

JCA版 研究チーム運営の指針 ver.1

本指針は、2025年第84回日本癌学会学術総会におけるウェルビーイング企画の内容を踏まえて作成した、研究チームを運営する研究者に向けた指針の1提案です。次世代PI育成の一助となることを期待して、「JCA版 研究チーム運営の指針 ver.1」として作成しました。

2025年第84回日本癌学会学術総会ウェルビーイング企画 作成

文責：セッション企画者 大槻 雄士 大谷 直子

校閲：セッション演者 佐谷 秀行 広田 亨 山内 英子 齊藤 典子

基本方針

- 研究は曖昧さや形成的な側面を含むため、リーダーはその特性を理解し、柔軟かつ持続可能な運営を心がけること。
- メンバーの心理的安全性を確保し、意見交換や挑戦を歓迎する文化を醸成する。
- 成果偏重ではなく、成長・学びのプロセスも重視すること。
- それぞれのワークライフバランスを尊重し、過重労働や過度なストレスを避けること。

研究チーム運営において心がけるべきこと

研究室文化の重要性

- 「研究者は成果だけでなく人生を生きる」という視点は欠かせません。成果へのプレッシャーが強まると、若手は心身を消耗し研究を継続できなくなるかもしれません。したがって、リーダー自身が悩みを共有する姿勢を見せることで、メンバーも安心して困難を語れる環境を作ることができます。

ベストプラクティス事例

定期的な「悩み共有ミーティング」や1 on 1を導入し、率直に話せる場を確保することは重要です。SlackやTeamsで気軽に意見交換できるチャンネルを設置するなど一案。リーダーが失敗談や葛藤をオープンに話す場を作り、心理的安全性を醸成することも重要です。また、PI自身も万能ではなく、孤立しやすい立場であることを認識し、相談先や支援を意識的に持つことも重要です。



評価と成長のバランス

- 研究者は定量的に評価されにくい側面があり、成果指標だけで測ろうとすると不健全化を招きます。そこで、小さな進展や挑戦を認める「成長を評価する文化」が健全性を高めます。

ベストプラクティス事例

指示型ではなく「伴走型」でメンバーを支援すること。メンバーの背景・志向性を理解し、研究テーマや役割に反映することが大切。若手に「失敗から学ぶ機会」を与え、短期的成果ではなく長期的成長を見据えましょう。



多様性と個性への対応

- 研究員のバックグラウンドやライフステージは多様であり、一律の働き方では持続性が損なわれます。そこで、個別事情に応じた柔軟なアプローチ（勤務時間、研究テーマ選択など）が有効です。そのためのツールとして、個々人のFTE（full-time evaluation、仕事量を示す単位）を明示することは有効です。
※ FTEは契約上の労働時間を固定するものではなく、研究・教育・管理業務のバランスを可視化し、過負荷を防ぐための目安として用いるものです。

ベストプラクティス事例

若手研究者の学会発表や国際共同研究の機会を積極的に支援しましょう。論文執筆、研究費申請、プレゼンテーションなどをテーマにした小規模勉強会を設けることも有効です。職種が多様化していることを踏まえ、これまでの経験を活かした研究者以外の職種も可能性として考慮し、共にキャリアを築いていくこともあります。



コミュニティとしての研究室

- 孤立を防ぐため、研究室は「共同体」としての機能を持つ必要があります。短時間でも定期的な雑談やオフサイトでの交流は、研究効率だけでなく持続性を支える要素となるかもしれません。

ベストプラクティス事例

メンバーのライフイベント（病気、出産、介護等）に応じた柔軟な勤務体制を認めましょう。無理な長時間労働を前提としない進捗管理方法（週次の小目標管理など）を導入する等も検討する価値があります。



PI自己評価チェックリスト

- メンバーが安心して意見を言える環境を作れているか
- 個人の強みや希望を役割に反映しているか
- 成果だけでなく努力・学びを評価しているか
- ワークライフバランスに配慮した勤務体制を導入しているか
- 定期的にチーム全体で目標や課題を振り返っているか
- リーダー自身が弱さや悩みを共有する姿勢を見せているか
- ラボを「共同体」として運営できているか
- 個々のキャリア形成に配慮しているか

PIになったときの導入ステップ

初期導入フェーズ

- チーム全体で「運営指針」を共有し、合意形成を行う。
- 小規模な改善（例：月1回の悩み共有ミーティング導入）から開始する。

中期拡張フェーズ

- キャリア支援制度（メンター制や外部研修）を整備。
- ワークライフバランス施策（フレックス、休暇推進）の拡張。
- 成果・学びを多面的に評価する仕組みを導入。

定着化フェーズ

- 定期的な自己評価チェックリストの実施。
- 他ラボとのベストプラクティス共有会を実施。

JCA版 研究チーム運営の指針 ver.1

2025年日本癌学会学術総会ウェルビーイング企画 作成

文責：セッション企画者 大槻 雄士 大谷 直子

校閲：セッション演者 佐谷 秀行 広田 亨 山内 英子 斉藤 典子
