

# ポスター作成のポイント

文責：(社) 全日本鍼灸学会学術部 伊藤和憲

全日本鍼灸学会学術部では、多くの方々が読んで理解しやすいポスターの作成に心がけております。そのため、ポスターの作成に関する注意事項等を手引きとしてまとめることとしました。ポスターの作成にあたりましては、下記の点に留意して作成するようにお願い申し上げます。

なお、ポスター発表が初めての先生方は「**A. ポスター発表をはじめて行う先生方へ**」から、ポスター発表を何度も行っている先生方は「**B. ポスター発表を行う全ての先生方へ**」からお読み下さい。

## **A. ポスター発表をはじめて行う先生方へ**

ポスターを作成するに前に、ポスター発表が持つ長所と短所を発表者側と見る側から考えてみたいと思います。

### **1. ポスター発表の長所**

発表者側

- ・ 研究内容をゆっくり説明することができる
- ・ 多くの先生方と長時間議論することが可能である
- ・ 多くのデータを掲示することが可能である
- ・ 掲示時間が長いので、より多くの人に見てもらえる

見る側

- ・ 内容をゆっくり見ることが出来る
- ・ いつでも・何度でも内容を見ることが出来る
- ・ 発表者に内容を見ながら詳細な質問を行うことが可能である
- ・ 発表者と知り合う機会がある

### **2. ポスター発表の短所**

発表者側

- ・ 内容を繰り返し何度も説明しなければならない
- ・ 1対1の議論が多く、第3者の意見が取り入れにくい
- ・ 準備に時間がかかる

見る側

- ・ 質問しないと討論しないとよい内容が得られない

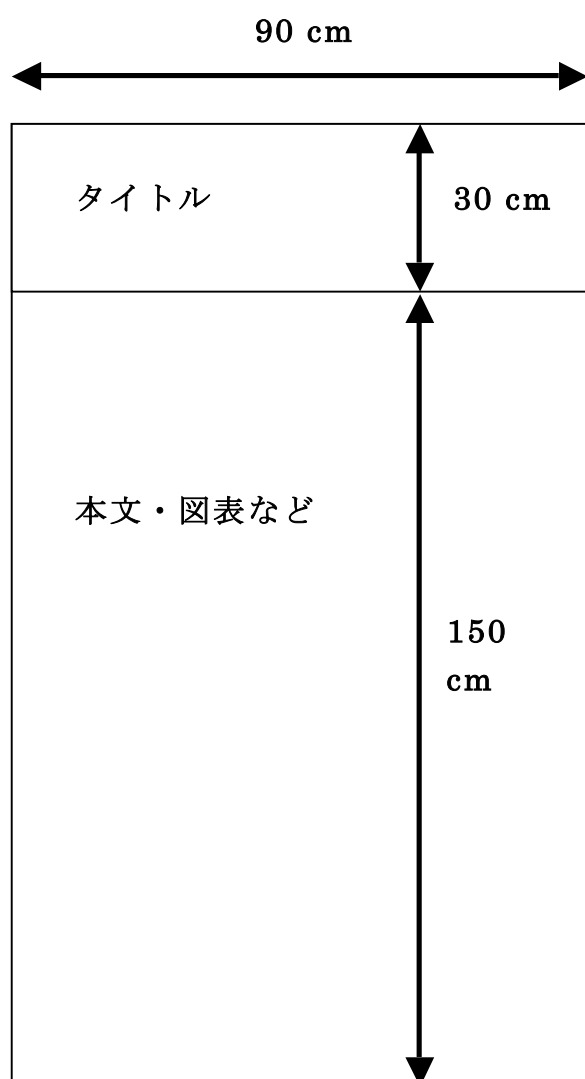
以上のように、ポスター発表は、発表者側から考えると「研究内容をゆっくり・詳細に発表すること

が可能な場」であるのに対し、見る側にとっては「発表内容を見ながら詳細な質問ができ、発表時間外でも見ることが可能な場」ということになります。そのため、ポスターの作成に際してはこれらの点を考慮して作成しなければなりません。

### 3. ポスターの構成

ポスターは、基本的に【タイトル】、【目的】、【方法】、【結果】、【考察】、【結語】の6つで構成されています。なお、症例報告では【方法】の代わりに【症例】、【現病歴】、【所見】に、または【結果】の代わりに【治療・経過】などに変えて作成することも可能です。

まず、ポスターの基本的な構造について解説します



#### ポスターの基本構成

ポスターは「タイトル・所属・氏名」部分と「本文・図表」部分に分かれます。ポスターのサイズは大会により若干異なることもありますが（社）全日本鍼灸学会では全体を「横 90cm×縦 180cm」と規定しており、タイトル・所属・氏名部分に「横 90cm×縦 30cm」、本文・図表部分に「横 90cm×縦 150cm」が割り当てられています。

基本的にはこれらのスペースを自由に利用して構いませんが、下方のスペースは読みづらいために下方は 30cm 程度スペースを空ける方が望ましいとされています。また、左右のスペースもギリギリまで使用するのではなく、左右のポスターとのバランスを考えて、5cm 程度スペースを空けて作成した方がよいとされています。

ポスター作成のポイントは、スペースをギリギリまで使用するのではなく、スペースに余裕を持って作成することです。

各項目に関する詳細なポイントを以下に示します。

#### タイトル・所属・氏名

タイトルは、抄録提出時に登録したタイトルを使用し、勝手に変更することは出来ません。タイトルは、そのポスターの顔でもあることから、なるべくわかりやすく大きな文字（48 フォント以上：文字の量により多少異なります）で作成する必要があります。また、「所属・氏名」はタイトルよりも少し小



## 方法

方法はその研究や治療がどのように行われたのか、またどのような根拠に基づいて効果を判定しているのかについて知る最も重要な場です。口頭発表とは異なり、発表者がポスター前にいないときでもポスターが見られる可能性があります。そのため、方法に関しては発表者が説明しなくてもわかるように、図などを取り入れてわかりやすく作成しましょう。特に「研究報告」では、対象や人数、評価方法や解析方法を、また「症例報告」では、症例の病歴や病態、所見、治療方法などの詳細を明確に記載し、本研究（症例）の特徴が浮き彫りになるように、なるべく詳しく説明しましょう。

注) (社) 全日本鍼灸学会では、毎年多岐にわたる分野が研究・発表されています。そのため、専門分野の違う先生方がポスターを見る機会が多く、専門用語などが多く含まれると理解できないことがあります。ポスターの作成に際し、専門用語などのわかりにくい表現は避けるようにし、やむを得ず専門用語を使用する際には、その用語をなるべく詳しく解説する必要があります。

## 結果

主要となる結果をグラフや表にまとめわかりやすく説明します。グラフや表の大きさは A4 サイズ程度（図の内容により多少異なります）とし、その下に図説を加えます。図説には経過を示す文章だけでなく、図表の見方（略語の説明など）や具体的な数値や統計結果などを記載することが望ましいでしょう。また、評価項目が多岐に渡る場合は、評価ごとや経時的にまとめるなど、なるべく結果がわかりやすいように工夫する必要があります。

なお、原則として抄録に記載した評価に関しては、何らかの形で結果に加えることが望ましいとされています。尚、「症例報告」では、【治療・経過】として置き換えることができます。

注) ・図表の枚数は決まっていますが、ポスター発表のスペースから考えると 4～5 枚程度であると思われれます。方法や考察などで図表を使う場合には、結果で使える図表の枚数は減りますので、どの図を提示した方がわかりやすいかをしっかり考える必要があります。

・図や表を提示したら、必ずその図表を説明するための図説を下につけるようにして下さい。

## 考察

目的（作業仮説）と結果を関連させながら事実を説明し、そこから考えられる事柄に関して理論的に考察します。考察は結果に基づいて行うものであり、結果から離れて推論を重ねることは望ましくありません。結果から考えられる事柄を、図表などを用いてわかりやすく考察しましょう。

なお、本研究（症例）から得られた問題点や課題等も記載するのもよいでしょう。

## 結語

本研究（症例）のポイントとなる事柄について、端的にまとめます。理想的には結語を読んだだけで発表者の意図するところが明確となるとよいでしょう。

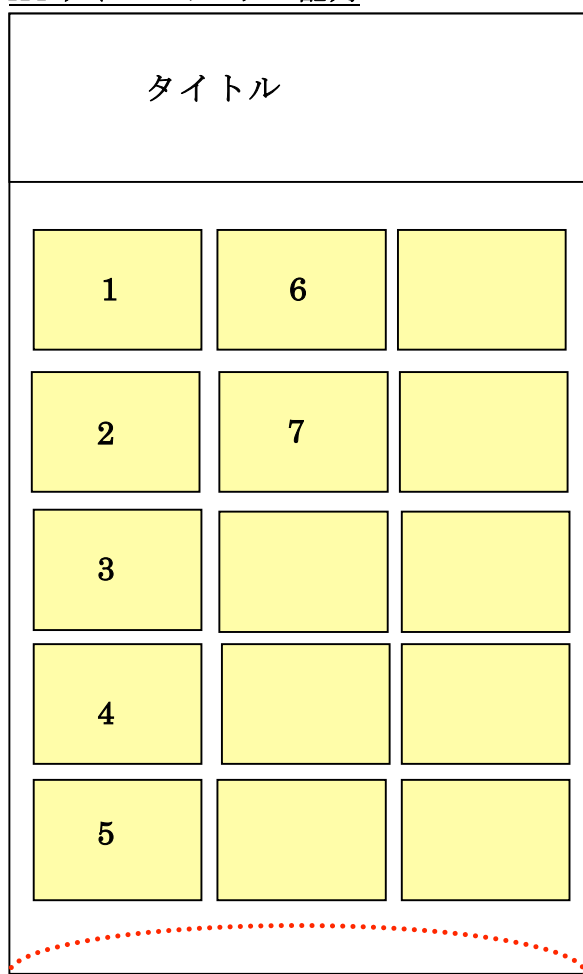
注) スペースによってはカットされることがありますが、結語には単なる結果のまとめと言うだけでな

く、その研究に興味を持ってもらうための導入的な要素もポスターでは含まれています。多くの人にポスターを読んでもらいたいのであれば、結語を加えた方がよいでしょう。

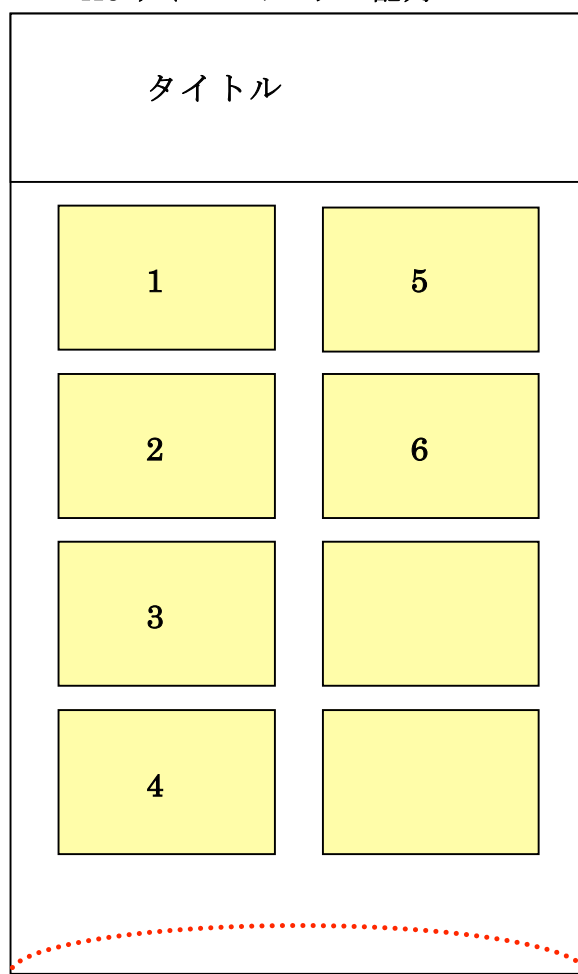
### ポスター掲示の構成について

ポスターは A4、A3 サイズで作成したものを掲示するか、一枚刷り印刷のものを掲示するかのいずれかになります。A4 サイズでは 12~15 枚程度で 3 段組、A3 サイズでは 8~10 枚程度で 2 段組が望ましい掲示パターンです。基本的にはポスターは縦に順番に配列していくことが基本ですが、横長のポスター掲示（横 180cm×縦 90cm）や英語のポスターの場合には横に順番に配列することもあります。

#### A4 サイズのポスター配列



#### A3 サイズのポスター配列



左右と下にスペースを空ける

#### その他の注意事項

- ポスターの配列はあくまでも基本的なイメージです。わかりやすくなるのであれば、ポスターの配置等を多少変えることは可能です。その際はあくまでも、読み手の気持ちを考えて、読みやすいように工夫してください。
- ポスター本文のフォントは 24 フォント以上が読みやすいとされています。1~2m 程度離れても読みやすいフォント数を心がけて下さい。

- ・ 字体に関しても決まりはありませんが、明朝体よりもゴシック体の方が見やすいとされています。小さなフォントにする際は、読みやすいゴシックなどの字体を用いましょう。
- ・ 図表や本文の色に関する決まりはありませんが、視力障害の先生方もいらっしゃいますので、なるべく同系の色は多用するのは避けて下さい。特に、赤や緑は視力障害がある先生方には見にくいので避けましょう。また、ポスターの背景に色をつけ、文字を浮き上がるようにする場合には、青と水色のような同系色はさけ、紺と白、深緑と白のように全く離れた色にしましょう。

## **B. ポスター発表を行う全ての先生方へ（必ず確認して頂きたい作成ポイント）**

全日本鍼灸学会学術部では、他の分野の人たちが読んでも恥ずかしくない、わかりやすいポスターを作成するために、ポスターの作成に際して以下の点を注意していただくように心がけています。

そのため、ポスター作成に際しては必ず以下の点に注意して作成して下さい。

### **\* ポスター作成のポイント \***

1. ポスターは発表時間以外にも読まれることが多いことから、説明しなくてはわからないものではなく、読んだだけで内容がわかるものを作るように心がける。
2. タイトルのフォントは 48 フォント、所属・氏名のフォントは 36 フォント、本文のフォントは 28 フォント以上を基本とし、1~2m 離れても内容が読めるものとする（フォント数はあくまでも参考です）。
3. ポスターの枚数は、A4 サイズで 12~15 枚程度、A3 サイズでは 8~10 枚程度が望ましい（1 枚刷り印刷の場合は上記の枚数を参考に組み立ててください）。
4. 視力障害の先生方もいらっしゃいますので、なるべく同系の色は多用するのは避けてください。特に、赤や緑は視力障害がある先生方には見にくいので避けましょう。また、ポスターの背景に色をつけ、文字を浮き上がるようにする場合には、黒や濃い青などの暗い色を背景に、白や黄色などの明るい色を文字として使用してください。
5. 内容は【目的】、【方法】、【結果】、【考察】、【結語】それぞれを作成し、その順序で掲示してください。ただし、症例報告に関しては、【方法】に関しては、【症例】、【現病歴】、【所見】等で、また【結果】に関しては【治療・経過】等で変更することが可能です。
6. 研究に用いた対象人数や症例数を明確に記載して下さい。
7. 結果に関しては、なるべく具体的な数値を示し、わかりやすく説明して下さい。
8. 人や動物の基礎研究では、倫理的に配慮されていることを記載するようして下さい（人や動物の基礎研究に関しては、ヘルシンキ宣言等の倫理的基準を満たしていることが国際的に求められています）。

### **ポスター作成における自己チェックリスト**

\* ポスターを作成する前に、必ず以下の項目をチェックしてから応募して下さい。

チェック	項目
	ポスターを読んだだけで内容がわかる
	研究内容に倫理的な問題がない
	【目的】、【方法】、【結果】、【考察】、【結語】が記載されている

	症例数や対象人数（匹）が記載されている
	結果が数値等で示せるものはなるべく具体的に示す （具体的な数値を示せない場合は統計結果でも構わない）
	ポスターのフォントが小さすぎない
	視力障害者の先生方のことを配慮した配色である
	1～2m 離れてもポスターが読める
	誤字脱字を確認した

### \* ポスター発表に関する注意事項 \*

ポスター発表では、当日ポスターの前でプレゼンテーションがあります。その際に、以下の点に注意して下さい。

1. 指定された時間までに受付をすまし、ポスターを掲示して下さい。
2. 発表当日は指定された発表時間の 30 分前にはポスターの前にいるようにして下さい。
3. 発表は 5 分程度と短いため、要点のみを簡単に説明するように心がけましょう。すべて説明しようとするとう時間的には足りません。発表はあくまでも、興味を持ってもらうためのものであり、詳しい内容等はポスターを見てもらうようにして下さい（口頭発表と目的が異なります）。
4. 発表終了後もなるべくポスターの前にいるようにし、多くの先生方と議論を深めて下さい。
5. 指定された時間までポスターを掲示して下さい。

### 参考資料

- ・今泉美佳：ポスター発表はチャンスの宝庫。羊土社。

\*この記載した内容は、あくまでもポスターを作るための参考資料です。間違いやお気づきの点などがございましたら、学術部（[gaisam@meiji-u.ac.jp](mailto:gaisam@meiji-u.ac.jp)）までご連絡下さい。