



Co-creation patterns

研究と社会をつなぐ

共創の心得

大西有子

菊地直樹

はじめに

社会・環境問題が深刻化する中で、学術的な研究成果を問題解決につなげるために、さまざまな側面で問題に関わる人たち（ステークホルダー）と一緒に問題の解決方法を考え、実現可能な策を提案、実施していく、共創、協働によるアプローチが注目されています。しかし、専門、業種、地域を超えて、多様なバックグラウンドの人たちと本音で話し合い、解決策を考えていくことは、容易ではありません。また、多くの研究者はステークホルダーと対話しながら研究をすることに慣れていなかったり、共創の本質や実態に関する理解も人によって異なることも、円滑な共創を妨げる要因となっています。

研究者と社会のステークホルダーとの連携に焦点を当てた研究手法に、「トランスディシプリナリー研究（Transdisciplinary Research, TD 研究）」や「参加型アクション・リサーチ（Participatory Action Research, PAR）」があります。TD 研究は、専門知、地域知、経験知など、さまざまな知識を融合しながら解決策を考案する研究手法で、研究者とステークホルダーとの強い連携を特徴とします。PAR は、研究者が当事者と一緒に研究サイクルを重ねながら、現場の課題を改善していくことを目指す手法です。TD 研究や PAR は、1970 年代に提唱され、50 年以上世界各地で実践されてきました。ここには、共創の理解と実践に役立つ、多くの研究蓄積があります。

そこで私たちは、「トランスディシプリナリー研究」や「参加型アクション・リサーチ」など、社会と連携した研究を長年（数年～数十年）実施してきた研究者の経験を、研究のさまざまな段階における課題と、それを乗り越えるための工夫や考え方として整理しました。社会・環境問題は多様で、すべての地域のあらゆる問題を解決できる処方箋はないと考え、すべての人たちが守るべき「行動の原則」ではなく、個々の実践を支援するための「ガイド」または「ヒント」として使えるものを目指して、「パターン・ランゲージ（pattern language）」という手法を用いて作成しました。

人はみな、経験を糧にして、次の行動に反映させています。しかし、その多くは他の人に伝えられることはありません。パターン・ランゲージは、そのような「経験知」や「実践知」を掘り起こして、言葉として表現することで、幅広く共有できるようにしたものです。1970年代に、建築家のクリストファー・アレグザンダーは、優れた景観や、住みやすい町、建物、空間に共通して見られる特徴を「パターン」として記述することで、住民がまちづくりに参加することを可能にしました (Alexander, 1977)。その後、この方法は、さまざまな課題に対する経験知を共有する方法として広く用いられるようになりました (井庭ほか, 2013)。

『共創の心得』では、多様な人たちと協働・共創するための行っていることやその背景を聴き取ることから始め、複数回のワークショップを経て、35の「パターン」を特定し、基本のアプローチを示す1つのコア、共創の本質として心に留めておきたい4つのキー、さまざまな研究のフェーズで役に立つ、実践のための30のパターンとして整理しました。各心得は、ある「状況」において生じる「問題」と、それを「解決」するための方法や考え方、それを実施した「結果」がセットで記述され、解決策を分かりやすく表現した「タイトル」にまとめられています。

『共創の心得』は個人で使うこともできますし、研究チームで使うこともできます。チームで使えば、共通認識を高めることも役に立つでしょう。心得について考えたり、話し合ったりすることで、問題の本質的な解決につながる共創の実践が増えていくことを願っています。

さいごに、ここに書かれている内容は、この取り組みに協力してくださった研究者の方々の、長年にわたる努力と経験の賜です。ご協力いただいた方々に深く感謝いたします。

2024年4月
大西有子
菊地直樹

「共創の心得」一覧

Core 1. 知の共創

Key 2. 多角的な視点

6. 生活者の世界観
7. 雑談も調査のうち
8. 場のデザイン
9. わかり合える言葉
10. 会話のキャッチボール
11. 関心のシナジー
12. 地域のキープレイヤー
13. ダイバーシティ
14. ビジョンの共有

Key 3. 信頼関係

15. フィールドのリズム
16. 外部者の利点
17. スキルを活かす
18. ゆるくまとめる
19. 透明なプロセス
20. 一緒に振り返る

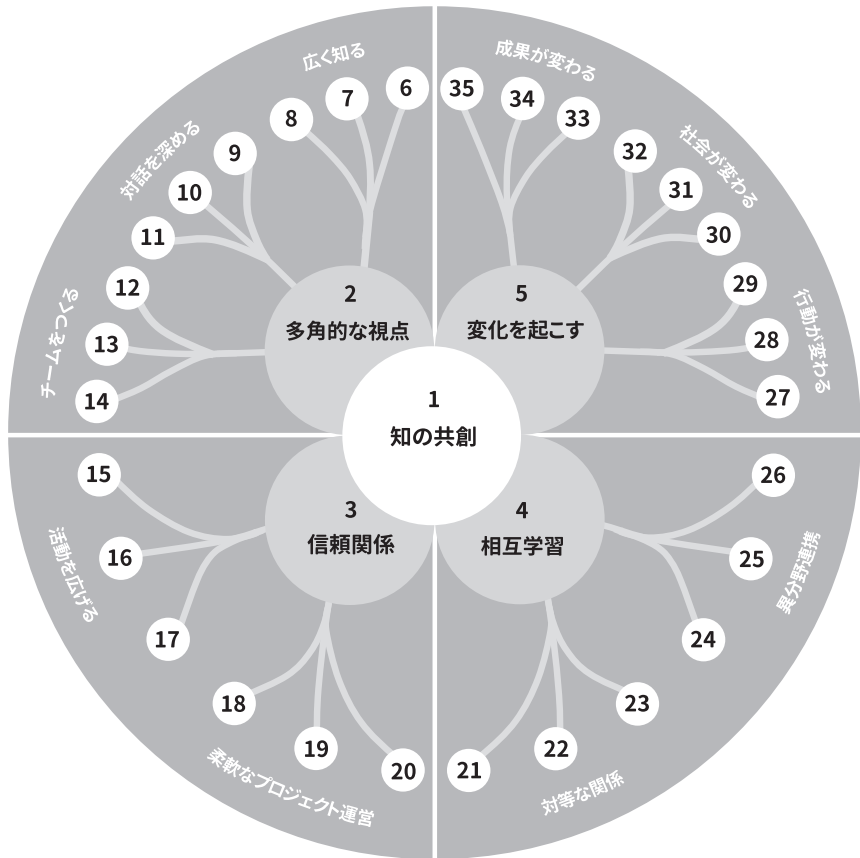
Key 4. 相互学習

21. 対等なパートナーシップ
22. エンパワメント
23. 共感の連鎖
24. 分野にこだわらない
25. アプローチの違い
26. 成果の違い

Key 5. 変化を起こす

27. 見方を変えてみる
28. 可視化
29. 介入の度合い
30. 既存の仕組み
31. 社会の成果
32. プロセスを楽しむ
33. みんなの成果
34. 世界へ広げる
35. 自分も変わる

「共創の心得」構成



目次

はじめに……………	2	ゆるくまとめる……………	42
「共創の心得」一覧……………	4	透明なプロセス……………	44
「共創の心得」構成……………	5	一緒に振り返る……………	46
知の共創……………	8	対等なパートナーシップ……………	48
多角的な視点……………	10	エンパワメント……………	50
信頼関係……………	12	共感の連鎖……………	52
相互学習……………	14	分野にこだわらない……………	54
変化を起こす……………	16	アプローチの違い……………	56
生活者の世界観……………	18	成果の違い……………	58
雑談も調査のうち……………	20	見方を変えてみる……………	60
場のデザイン……………	22	可視化……………	62
わかり合える言葉……………	24	介入の度合い……………	64
会話のキャッチボール……………	26	既存の仕組み……………	66
関心のシナジー……………	28	社会の成果……………	68
地域のキープレーヤー……………	30	プロセスを楽しむ……………	70
ダイバーシティ……………	32	みんなの成果……………	72
ビジョンの共有……………	34	世界へ広げる……………	74
フィールドのリズム……………	36	自分も変わる……………	76
外部者の利点……………	38	謝辞……………	78
スキルを活かす……………	40		

知の共創

一緒に考え、取り組み、新たな未来を創っていく



複雑な環境・社会課題の解決につながる研究がしたい。

▼そのとき

理論的な解決方法が分かっていても、社会で運用されなければ、解決に結びつかない。

なぜなら

- ・当事者が行動を起こさないと、環境・社会課題は解決しない。
- ・研究者は対象の地域には住んでいないことが多く、プロジェクトの実施期間中しか関わり合いがない。

▼そこで

社会で課題に関わるステークホルダーと研究者と一緒に課題に取り組みながら、解決策を共創していく。

例えば

- ・課題の解決に必要な各分野の専門家とさまざまなセクターのステークホルダーがプロジェクトに参加する。
- ・リサーチ・クエスチョンを作るところから一緒に考える。

▼その結果

- ・研究を通じて問題の構造が明らかになるとともに、地域のステークホルダーが自発的に生活スタイルを変えたり、取り組みを行うことで、問題が改善されていく。

多角的な視点

文化や社会的背景まで、地域全体を知る



プロジェクトを始めようとしている。

▼そのとき

課題を解消したいと思うあまり、地域の人たちに負担がかかったり、歓迎されない活動を提案してしまうことがある。

なぜなら

- ・地球規模や、広域規模で起こる環境問題は、地域の人たちに目に見える形で影響が出ないことが多い。
- ・地域の人達の間での関心事は他にあるかもしれない。
- ・一つの課題を解決したとしても、他の課題が生まれてしまったり、悪化したりするかもしれない。

▼そこで

文化・社会的背景を含め、地域や住民について幅広く知り、課題に多角的にアプローチする。

例えば

- ・地域の中での上下関係や意思決定のプロセスを知る。

▼その結果

- ・文化や歴史的背景が分かると、多様なステークホルダーが納得して参加してくれる。
- ・2つ以上の課題を同時解決できるかもしれない。
- ・関心、信頼関係が強まる。

カテゴリ : Key グループ : キー

信頼関係

気持ちがつながれば、可能性が開く



地域のステークホルダーと一緒に活動したい。

▼そのとき

研究者の話に興味を持ってもらえず、真剣に向き合ってくれないことがある。

なぜなら

- ・ データを収集して分析するだけが研究者の仕事だと思われてしまう。

▼そこで

相手が大切にしていることを尊重し、互いに対等であることを意識しながら対話を重ね、時間をかけて信頼関係を築いていく。

例えば

- ・ 研究テーマを決める前に、まず地域の人たちの話を聞いてみる。

▼その結果

- ・ 本音で話し合えるようになる。
- ・ お互いが協力し、困難な状況になったときも、それを乗り越えて活動を続けられるようになる。

カテゴリ：Key グループ：キー

相互学習

誰もが何かのエキスパート



課題を解決するための方法を考えている。

▼そのとき

地域ごとに特色が異なるため、既存の解決策を当てはめようとしてもなかなかうまくいかない。

なぜなら

- ・ 同じ課題であっても、地域によって人々の受け止め方が違い、有効な解決策も異なる。

▼そこで

さまざまな側面で課題に関わる人たちが異なる知識や経験を持ち寄り、互いに学び合いながら、取り組みやすく、有効な方法を一緒に考える。

例えば

- ・ 地域をよく知っている人、分析が得意な人など、自分とは異なる知識や経験をもった人の話を聞いて、取り入れながら、自分の意見を言ってみる。

▼その結果

- ・ 教えられるのを待つのではなく、積極的に活動に参加するようになる。
- ・ 自分事として捉えられる。

カテゴリ : Key グループ : キー

変化を起こす

インパクトを広げていく



課題を根本的に解決したい。

▼そのとき

プロジェクトが終了すると、もとの状態に戻ってしまったり、それ以上に活動が続かなかったりして、課題の解決に至らないことがある。

なぜなら

- ・研究者はプロジェクトの終了後に地域を去ることが多い。
- ・研究プロジェクトの期間は通常1～5年。その期間内に課題を根本的に解決することは難しい。

▼そこで

プロジェクト終了後に成果が社会にどのように波及していくかを考慮して活動を計画し、長期的な視点で課題に向き合うようにする。

例えば

- ・取り組みが続いたり、目標に向けた発展的な取り組みにつながる仕組みをつくっておく。
- ・望ましい未来の形から逆算して、そこに到達するプロセスを特定する。
- ・取り組みにどのような余波があるのかをマッピングして、一定の人たちに望ましくない影響を与えないか、確認しておく。

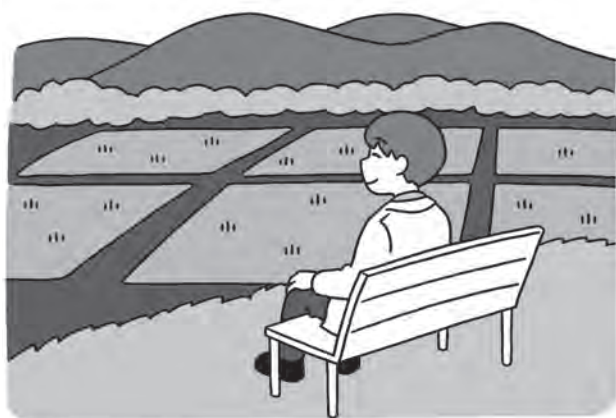
▼その結果

- ・プロジェクトが終わっても状況が改善していく。

カテゴリ：多角的な視点 グループ：広く知る

生活者の世界観

暮らすように時を過ごす



地域の文化や社会をよく知りたい。

▼そのとき

論文や書籍などを読んだり、短期間滞在するだけでは、地域の人たちの生活はなかなか見えてこない。

なぜなら

- ・自分とは異なる環境で生活している人たちのことを理解するのは簡単ではない。
- ・出版物には一部の側面だけしか書かれていなかったり、著者の解釈が含まれていたりする。

▼そこで

その地域に足しげく通ったり、住んでみたりして、沢山の時間を過ごし、地域の人々の生活や文化、大切にしていることなどを掴むようにする。

例えば

- ・自然や街の音を聞く、人の動きを見るなど。
- ・地域で暮らしているさまざまな人たちと話してみる（人によって視点が違う）。
- ・何回も行くのか、住んでみるのがよいかは、専門分野と課題による。

▼その結果

- ・地域の人々の暮らしぶり（服装や習慣、大切にしていることなど）が分かり、そこに配慮することで活動が進めやすくなる。
- ・タブーや禁忌とされていることが分かる。

カテゴリ：多角的な視点 グループ：広く知る

雑談も調査のうち

言葉の端々をつなぐと、地域が見えてくる



地域が抱える問題を知りたい。

▼そのとき

地域の人たちにこちらの意図や関心を先に伝えてしまうと、調査目的で来たのだらうと警戒されて、何も話してくれないことがある。

なぜなら

- ・研究のことを考えると、進めようとして気が急いてしまう。
- ・データを持って帰って論文を書くだけだらうと思われてしまう。

▼そこで

何気ない雑談を重ねながら、地域の人たちが抱える問題を読み取るようにする。

例えば

- ・床屋、機械のメンテ、イベントや祭りへ参加など、何かのついでに話をする。
- ・こちらの関心を持ち出す前に、地域の人たちの話をまず聞いておく。

▼その結果

- ・地域の人たちが抱えている問題が見えてくる。
- ・地域の人達が大切にしていることが分かる。
- ・地域の問題から新しい研究テーマが作り出せる。

カテゴリ：多角的な視点 グループ：広く知る

場のデザイン

話し合う機会をつくる



さまざまな立場の人たちと話し合いたい。

▼そのとき

異なる業種や立場の人たちが集まると、お互いに遠慮や不安があり、会話や議論がすすまないことがある。

なぜなら

- ・環境・社会課題は幅広い影響があるため、その多様な側面で課題に関わる人たちは、初対面であったり、普段は交流のない業種や立場だったりするかもしれない。
- ・取引先や同じ職場の人が含まれると、その関係を引きずってしまうことがある。

▼そこで

地域の人たちが集まる場をつくり、一緒に考えたり話し合ったりすることを繰り返すことで、意見が言いやすい雰囲気をつくっていく。

例えば

- ・あえて、目下の「課題」とは違うテーマで話をする会（読書会、上映会など、気軽に集まれる場）を設定してみる。
- ・定期的に集まる会を設定する。

▼その結果

- ・「一緒に考える」ということに慣れていく。
- ・意見を言ったり、人の話を聞くことがうまくなる。
- ・活発な意見交換がなされるようになる。
- ・最初は聞くだけでも、場を重ねることで話ができるようになるかもしれない。

カテゴリ：多角的な視点 グループ：対話を深める

わかり合える言葉

伝わっていることを確かめながら話す



地域の人と話し合いたい。

▼そのとき

ついつい専門用語を使ってしまい、理解されなかったり、誤解されてしまったりすることがある。

なぜなら

- ・ 専門家が用いている言葉、語り方と一般の地域の人が使っている言葉には乖離がある。
- ・ 同じ言葉でも、人によって解釈が違うことがある。

▼そこで

日常言語で話したり、分かりやすく話すことを心がけ、話し手の意図が理解できていることを確認しながら話す。

例えば

- ・ 相手の日常言語を使う、専門用語は分かりやすく説明する、共通で使う言葉をあらかじめ決めておく。
- ・ 用語だけでなく、表現や言葉遣いにも配慮する。
- ・ 普段から相手の言語体系に意識を向けておく。

▼その結果

- ・ 同じ言葉で話し合える状態ができると、話し合いがスムーズにすすみ、誤解によるトラブルを防いだり、一体感を強めることができる。

カテゴリ：多角的な視点 グループ：対話を深める

会話のキャッチボール

フレーミングを合わせながら本音に近づく



関係を深めていきたい人がいる。

▼そのとき

当たり障りのない会話はできるようになったが、なかなか本音（核心に近づけるような話）を話してくれない。

なぜなら

- ・ 一方的に聞きたいことを聞いても、表面的な答えばかりが返ってきて、聞きたい話が聞けるわけではない。

▼そこで

相手が思わず話したくなるよう、話題など工夫をしながら対話を重ね、本音で話し合えるタイミングを待つようにする。

例えば

- ・ 何度も会いに行って話を重ねる。
- ・ 場合によっては少し冷却期間を置いてから、また会いに行く。
- ・ 尊敬できる点について興味を持って聞いていく。
- ・ 相手のフレーミング（考え方、捉え方）を尊重しながら話をする。
- ・ 相手の話をよく聞き、それに反応しながら会話をすすめる。

▼その結果

- ・ 対話を積み重ねているとお互いの違いも共通点もわかる。
- ・ お互いの立場を尊重し、理解し合えることで信頼が強まる。
- ・ 対話を続ければ続けるほど、新しいことは出てくる。

カテゴリ：多角的な視点 グループ：対話を深める

関心のシナジー

WinWinを目指す



地域の様子やステークホルダーの関心が見えてきた。

▼そのとき

地域の文脈を大切にすあまり、自分の関心をなかなか言い出せず、プロジェクトが進まないことがある。

なぜなら

- ・研究課題と、地域の人たちの目下の関心は異なる場合が多い。
- ・地域の人たちにとって、外部者がいる理由が分からないと、不信感につながることもある。

▼そこで

自分が知りたいこと・求めていることなどもちゃんと伝えていくことで、シナジーを生み出せるようにする。

例えば

- ・私たちはこういう動きが見たい、こういう人たちを求めているということは丹念に伝えていく。
- ・何に関心があるのか、こういうことを勉強したい、ということなど、自分の本心や根っこの部分は説明する。
- ・こっちが求めていることは、相手の言語体系できちんと説明する。

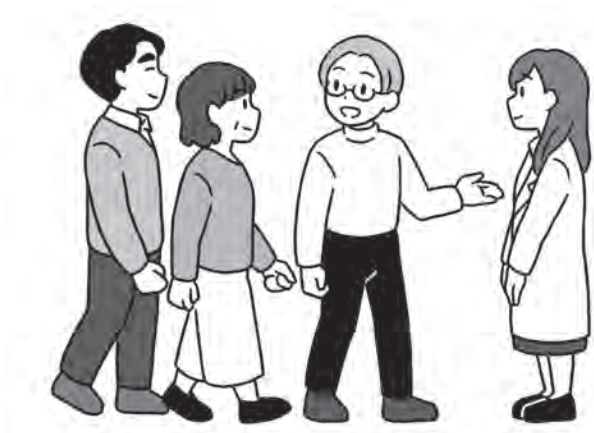
▼その結果

- ・お互いの関心に共通の活動が見つかれば、安心して取り組める。

カテゴリ：多角的な視点 グループ：チームをつくる

地域のキープレイヤー

つなぎのエキスパート



地域で活動を始めようとしている。

▼そのとき

外から来た研究者が、地域の文化や慣習を深く理解し、地域に暮らすさまざまな人たちと強い信頼関係を築くには、長い時間がかかってしまう。

なぜなら

- ・この人いい感じ、やっていこう！となっても、その人は全然地域の代弁者でなかったということがある。
- ・地域の人を動かすのは外部の人では限界がある。

▼そこで

研究者と住民の橋渡しをしたり、活動に主体的に関わってくれる人（協力者、媒介者、キーパーソン）を見つけて、活動の中心的な役割を担ってもらおう。

例えば

- ・地域の大学の研究者、NGO 関係者、行政や団体の職員、活動に強い関心がある人など。
- ・単なる言語の翻訳ではなく、学術的な知識と住民の知識の両方について理解があり、双方に分かりやすく伝えることができる人。
- ・地域の中で面白いことをしている人を見つけて話をしてみる。

▼その結果

- ・研究の内容を地域の人に分かりやすく伝えることができる。
- ・プロジェクト終了後も地域で活動を続けることができる。

カテゴリ：多角的な視点 グループ：チームをつくる

ダイバーシティ

多様な視点が革新につながる



プロジェクトを進めるメンバーを集めようとしている。

▼そのとき

いつもの仲間が集まると、なかなか新しいアイデアにつながりにくい。

なぜなら

- ・ジェンダー、経験の有無などが限界となることもある。

▼そこで

課題に関与するさまざまなステークホルダーに声をかけ、多様性のあるチームをつくっていく。

例えば

- ・課題に関わる各分野の専門家、社会の各層のステークホルダー、行政やメディアなど地域に影響を与える組織など。
- ・足りない知識やスキルを持った人をチームに入れることで、できることが広がる。
- ・色々な関係者に問いかけ、人をつないでいくというのも研究者の役割の一つ。

▼その結果

- ・変革・新しいもの（予定調和でない）が生まれるので、地域にとってよい解決につながっていく。

カテゴリ：多角的な視点 グループ：チームをつくる

ビジョンの共有

同じ未来を思い描く



プロジェクトの関係者が増えてきた。

▼そのとき

それぞれの関心や目的が異なるため足並みがそろわず、関係がぎくしゃくしてしまうことがある。

なぜなら

- ・基本的な枠組みがなく、ただコミュニケーションをとったり、集まったりするだけでは、活動の意義を見いだすことができない。

▼そこで

活動の目標やビジョンについて関係者全員で話し合い、それを実現するための活動を一緒に計画するようにする。

例えば

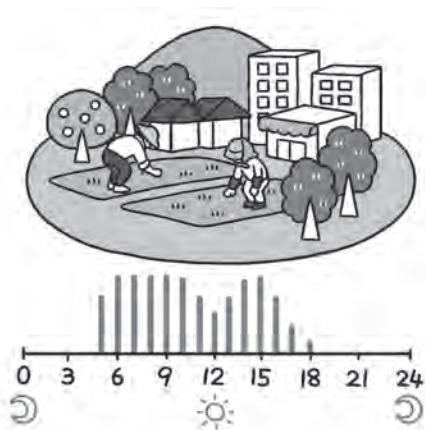
- ・お互いの目的を理解した上で、共通の目標を作り、それを達成するための具体的な活動を計画する。
- ・皆が納得することが大切。

▼その結果

- ・人は変わってもビジョンが共有できていれば、長期的な地域との関わりになっていく。
- ・モチベーションが上がる。
- ・異なる目的を理解することで、お互いを一緒に進めていくことができる。
- ・タスクや場の積み重ねは、言語の違う人と議論する仕組みになる。
- ・意思決定の軸ができる。
- ・目標に近づくために必要な動きができる。

フィールドのリズム

地域の時間の流れに委ねる



地域の人たちと活動している。

▼そのとき

それぞれ事情がある中で、無理をさせてしまったり、負担になってしまったりしているかもしれない。

なぜなら

- ・繁忙期はそれぞれに違う。
- ・主な産業や習慣の違いによって、地域によって生活スタイルが違う。
- ・忙しい合間を縫って参加しても集中できない。

▼そこで

時間的な制約や取り組みやすさに配慮して、地域特有の時間の流れや活動のあり方に合わせていく。

例えば

- ・農村地域には、繁忙期・休閑期があったり、日中は他の仕事をしている人もいる。
- ・業界が違くと勤務時間が異なる。
- ・長時間参加できる人が少ない場合や内容が難しすぎる場合など、多くの人が取り組みやすい形に柔軟に修正する。
- ・活動のペースを合わせる。

▼その結果

- ・負担の少ない方法にすると、活動に参加する人が増えたり、じっくり話をするができる。

カテゴリ：信頼関係 グループ：活動を広げる

外部者の利点

外の人だからこそその価値を大切に



地域の将来を考えている。

▼そのとき

「よそ者」である自分が役に立っているのか自信がなくなり、立ち位置に悩んでしまうことがある。

なぜなら

- ・研究者は地域から離れたところに住んでいることが多く、「内側」の人にはなれない。

▼そこで

新しい気づきを促したり、地域の人間関係の中立性を保つことができるなど、外の人だからこそできる価値があることを認識して、それを活かすようにする。

例えば

研究者の役割には以下のようなものが考えられる。1つではなく、複数の役割をこなしても良い。

- ・中立的な立場をとることができる。
- ・仲介者になる。
- ・触媒となって人をつなぐ、コーディネーターになる。
- ・客観的な視点をもつことができる。
- ・目に見えない知識、状態、構造などを可視化することにより、気づきを促し、動きを作っていく。

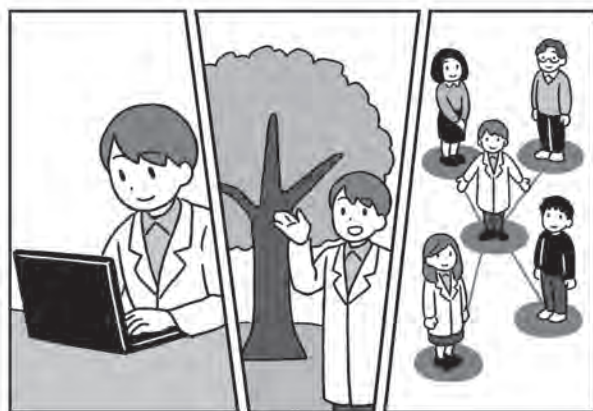
▼その結果

- ・何であれ、地域に役に立つ人、と思われると信頼関係につながる。

カテゴリ：信頼関係 グループ：活動を広げる

スキルを活かす

必要以外のことに価値がある



地域の人たちと活動をしたい。

▼そのとき

研究というものは難しい、つまらない、自分には関係ない、と思われてしまうことがある。

なぜなら

- ・データを収集して帰ってしまう研究者が多く、自分たちにメリットがないため、協力することが面倒だと思われてしまうこともある。

▼そこで

持っている知識やスキルを活用して、望まれていること、楽しんでもらえること、役に立つことを、できる範囲でやるようにする。

例えば

- ・生物の知識を活かして身近な草花の名前を教えたり、ネットワークを活かして他の専門家を紹介したりする。
- ・自分が何ができるかを常に考えるようにする。
- ・少子高齢化が進んでいる地域に若い学生を連れていき、話し合いの機会をつくる。

▼その結果

- ・地域の人が協力的になってくれる。
- ・この人と一緒に居ると楽しいと思われると、活動に参加してもらいやすくなる。
- ・周囲の期待に応えようとしている姿勢は相手に伝わり、信頼関係が強まる。

ゆるくまとめる

参加しやすい環境づくり



沢山の人がプロジェクトの活動に参加している。

▼そのとき

立場や問題意識が異なる人が居るため、すべての活動に全員が参加するのは難しい。

なぜなら

- ・興味はあっても、忙しくて参加できない人もいるし、途中で関心がなくなる人もいる。

▼そこで

ゆるいつながりを保ちながら、それぞれの人ができる時にできる範囲のことで関わっていけるようにする。

例えば

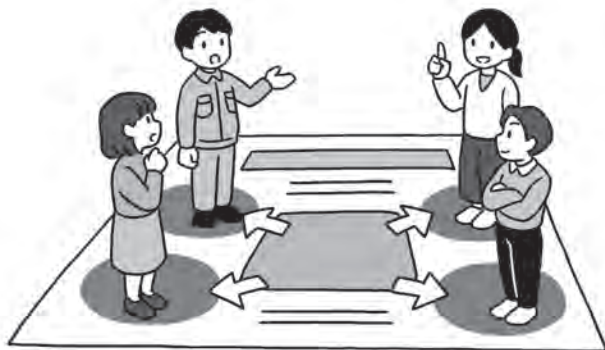
- ・やる気のある人が集まったほうがうまくいくので、途中で止めたい人は無理に引き留めず、新しい人が途中から参加できるようにする。
- ・忙しい人でも、可能なときだけに参加することができるようにする。
- ・やるべきことにすき間ができてしまったら、できる人が対応する。
- ・継続が難しい時や、参加者の希望や期待に合わない場合、柔軟に活動を修正する。

▼その結果

- ・多くの人に関われるようになる。

透明なプロセス

チーム内の出来事は、皆に共有する



大きなプロジェクトを管理している。

▼そのとき

関わる人数が多くなると、全体の統制がとりづらくなってしま
う。

なぜなら

- ・人によって異なる活動に関わっている場合、目的や成果の出る時期なども違う。
- ・サブグループでの活動が増えると、他のグループの活動が見えなくなる。

▼そこで

それぞれの自由度は尊重しつつ、活動の内容や進捗を可視化し、頻
繁に情報共有して、透明性のあるプロセスにする。

例えば

- ・複数のサブグループなどで活動する場合は、全体像のマップをつくっておく。
- ・プロジェクト全体の活動と個々の活動の関連が分かるようにしておく。
- ・サブリーダー間で定期的な会合を開いて、情報共有する。
- ・議事録をとって残しておく。

▼その結果

- ・再現性と信頼につながる。

一緒に振り返る

いろいろな立場からの意見を取り入れて、修正する



ある程度活動が進んできた。

▼そのとき

皆が満足しているか分からず、このまま進めていってよいのか不安に思うことがある。

なぜなら

- ・全員にとってベストな選択肢を選べるとは限らない。

▼そこで

皆で振り返る機会を持ち、計画や活動内容を修正し、次のステップへ反映する。

例えば

- ・初めての試みに試行錯誤はつきものなので、こまめにレビューして修正する。
- ・チェックリストを準備しておく。
- ・ベストでなくても納得できる形で進んでいるのか、確認する。

▼その結果

- ・納得していない人が居たり、うまくいっていないところがあることに早く気づき、軌道修正できる。
- ・レビューをしながら、捉え方の違いなどに気づくこともある。

カテゴリ：相互学習 グループ：対等な関係

対等なパートナーシップ

お互いをリスペクトする



地域の人たちと話し合いたい。

▼そのとき

話を聞いてもらうことはできるが、なかなか自分の意見を言ってもらえない。

なぜなら

- ・研究者というのはパワーを持っていると見られてしまう。
- ・研究者は専門知識を持っていてそれを教えるのが仕事だと思われてしまい、「教える－教えらえる」の関係になってしまう。
- ・所属や肩書きから一定の役割を想定してしまう。

▼そこで

共創のパートナーとして対等な立場であることをお互いに認識する。

例えば

- ・ステークホルダー同士の関係にも配慮（上司と部下など）することで、さまざまな人たちから意見が聞ける。
- ・「話を聞きたい」と丁寧に伝える。
- ・肩書を使わない。

▼その結果

- ・新しい視点とか見方とかが出てくる限り、対等なパートナーシップは続くし、まだまだ深まる。
- ・主体的に関わっていくことがやる気や行動変容につながる。

カテゴリ：相互学習 グループ：対等な関係

エンパワメント

教育やスキルは、自信と行動につながる



力関係において不利な立場の人にも参加してもらいたい。

▼そのとき

言語やスキルの違いにより、他の人たちと対等に話し合うことが難しい場合がある。

なぜなら

- ・理解が一致していないと、同じ方向に向かいづらい。
- ・特に発展途上国では、参加者の教育レベルに差がある場合がある。

▼そこで

地域で活動する上で役に立つ知識やスキルを伝えたり、責任ある役割を担ってもらうことで、パワーバランスをとる。

例えば

- ・大学に呼ぶ、研修を行うなど。
- ・活動やグループにおける「責任者」「リーダー」などの役割を与える。

▼その結果

- ・最初から十分なスキルがなくても、活動に参加できるようになる。
- ・知識やスキルを学ぶことで自信につながる。
- ・自主的な取り組みを促すことができる。
- ・地域の中の差異へ配慮して、さまざまな人たちの視点を取り入れることができる。

共感の連鎖

関心の輪を広げていく



多くの人たちに活動に参加してもらいたい。

▼そのとき

なかなか興味を持ってもらえず、参加者がなかなか増えないことがある。

なぜなら

- ・研究活動の内容を言葉で伝えることは難しく、つまらないと思われるしまう。

▼そこで

声をかけ、活動と一緒にいき、皆で楽しむ時間を重ね、共感が広がっていくことで、自然と集まる人たちが増えていく。

例えば

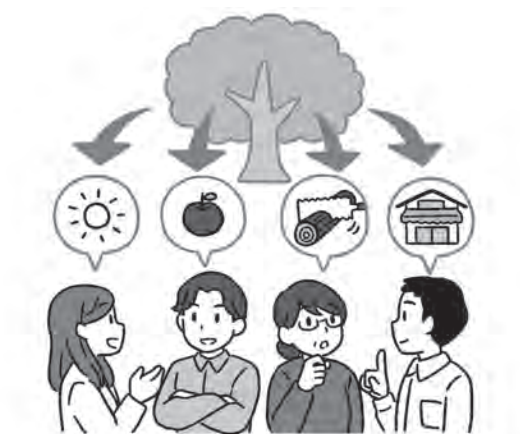
- ・一緒に活動しながら、学び合う。
- ・汗をかいて頑張っていることは、人に伝わる。
- ・影響力のあるメディアを活用する。

▼その結果

- ・活動に興味が増え、湧いていく→チーム作りに役立つ。
- ・興味を持てると活動は持続的になっていく。

分野にこだわらない

違う視点を持つ人と一緒に考える



地域は複数の課題を抱えている。

▼そのとき

自分の専門分野では、対処するための十分な知識をカバーしていない。

なぜなら

- ・社会的な課題には複数の側面がある。

▼そこで

課題を取り巻く各側面の専門家に協力を呼びかけて、様々な側面から課題にアプローチする。

例えば

- ・理論的には、課題を取り巻く状況に対応できる専門家をみんな入れる。
- ・現実的には、全員は無理。その努力はしつつ、この指とまれ、でやる気のある人を中心に進めて良い。
- ・ジェンダー、経験の有無などが限界となることもある。

▼その結果

- ・新しい視点を取り入れることで、全く新しい活動や解決策につながるかもしれない。

アプローチの違い

分野によって、アプローチが違う



異分野の研究者とプロジェクトを行っている。

▼そのとき

それぞれの分野で主流の考え方にとらわれていると、接点が見いだせず、連携がうまくいかなることがある。

なぜなら

- ・ 学問にはさまざまな種類があり、分野によって特徴が異なる。
- ・ 例えば、社会学・人類学などの人文社会学系では、観測や調査を通じて文化や社会を理解しようとする。一方、理工学系では、観測や分析を行い、自然の仕組みを理解し、解決策を提示したり、将来の変化を考えて計画的にアプローチすることを目指す。
- ・ 個を重視する学問・普遍を重んじる学問、質的・量的手法など、根本的な研究の考え方や取り組み方が大きく異なる分野がある。

▼そこで

異なる分野における方法論の違いを理解し、自分とは違う分野のアプローチを学びながら、お互いが納得できるまで話し合う。

例えば

- ・ 手法やツールを使うことでお互いに納得できる合意点を見つけることができたり、チームに一体感が生まれたりする。手法は研究の各段階にある。
- ・ 知らなくても良いと流していると、後々大きな失敗につながるかもしれないので、徹底的に聞く。
- ・ 方法論を共有する。
- ・ 時には本音でぶつかりあう。
- ・ 合宿など、長時間一緒に語り合う場を設ける。

▼その結果

- ・ 異なるアプローチの人たちでも、一定の手法に沿った作業を続けているうちに段々まとまってくる。

成果の違い

分野によって、成果の形が違う



異分野の研究者とプロジェクトを行っている。

▼そのとき

同じ地域、課題を見ていても、専門分野が違くと得たい成果の形が違い、意見が食い違うことがある。

なぜなら

- ・人文社会科学系では単著の書籍、理工学系では多数の原著論文が評価される。
- ・単著が評価される分野と、共著での論文が主流の分野がある。
- ・片方が先に成果を出すと、もう片方で成果が出せなくなる可能性もある。

▼そこで

分野によって求められる成果が異なることを理解し、共に成果が出せるようにあらかじめ計画しておく。

例えば

- ・アンケート調査など、数日でデータが集まる場合もあれば、計測機器の設置に数ヶ月、データ収集に数年かかる研究もあり、成果の出る時期も違う。

▼その結果

- ・成果の出る時期、種類について理解すると全体の目標に向かってスムーズに連携できる。
- ・自分の活動だけでなく、プロジェクト全体の活動について、話したり書いたりできるようになる。

カテゴリ：変化を起こす グループ：行動が変わる

見方を変えてみる

考え方が変わると、行動も変わる



住民の習慣や行動が問題の原因に関係している。

▼そのとき

変わらなければならないと伝えるだけでは、従来のやり方をすぐに変えることはなかなかできない。

なぜなら

- ・長い間に身についた習慣を変えるのは難しい。
- ・本人にとって、変えることによるメリットが見えない、またはない。

▼そこで

新しい取り組みを、面白い、役に立つと実感することで、自発的に継続できるようにする。

例えば

- ・新しい取り組みに意味があることが分かると、やる気につながる。

▼その結果

- ・面白い、役に立つ、という実感が活動の継続につながる。
- ・住民の価値観が変わると、無理なく取り組みが続けられたり、目標を達成するための新しい自発的な取り組みにつながることもある。

カテゴリ：変化を起こす グループ：行動が変わる

可視化

「分かる」から始まる変化



しばらく活動を続けている。

▼そのとき

目に見える変化がないため、やる気が続かない人がでてくる。

なぜなら

- ・ 社会に変化が起こるまでには時間がかかる。

▼そこで

調査の結果を伝えて、現状や広い範囲への影響、将来起こりそうなことなどの認識を共有する。

例えば

- ・ 広域や将来の影響などを可視化して、データに基づいたエビデンスを分かりやすく提示する。
- ・ 論文も共有する。

▼その結果

- ・ データをとり、分析して、活動の成果を可視化することで、活動の意味を理解するとやる気につながる。
- ・ 「面白い」「役に立つ」結果は、地域の人から人へ広がっていく。

カテゴリ：変化を起こす グループ：行動が変わる

介入の度合い

適度な距離を保つ



課題解決の糸口が見えてきた。

▼そのとき

自分の考えを伝え、実践したとしても、その場限りの活動で終わり、長期的に住民の行動が変わらないことがある。

なぜなら

- ・研究者の言葉にひきづられてその場は賛同しても、実際は良く思っていないなったり、継続して実践することが難しいと思っているのに、自分の意見を言いづらかったりする。

▼そこで

研究者の果たすべき役割を意識しながら、どの程度関わるべきかを見極め、可能な限り住民主体で進めるようにする。

例えば

- ・地域の将来に関わる最終決定はステークホルダーが行うようにする。
- ・介入の種類やレベル、または研究者の役割は、研究課題や分野によって異なる。例えば、工学研究では、解決策を提示して実行することが望ましいとされるが、社会科学では、利害関係者の合意形成や「共創」を促進するサポーターの役割を果たすこともある。

▼その結果

- ・自分で決めたことだと続けていくモチベーションになる。
- ・納得と合意があることで、長期的に活動が続く。

カテゴリ：変化を起こす グループ：社会が変わる

既存の仕組み

活用できるものに乗っかる



社会の中で定着する活動を考えている。

▼そのとき

プロジェクトの終了時にチームは解散して、中心的に活動を担う人がいなくなってしまうかもしれない。

なぜなら

- ・研究プロジェクトは実施期間が限定されていて、それ以降は予算は使えない。

▼そこで

既にある団体や仕組みの中に新しい取り組みを加えていくことで、社会の中に活動が根付くようにする。

例えば

- ・業務として行っていることに追加して活動してもらったり、関心が強いNPOなどの市民団体とつながる。

▼その結果

- ・新たにゼロから始めなくても良い。
- ・活動が地域で続く。

カテゴリ：変化を起こす グループ：社会が変わる

社会の成果

いろいろな成果の形



プロジェクトが進んできた。

▼そのとき

信頼構築や協働には時間がかかるが、論文や本に書けるのはほんの一部であり、苦労が評価されないことに悩むかもしれない。

なぜなら

- ・ 出せるジャーナルが限られている。
- ・ 論文が必ずふさわしい形式ではない。

▼そこで

論文だけでなく、ワークショップの成果や新聞記事、環境や社会の変化に繋がる文書など、社会への成果も大事な成果と評価する。

例えば

- ・ 論文や著書といった形よりも、タイミングが重要な場合もある。
- ・ 社会に何らかのポジティブな変化があれば、それだけでも十分な成果かもしれない。

▼その結果

- ・ 論文だけにとらわれると、論文が書きやすい研究しかできない。実社会で行う活動自体の成果も評価することで、活動に重点を置くことができる。

カテゴリ：変化を起こす グループ：社会が変わる

プロセスを楽しむ

適切に段階を積み重ねれば、そのうちに花は咲く



長い期間活動を続けている。

▼そのとき

何も変化があるように見えず、自分のやっていることに自信がなくなってしまうことがある。

なぜなら

- ・共創プロジェクトに「正解」はなく、すぐに手応えが得られないことも多い。

▼そこで

社会はすぐには変わらないものと捉え、望ましい将来を思い描きながら、それに向けたプロセスを積み重ねていく。

例えば

- ・成長が遅くなったり、早くなったりする植物のように、進みが遅かったり、時に大きく前進したりするものとする。
- ・しばらく時間を置いた後に、ブレイクスルーが起こることもある。
- ・もやもや感はそのままで良い。

▼その結果

- ・想定以上の成果につながることもある。

カテゴリ：変化を起こす グループ：成果が変わる

みんなの成果

感謝と責任の分かち合い



論文を書いている。

▼そのとき

論文は研究者だけで書くことが多い。

なぜなら

- ・論文や学術書は特定の書式があり、専門用語も含まれるため、その技術を身につけた人以外が執筆に参加するのは難しい。

▼そこで

誰が成果に貢献したのかを意識して、名前を記載するなど、明示的に敬意を示すようにする。

例えば

- ・大きな成果でなくても良い。タイミングよく発表することで、他の人が活用し、広まっていくかもしれない。
- ・成果に貢献した人は、それぞれの状況に配慮しながら、名前を入れるなどして敬意を示す。
- ・成果に貢献した人たちは誰であることを認識する。
- ・論文に名前を入れたほうが良い場合もあるし、入れられない人もいる。
- ・お互いの貢献を尊敬しあう。

▼その結果

- ・貢献をリスペクトすることで、信頼が強まるとともに、責任も共有されるため、主体的に関わるようになる。

カテゴリ：変化を起こす グループ：成果が変わる

世界へ広げる

広い地域で役に立てる



活動の成果をまとめている。

▼そのとき

学術論文や書籍として出版することが難しく感じられることがあるかもしれない。

なぜなら

- ・学際、社会共創を対象にした学術ジャーナルは少なく、インパクトファクターが低めで、魅力がないように見えがちである。

▼そこで

タイミングを逃さないように、書きやすいテーマを探して、成果を世界に広めていく。

例えば

- ・学術的成果がないと、次の研究につながらない（研究費が獲れない、就職先が見つからない）。
- ・論文を通じて、成果を広めることができる。積極的に書く。
- ・オープンジャーナルなどを選べば、必要とする人に届くかもしれない。

▼その結果

- ・論文を出すことにより、地域の活性化につながるかもしれない。
- ・プロセスを記述することで、他の地域へ広めることにつながるかもしれない。
- ・共創による研究が増えてくれば、この分野も広がる。

カテゴリ：変化を起こす グループ：成果が変わる

自分も変わる

進化を続ける



共創を成功させたい。

▼そのとき

想定どおりにいかず、自分のやっていることが正しいのか、分からなくなることがある。

なぜなら

- ・どんな地域にも効く、処方箋はない。
- ・始めてのことには試行錯誤がつきもの。
- ・社会はどんどん変わっていく。

▼そこで

新しいことに挑戦することで、自分自身も学びながら変容（進化）を続ける。

例えば

- ・うまくいくには場数と時間が必要。
- ・失敗の連続のあげく、ここに到達しているのであって、最初からうまくいったということは全くない。
- ・こうすれば良いという処方箋はかけないので、せめてこちらの心構えをもって、何度もトライしていく。
- ・時にぶつかり合ったり、人間関係が難しい中でも試行錯誤しながら学んでいく。
- ・同じ地域で次のプロジェクトをするなどして、関わり続ける。

▼その結果

- ・次の機会により良い実践ができる。
- ・自分自身が成長できる。
- ・1つのプロジェクトを終えると関係者の繋がりが強まる。

謝 辞

インタビュー、ワークショップにご協力いただいた皆さまに心より感謝申し上げます。

(敬称略、五十音順、所属はインタビュー・ワークショップ開催当時のもの)

牛島 健	(北海道立総合研究機構)
遠藤 愛子	(長崎大学)
岡田 憲夫	(京都大学)
Koo, Bonjun	(総合地球環境学研究所)
草郷 孝好	(関西大学)
熊澤 輝一	(総合地球環境学研究所)
近藤 康久	(総合地球環境学研究所)
佐藤 哲	(愛媛大学)
高橋 そよ	(琉球大学)
山 泰幸	(関西学院大学)
羅 貞一	(全国災害救護協会災難安全研究所)
中野 元太	(京都大学)
Rampisela, Agnes	(Hasanuddin University)

また、パターンの抽出、体系化、記述に関しては、阿部有里(クリエイティブシフト)さんにご協力いただきました。厚く御礼申し上げます。

共創の心得

2024年9月30日〔初版発行〕

著者：大西有子・菊地直樹

イラスト：中林まどか

発行者：総合地球環境学研究所 知の共創プロジェクト(14200130)

発行所：大学共同利用機関法人 人間文化研究機構

総合地球環境学研究所

〒603-8047 京都市北区上賀茂本山 457 番地 4

H P : <https://www.chikyu.ac.jp/>

ISBN : 978-4-910834-42-9 (電子版)