み合わせしていくかを考えていきます
今回はポイントを3つにまとめました

Key Points

集中力を 高める3つのポイント



Point 1

直線的で無駄のない
スッキリとした動線計画

動線計画を直線的でシンプルにすることで、目的地まで迷わずに移動することができます
また、レイアウトも直線的にすることで無駄な動きをなくし集中力を維持しやすい環境を作ります

Point 2

機能性抜群の家具で
集中環境をサポート

家具の使い心地も集中力を大きく左右します
人間工学に基づいてデザインされた家具や、目的に合わせて選択できる家具を配置することで、長時間集中しても疲れづらく、快適な集中環境を整えます

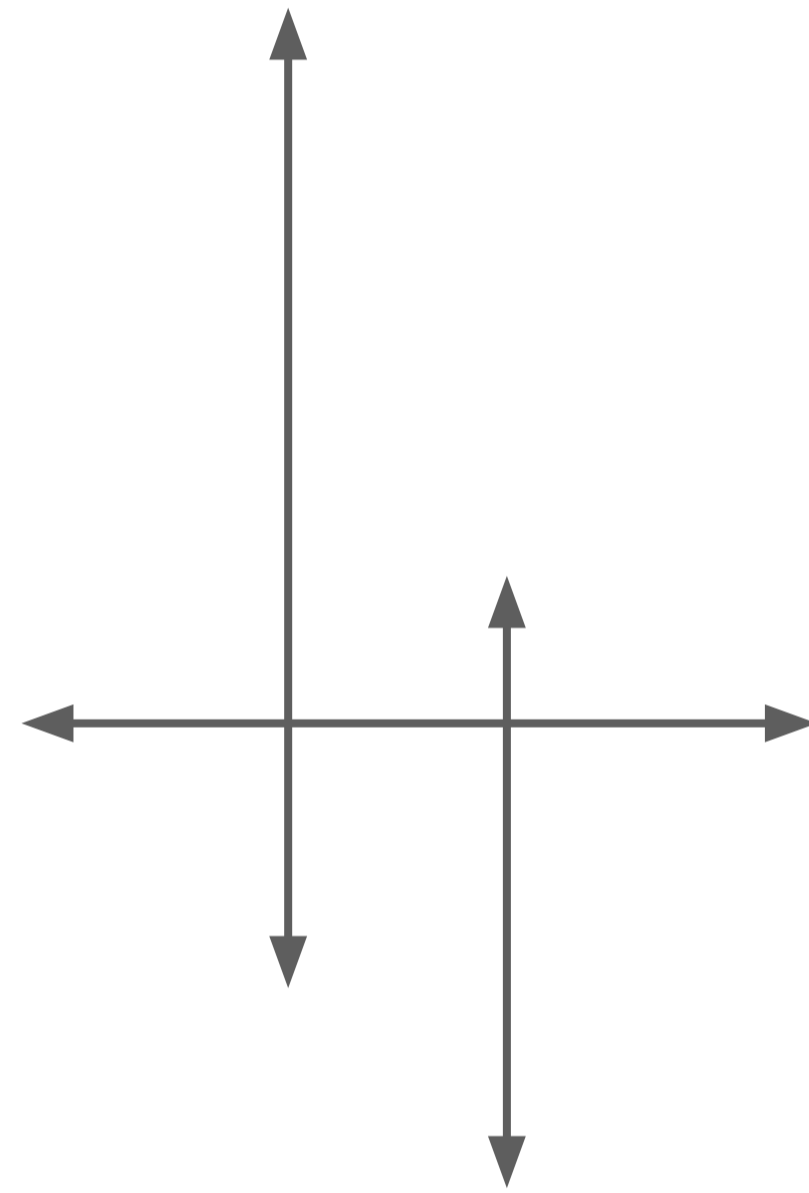
Point 3

ほどよい緊張感と静寂を生む
カラーコーディネート

オフィス全体の床や壁、家具の色はブラックやグレーなどモノトーンで統一し、落ち着きがありながらも気持ちを引き締めしてくれるデザインにします

直線的な動線計画

スッキリとした動線やレイアウトで無駄な動きをなくし思考もクリアに



- ✓ 通路とワークスペースの床材を変えたり、直線的な家具を取り入れる

通路の床材を異なる色や素材にしたり、ゾーニングやレイアウトを直線的にしたり、同じ家具を繰り返し並べることによって、直線や規則性を意識することができ視覚的にスッキリとした空間にすることができます



Point 1

直線的で無駄のない
スッキリとした動線計画

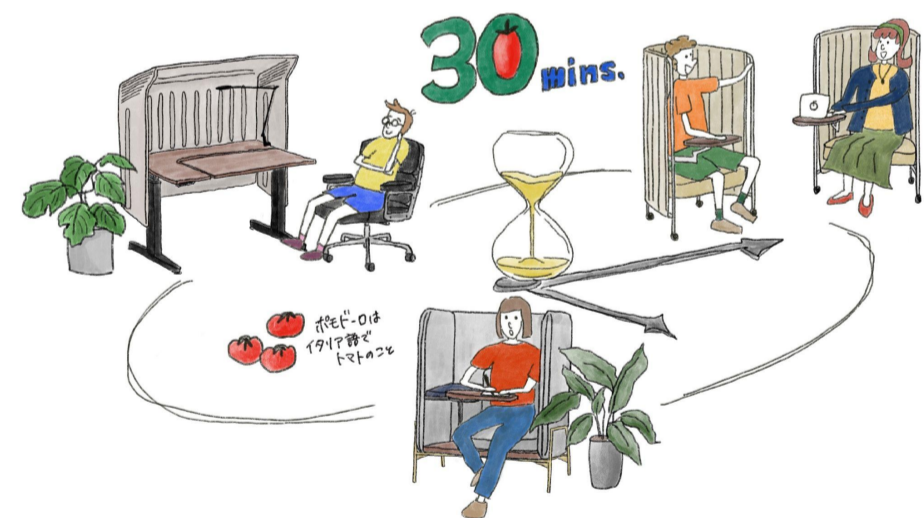
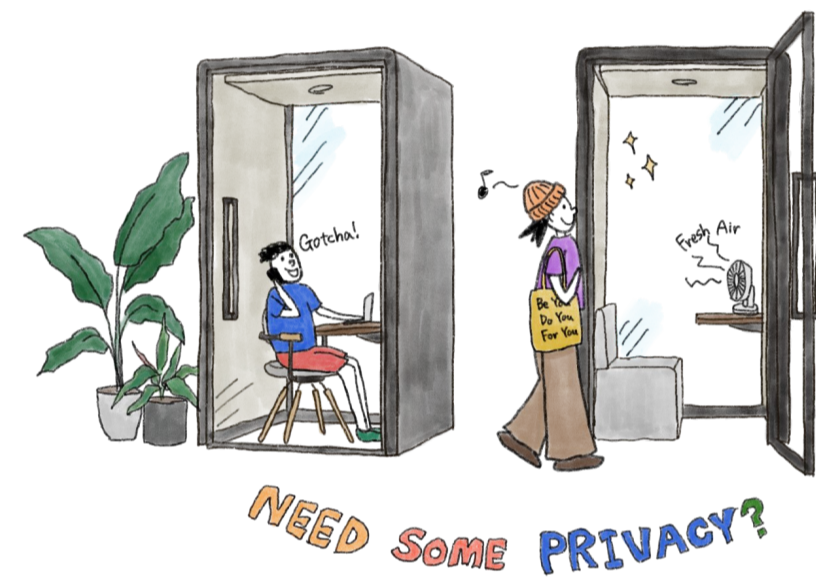
ゆるやかに空間を仕切る

閉塞感を感じる壁やパーテーションは避け、視線が抜ける空間に



- ✓ オープンシェルフを取り入れる

空間を仕切る際、壁やパーテーションを立ててしまいがちですが、息苦しさを覚える場所では集中力の低下に繋がることもあります。背の高い家具でもオープンタイプのものなど抜け感のあるものを選ぶと、閉塞感を軽減できます

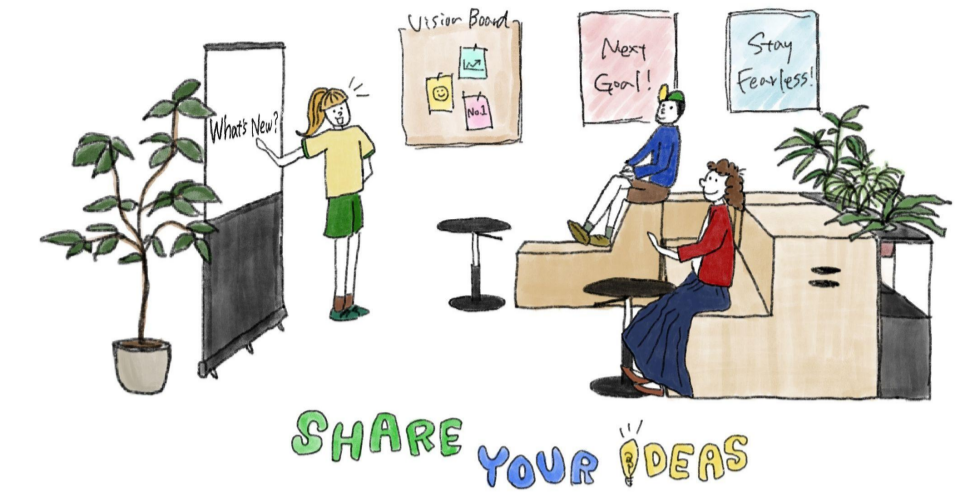


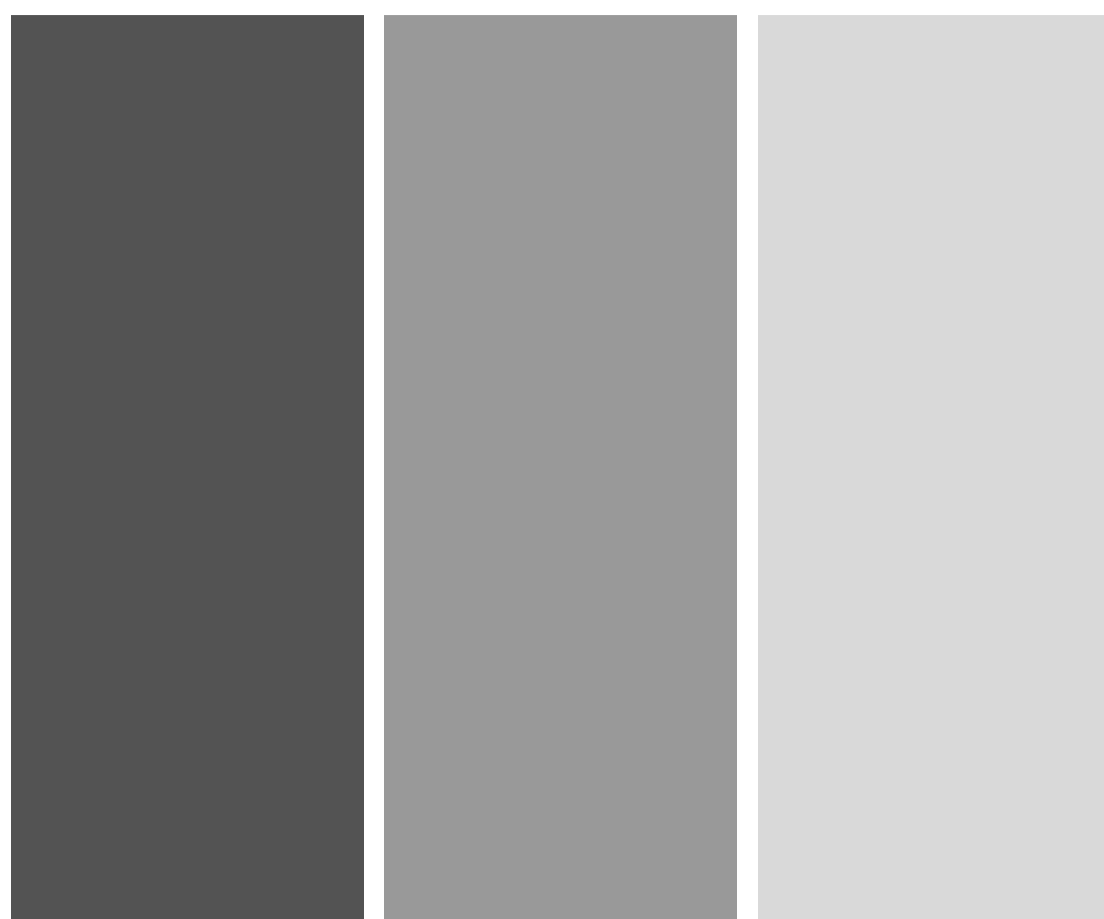
Point 2

機能性抜群の家具で
集中環境をサポート

目的に合わせた家具選びを

長時間の集中作業に最適な高機能
チェアや、周囲の視線や音を遮る半個
室ブースやソファ、複数人でシェアでき
るビックテーブルやベンチ、しっかり休
息できる心地良いベッドなど、目的に合
わせた家具を選ぶことが居心地の良さ
に違いがでます。





Black × Gray
Color Palette



軽く、強度に優れ、熱や電磁波を通しにくいアルミハニカムでできたエッジの効いたテーブル



プラスチックの女王と言われるアクリル素材でできた家具

Point 3

ほどよい緊張感と静寂を生む
カラーコーディネート

モノトーンインテリアの効果

ブラックやグレーなどモノトーンの色には創造性や集中力を高めるといわれています

また、リラックス空間には木素材など天然素材を合わせ

癒やし効果をプラスします



Acrylic



Aluminum



Chrome



Leather

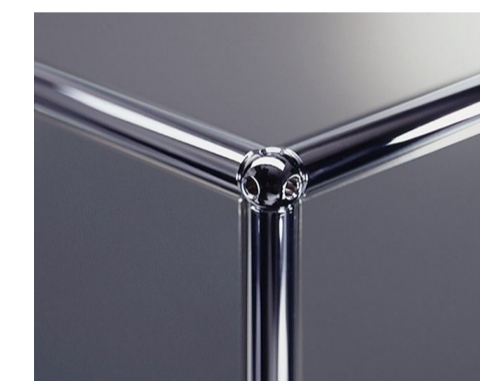


Wood

さまざまな素材をミックスすることで奥行きや表情が感じられる洗練された空間になります



小物もブラックを意識し統一感を出す



クロムメッキのディテールで空間を引き締める



リラックス空間には味わい深い木素材をプラス



高級感を感じさせるブラックの革張りの家具



01 最高の没入空間で仕事ができます



集中

リラックス

05 誰かに聞いてもらうことが
ブレイクスルーのきっかけになります

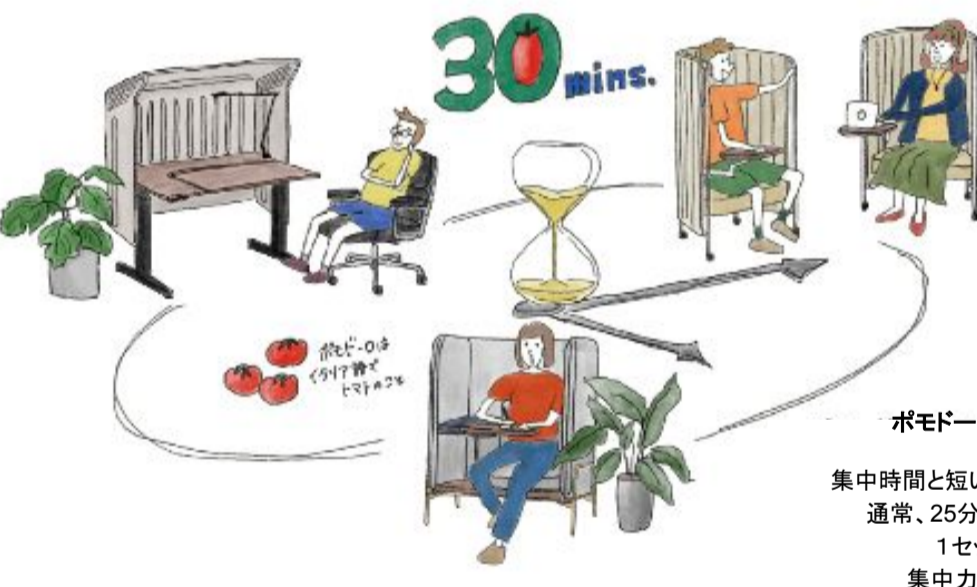


- | | | | | | | | |
|---|--|--|---|--|---|--|--|
| 01
Quiet Space
私語厳禁のノンコミュニケーションエリアで思考を深める時間をつくります | 02
Phone Booth
周辺の雑音を気にせずにオンラインや作業に集中できる環境をつくります | 03
Pomodoro Space
30分という時間制限を設けたエリアで時間を意識した集中ができます | 04
Think Space
本に囲まれた広い作業スペースが心地よく集中できる空間をつくります | 05
Breakthrough Space
小休憩が視点を変えるきっかけとなりブレイクスルーしやすい環境をつくります | 06
Digital Detox Space
携帯・PC持ち込み禁止エリアがデジタルから切り離れた時間をつくり集中力を高めます | 07
Snack Space
スナックタイムで凝り固まった頭をやわらかくして、気分を切り替えます | 08
Meditation Space
思いきった休憩時間が質の高い集中力を引き出します |
|---|--|--|---|--|---|--|--|

02 快適にオンラインでつながれます



03 いつもより30分を特別に感じます



06 デジタルデトックスをしてみると
新たな気づきが増えました



07 ほっと一息つく場所に癒されます



04 オープンで広い作業スペースが心地いいです



キーポイントを組み合わせ
集中力を高める
オフィスをつくります

08 仮眠をとると午後の集中力が跳ね上がります



03

Details

具体的な家具コーディネートと
効果的な活用方法



ここからはエリアごとの

具体的な家具やその使い方、ポイントについて詳しくご紹介していきます

01 Quiet Space

人が深い集中状態に至るには約 23分かかると

と言われています。更に、現代のオフィス環境においては、

約11分に1回の頻度で話しかけられるか、

電話やメール、チャット が飛んできます。

オフィスで作業に没頭したり、

集中力を維持 することが

難しくなっている昨今では、

多くの人が一人で集中できる場 を

求めているのではないのでしょうか。

「話さない場所」をつくることで、

最高のひとり時間をを過ごせる

究極の没頭スペース を作ることができると

集中力の質が向上が期待できます。



Furniture for Quiet Space

姿勢に変化をもたらす
低座・後傾姿勢デスク



深い集中と創造性を高める
低座・後傾姿勢チェア

作業スペースを包み込む
パーソナルデスク



没入感を高める
後頭部まで包み込むチェア

作業性を高める
デスクライト

クリエイティビティを高める
昇降デスク



ちょい掛けで座れる
昇降幅が高いチェア

Keyword

- ✓ 私語厳禁エリアをつくる
- ✓ おこもり感で没頭しやすく
- ✓ 豊富なデスクとチェアのラインナップ

Interior coordination

家具は、集中したい目的や一人ひとりの目的に合わせて選べるよう様々なタイプを用意
床や壁はダークトーンにして、照明を落とすことで空間全体で没入感のあるスペースをつくります



06 Digital Detox Space

人間が集中力を維持できる時間は、

15分・45分・90分が限界といわれています。

集中力を持続させるためにも、

効果的な休憩や環境が必要になってきます。

例えば、休憩時間につい手を伸ばしてしまう

スマホは集中力の低下を招きます。

そこで、**パソコンやスマホ禁止**のエリアを

作ることで、十分に休憩することができます。

デジタルな世界から離れることで

時間の使い方を考えるきっかけとなり

豊かな時間を過ごすことができます。



Furniture for Digital Detox Space

空間を緩やかに仕切る
オープンシェルフ

非日常を演出する

透明な
ラウンジチェア



優しい光に癒やされる
フロアランプ

おこもり感のあるソファで今に集中
テーブル付きソロブース



小物もアナログにこだわる

置き時計

Keyword

- ✓ デジタルデトックスで
マインドフルネスな時間を過ごす

マインドフルになることで...
心をリラックスさせ、
集中力の向上・維持継続が期待できます

Interior coordination

ハイクラスのオープンシェルフで
空間を緩やかに仕切り、
デジタルから切り離されたエリアを作ります
心も体もクリアになるような
透明の家具や、心地よいソロブース
こだわりの小物を配し、非日常を味わえる場所にします

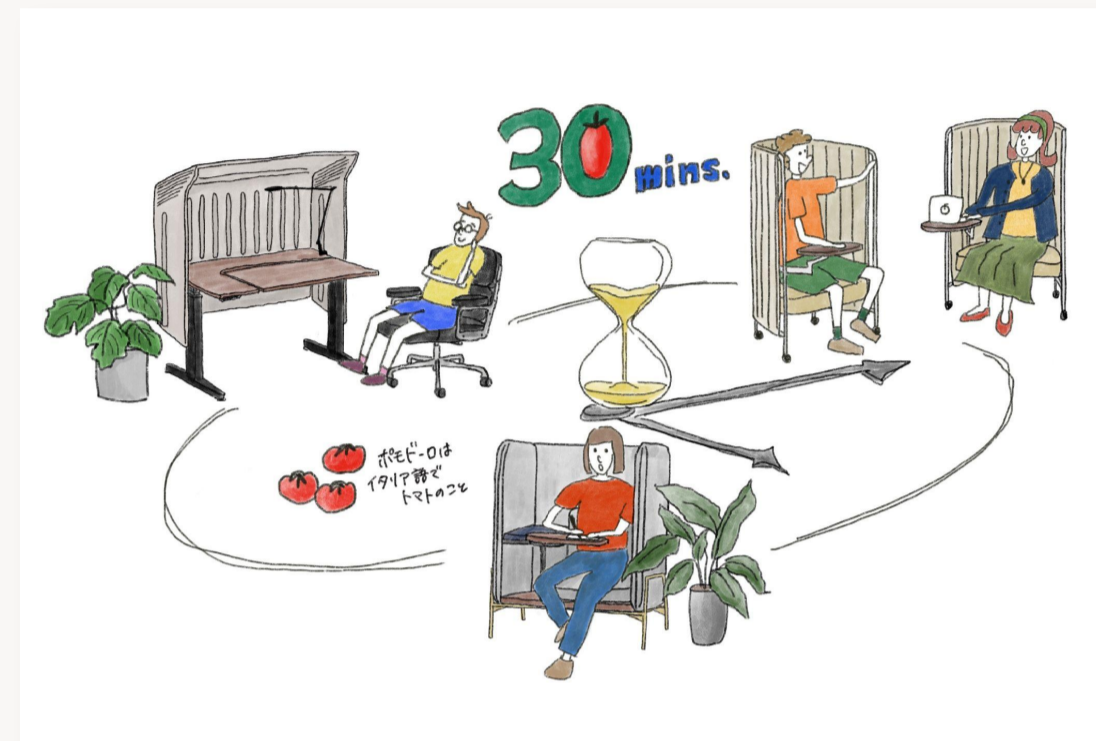


Other Space

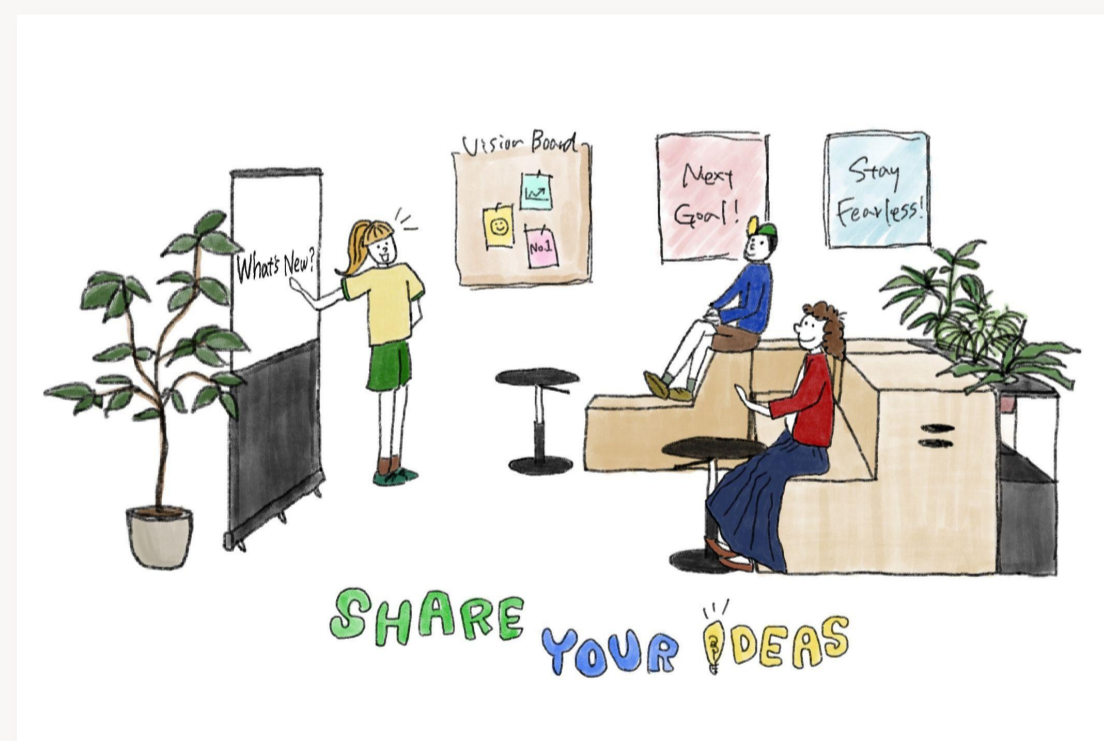
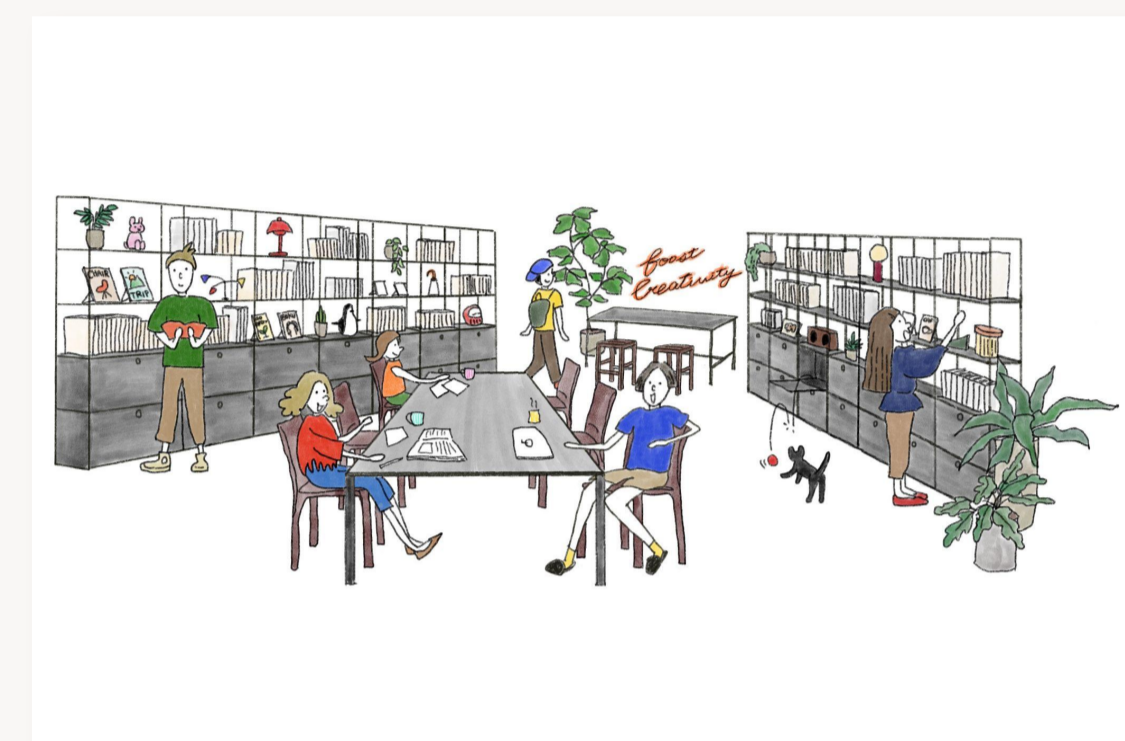
02 Phone Booth



03 Pomodoro Space



04 Think Space



05 Breakthrough Space



07 Snack Space



08 Meditation Space

そのほかにも集中力を高めるアイデアが満載！
お客様のオフィスにおける「最適」をご提案致します
ぜひ、お気軽にお問い合わせください！

04 | Epilogue

おわりに



レイアウト構成や家具以外にも

集中力を高めるアイテムがたくさんあります

1つ1つ取り入れて、効果を実感してみてください！

実際に見て、触れて、体験することも可能です



01 Green

植物には癒しやリラックス効果だけでなく、集中力を高める効果もあります

研究によると、目に見える緑の割合(緑視率)が10-15%の時、集中力とパフォーマンスが最もアップするといわれています

02 Sound

小鳥のさえずりや木漏れ日、揺れる炎、雨音といった環境音には周囲の雑音をかき消してくれる「マスキング効果」だけでなく、心地よさを感じる「1/fゆらぎ」が含まれており、BGMによっても集中力を高める環境を作ることができます



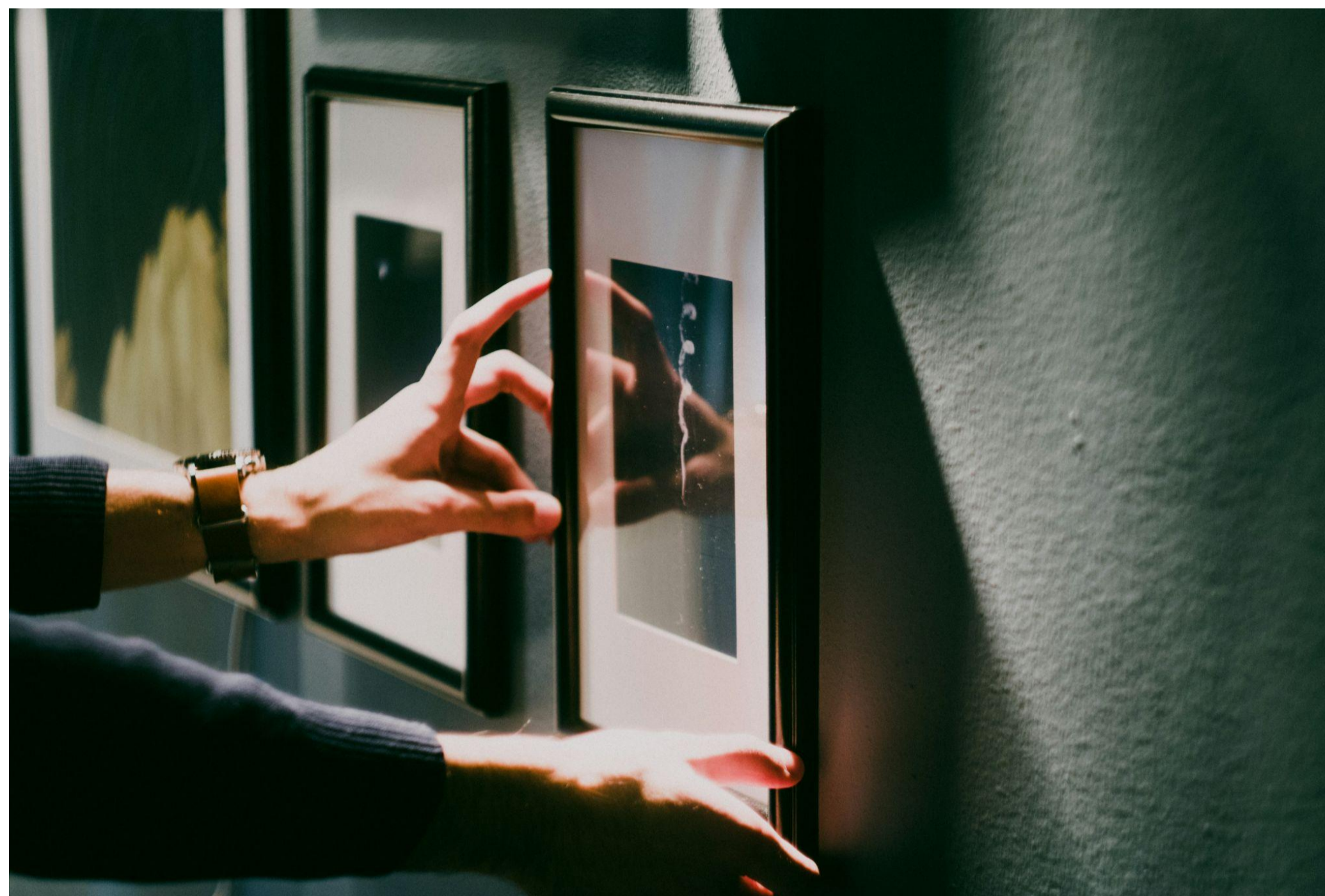
03 Fregrance



アロマの香りでも集中力を高めることができます

アロマオイルの香りを嗅ぐことで、交感神経と活発にする助けをしてくれるため

集中力アップが期待できます



04 Art

アートは空間に個性や表現力を加えて、空間の印象を強化し刺激や驚きをプラスし、魅力を高めることができます

また、美しいアートに触れることで、ストレスの軽減、集中力や創造性を向上させる効果が期待できます



Contact us

資料の詳細や、具体的なご相談などお気軽にお問い合わせください！



SOCIAL INTERIOR | オフィス
構築支援

空間構築を
ワンストップでトータルサポート

オフィス移転のご相談はこちらから



SOCIAL INTERIOR | 業務管理
クラウド

インテリア関連業務の
効率化を目的としたクラウドサービス

プロユースの方はこちらから



THE MUSEUM

約50ブランドの垣根を超えた
共創型ショールーム

ショールームツアーご希望の方はこちらから



Thank you for reading!