理学療法士が導く、腰痛予防

～その一線を越えさせない～

2026年
職場における腰痛予防宣言！

実施期間
2026年9月1日（火）
～
2027年2月28日（日）

詳しくは**裏面**をチェック！

©近藤たかし&アントンシク
『境界のエンドフィール』／集英社

公益社団法人
日本理学療法士協会
Japanese Physical Therapy Association
JPTA

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

スポーツ庁
JAPAN SPORTS AGENCY

腰痛予防宣言とは？

理学療法士が専門知識を活かして自らの所属施設の腰痛予防に取り組むキャンペーンです。腰痛予防対策に関する3つのミッションに取り組みましょう。キャンペーン終了時の認定状況に応じて、参加施設へ「認定証」が贈呈されます。

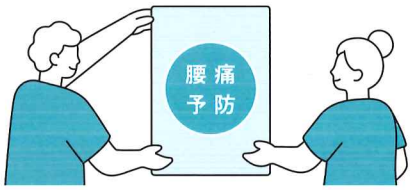
キャンペーン内容や参加方法はこちら！

まずは、腰痛予防ポスターを申請しよう！

腰痛予防のための3つのMission

MISSION 1

腰痛予防ポスターを貼って腰を守る意識を高めよう！



手　順

1. ホームページまたはフォームから、施設代表の会員がポスターを申請する。（1施設につき最大3枚まで申請できます）
2. 届いたポスターを施設内に掲示する。

認定条件

ポスターの申請が完了したら、

銅メダル認定

Mission1 解説動画

※ポスター掲示の報告は不要です。

MISSION 2

腰痛予防講習会を開催しよう！

手　順

1. 講習用資料（スライド・モデル講習動画など）を確認する。※任意
2. 関係部署と開催日程・講習内容を調整する。
3. 腰痛予防講習会を実施する。

認定条件

参加職種・人数を集計し、専用フォームから報告完了で、

銀メダル認定

Mission2 解説動画

MISSION 3

腰痛リスクを調べて改善案を提案しよう！

手　順

1. チェックリストを使って、職場の腰痛リスクを洗い出す。
2. 洗い出したリスクをもとに、改善計画を立てて職場・個人に提案する。

認定条件

改善の効果を評価して、専用フォームで報告完了で、

金メダル認定

Mission3 解説動画

※金メダル認定施設は、協会サイトに施設名を掲載することができます！（掲載希望の施設のみ）

さらに！CHAMPION STAGE

外部施設を支援しよう！

希望する施設は、協会ホームページ（Mission3専用フォーム）に問い合わせ先を掲載できます。
理学療法士が所属していない外部の施設から依頼があった際は、講習やリスク評価を実施してみましょう。

※対応可否・講師料・プログラム内容は各施設が自由に決定いただけます。