

ラボベンチの整理の仕方について

Vol. 8
2021.08

研究者として、皆さんは毎日多くの時間をラボベンチで過ごされていることと思います。自分のラボベンチを試薬や道具が取りやすいよう整理することは、ラボでの仕事効率を向上させる上で大変良い方法です。

ここでは、ラボベンチを整理するためのヒントをいくつかお話いたします。

* 本内容は STEMCELL Technologies 社の配信

<https://www.stemcell.com/efficient-research/lab-bench-organization> の簡易訳です。

ピペットとピペットチップは
手の届くところにおきましょう

ピペットは作業台の自分の利き手側に置き、ピペットチップの箱は自分の利き手側の奥、手の届く範囲に置くようにしましょう。必要なものだけを作業スペースに置いておくようにして、余分な箱などは他の所に保管しておきましょう。ゴミ入れは利き手側に置いて、チップを楽に捨てられるようにしておきましょう。

試薬類は効率的に保管しましょう

毎日使用する試薬類は自分の利き手の反対側に置きましょう。使用頻度が低い試薬やストック試薬は、上の棚に置きましょう。

ストック試薬はコンタミネーションしてしまう危険性を減らすため、分注しておくようにしましょう。すべてのものには内容物（試薬組成など）、開封日や分注した日の情報、(もしあれば) 使用期限を記載してラベルしておくようにしましょう。

ラボノートは主要な作業スペースから離れた場所に保管しましょう

試薬などをこぼして汚してしまわないように、ラボノートは主要な作業スペースから離れた所に保管するようにしましょう。

⇒ 第2弾「ラボノート、資料、プロトコルの整理の仕方」をご参照ください

一般消耗品は
指定の置き場所を設けましょう

一般的な消耗品はラボの専用の置き場所に保管し、マーカー、キムワイプ、計算機、ハサミなどはいつも置き場所が分かるようにしておきましょう。

Tips：自分のチューブやボトルが色分けできるよう、色の違うテープをいくつか準備すると良いでしょう。

使用頻度に基づいて
消耗品を整理しましょう

ラックやいつも使用するチューブは自分のベンチの後部中央や目の前の棚などに置いて取りやすくしておきましょう。

各種の消耗品等は、使用頻度に基づき主要な作業スペースや棚の近くにまとめておくようにしましょう。こうしたアイテムは使用する実験ごとにグループ分けして、必要な時に一度に手に取れるようにしておきましょう。

とにかくラベルを徹底しましょう

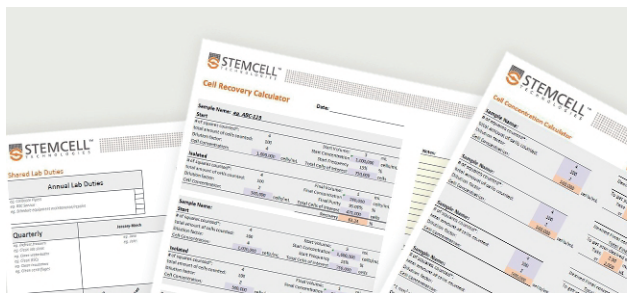
一度保管場所が決まったら、棚やカップボードにラベルを貼り、自分やラボのメンバーがすべてのものをどこにあるのか正確にわかるようにしましょう。

定期的なチェックをおこないましょう

数か月ごとに自分のラボベンチをチェックしましょう。すべての消耗品は、ストックしておく必要がありますか？半年以上使用していない消耗品はありませんか？使用頻度が低い消耗品は離れた場所に保管する、または棚の上の段に置くようにして、もっと頻繁に使用するものための場所を作りましょう。

ラボの整理チェックリストとテンプレート

どのようにラボベンチを整理すべきかは、おこなう実験や作業、定期的に使用するツールなどによって決まります。状況に合わせてチェックリストを作成し、ラボの整理を始めてみましょう。



Stemcell Technologies 社が配布しているラボベンチ整理チェックリストと試薬ラベルテンプレートがあります。ご希望の方は、Stemcell Technologies 社のご登録フォーム (下記リンク) からお申し込みください。

[ご登録はこちら >>](#)

ライフサイエンス研究のための効果的なツールとテクノロジー

細胞分離や細胞培養で使用するツールを上手に選んで、さらに時間と労力を節約しましょう。



[細胞分離、培地を探す >>](#)

References

Guttman, C. (2013). [Keeping Your Lab Organized](#). Retrieved from <https://www.insidehighered.com>



次回は「研究に効率的なツールの選び方」をお届けします。

日本総代理店

株式会社

ベリタス

〒105-0013 東京都港区浜松町1丁目10-14
住友東新橋ビル3号館5階
TEL.03-5776-0078(代) FAX.03-5776-0076
E-mail: veritas@veritastk.co.jp
<https://www.veritastk.co.jp/>