

研究者リーダーシップ・プログラム

「第5回 研究者にとってのタイムマネジメント」参加レポート

今回は、日本マネジメント協会の福島清誠先生による講義を受講し、タイムマネジメントの基本的な手法について学びました。これまでタイムマネジメントを体系的に学ぶ機会がなかったため、基本的な要素や要点を整理し、自分に不足している点を具体的に理解する良い機会となりました。講義では、タイムマネジメントの管理要素、うまくいかない理由、改善のポイント、そして時間の使い方を見直す具体的な手法が紹介されました。

講義を通じて特に感じたのは、私自身の課題として「優先順位の適切な設定」と「所要時間の見積もり」の重要性です。これらを改善するためには、これまで意識してこなかった「振り返り」を短時間でも行い、タスクごとの所要時間を精度良く見積もるとともに、リソースの把握をより的確にすることが必要だと感じました。また、すぐに取り組める改善方法として、最優先のプロジェクトはすぐ着手できる状態に準備しておくこと、通勤や待ち時間などの隙間時間に行える作業を想定しておくこと、作業時間をあらかじめ決めて取り組むことに取り組むたいと考えています。これらの些細な工夫を積み重ねることで、計画的な時間の使い方を習慣化していきたいです。

一方で、すでに日常的に取り組んでいる「仕事の見える化」にも課題を感じています。タスクを書き出すこと自信が負担となり、見える化そのものが時間や労力を要してしまうためです。今後は効率的で負担の少ない書き出し方法を模索し、タスク管理の精度を向上させていきたいと思えます。

本年度から教員としての職務が始まり、自身の研究活動に加え、研究室運営や教育活動をはじめとするタスクが急激に増加・多様化しました。その結果、最も優先すべきことが後回しになり、精神的な余裕を失う場面も増えていました。このような中、自己管理を改善する具体的な方法が分からず模索していたため、今回の研修はまさに求めていたものでした。タイムマネジメントに関する基本的な考え方を学び、すぐに活用できる実践的な手法を得られたことは非常に有意義でした。心より感謝申し上げます。

(柘植紀節・岐阜大学高等研究院 G-YLC 特任助教)