



自治体または企業における 成人の健康づくりに 寄与するための手引き

- 都道府県の理学療法士会・作業療法士会の担当者向け -

実践版



一般財団法人 日本公衆衛生協会

はじめに



日本は、生産年齢人口の減少という未曾有の課題に直面しています。この状況は、誰もが
できる限り長く、いきいきと働き続けられる社会の構築を求めると同時に、女性や外国人労働
者を含むすべての人への健康支援の重要性を一層高めています。業務中の転倒や腰痛、生活
習慣病、メンタルヘルス不調等は、個人の健康にとどまらず、就労継続や地域・社会活動を
妨げる要因となり得ます。

理学療法士・作業療法士は、身体機能のみならず、生活や仕事の「活動」、それを取り巻く「環
境」に着目し、課題をアセスメントしたうえで、実行可能な改善策を提案し、継続につながる
支援を行うことができます。さらに、保健や公衆衛生に関わる多職種・多機関ならびに行政職・
保険者・産業保健等の関係機関と協働することで、個人への支援と、職場・地域全体への働
きかけの双方を組み合わせ、より大きな健康効果につなげることが期待されます。

こうした社会のニーズに応えるため、本手引きは、全国の都道府県士会が「健康増進の知識
と技術を共有し、職場や地域社会で実践する」ことを後押しする目的で作成しました。今回の
改訂では、モデルチームの活動経過や伴走支援の経験を踏まえ、取り組みを始める際の手順、
関係機関との連携の進め方、事業化に向けた準備（体制づくり・情報発信・プログラム整備・
評価の考え方等）を、より実務的に活用できる形へ整理しています。私たちの介入は、仕事の
能率向上だけでなく、質の高い生活（Quality of Life：以下、QOL）へと直結します。セル
フチェック等を通じて自身の健康を管理し、早い段階から予防に取り組むことは、個人の将来リ
スクの低減に加え、社会保障コストの増大抑制や健康な労働力の維持にも寄与すると考えます。

本手引きでは、取り組みを進めるための先駆的な事例も紹介しています。人材育成、体制
づくり、県や市町村をはじめとする関係機関との連携例を参考に、本事業を数年かけて拡大し、
国民の就労の継続とQOLの向上に貢献できる支援へと育てていくことが私たちの願いです。
なお、各自治体・保険者・企業等で望まれる保健事業は多岐にわたり、本手引きで紹介して
いるのはその一例に過ぎません。本資料をもとに、各都道府県において多職種・関係機関・
企業と準備や検討を重ね、地域特有のニーズに応える創意工夫あるプログラムを創出してい
ただければ幸いです。私たちの共同の努力で、より豊かな社会、より良い未来を築くための基
盤を強化していきましょう。

一般社団法人 日本作業療法士協会
公益社団法人 日本理学療法士協会

目次

P. 4-5 手引きの活用方法



P. 6 公衆衛生活動について

P. 7 リハビリテーション専門職の強み



P. 8-14 手引き活用のステップ

P. 15 都道府県士会での事業化

P. 16-17 令和6年度モデルチームの活動経過（令和7年の取り組みも含む）

P. 18-19 令和7年度モデルチームの活動経過

P. 20 事業を知ってもらうための工夫



P. 21-22 お役立ちツール



P. 23 奥書

手引きの活用方法

めざす姿

- 各都道府県で、作業療法士・理学療法士および関係者と協力し、成人保健・健康増進等の事業に協力できる。
- リハビリテーション専門職の専門性（評価、提案、行動変容に向けた動機づけ支援、実施にともなうフィードバック等）を活かし、健康相談・健康教室・研修による技術移転等で、講話や説明、事業運営に協力する。
- 各都道府県で、これらの事業に取り組む会員を増やす。士会内体制を整え、地域や社会に貢献できる専門職の活動を増やす。
- 本手引きを活用し、「自治体または企業における成人の疾病・障害の予防、および身体的・精神的健康を増進するための保健活動に寄与する取り組み」を推進する。

4

活動のイメージ

- 働き盛り世代（64歳以下の成人）等に向けた市区町村の成人保健事業、健康増進事業において、保健所・保健センター等の行政が主催する市民向け健康教室等
- 転倒・腰痛・生活習慣病・メンタルヘルス不調等に関する予防に資する支援
- 保険者が主催する、健康まつり等の普及啓発事業等への協力
- 企業・商工会等における、健康教室や労働衛生環境への支援等を通して、労働生産性の維持・向上への協力

具体的な取り組み例

山口県：つながりのある企業での実績から地域へ
茨城県：県士会の強みを活かした事業計画の立案から試験的実践へ
香川県：事業所向け腰痛等予防の取り組みを生活習慣病対策へ
徳島県：県士会の強みを活かし職場のメンタルヘルス対策に参画

根拠法

幼年期 (0～4歳)	少年期 (5～14歳)	青年期 (15～24歳)	壮年期 (25～44歳)	中年期 (45～64歳)	高年期 (65歳以上)
産業保健 労働基準法・労働安全衛生法・労働契約法					
成人保健 健康増進法・がん対策基本法・健康保険法					
高齢者保健・老人福祉 高齢者の医療の確保に関する法律・介護保険法・医療介護総合確保法					
精神保健福祉 精神保健福祉法・自殺対策基本法（大綱）					
障がい者福祉 障害者基本法・障害者総合支援法					
地域保健 地域保健法					

関連法・施策

関係機関・職種

- 自治体の成人保健担当、健康増進事業等担当者
- 保健所・保健センター職員
- 事業に関する専門職（保健師、栄養士、歯科衛生士、心理士〔師〕等）の職能団体
- 企業団体（産業医・保健師・健康づくり担当者）

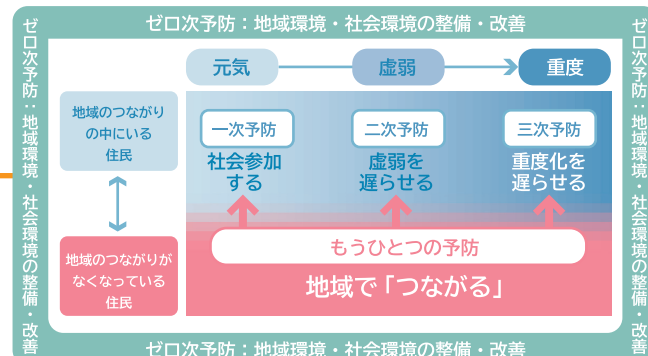
5

手引き活用のステップ

- STEP 1 組織の基盤づくり
- STEP 2 情報収集、地域・企業の実態把握とニーズ調査
- STEP 3 自治体等対象者との協議と活動準備
- STEP 4 健康づくり支援事業の展開・モニタリング
- STEP 5 PDCAを回すための工夫
- STEP 6 事業を維持するための保健事業の仕組み

地域共生社会の実現・地域包括ケアシステムの構築

地域包括ケアシステムの構築を基盤に、地域共生社会の実現に向けて互助を促進し、地域でつながる仕組みの強化への参画が期待されている。



公衆衛生活動について

公衆衛生活動の基本的な考え方

予防重視

疾病が発生してから治療するのではなく、発生を防ぐ。

集団へのアプローチ

個人ではなく、地域や社会全体の健康を対象。

科学的根拠に基づく

疫学データや調査結果を活用。

公平性・アクセシビリティ

誰もが健康サービスを受けられるようにする。

住民参加型

地域住民の理解と協力を得ることが成功の鍵。

ソーシャルキャピタルの醸成

地域の絆を育み、住民が支え合つて健康を守る土壌をつくる。

6

Point・・・考え方のポイント・・・

地域特性に合わせる | 多職種連携 | 持続可能性 | リスクコミュニケーション

Column ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチ

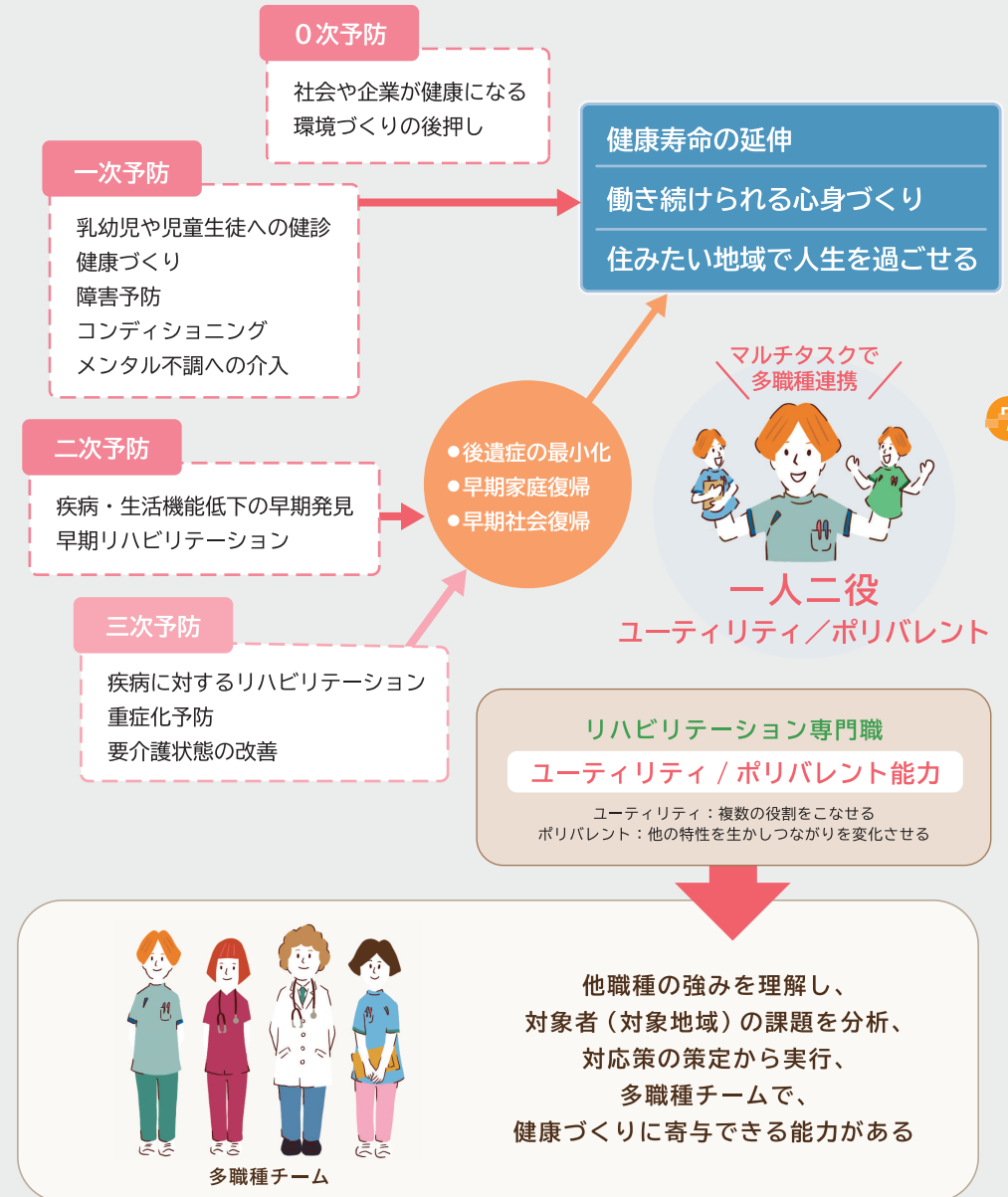
公衆衛生では、集団全体の健康度を高める「ポピュレーションアプローチ」と、リスクの高い個人を支援する「ハイリスクアプローチ」の両方が必要です。ポピュレーションアプローチは、健康な人も含めた母集団全体に働きかけることで、健康格差の縮小や将来の疾病予防につながり、社会全体の健康づくりの基盤となります。生活習慣や環境を改善し、健康行動が自然に選ばれる“健康文化”を育てる点でも重要です。

一方、ハイリスクアプローチは、すでにリスクが高い人や健康課題を抱える人に対して、個別的で

専門的な支援を行い、重症化を防ぐ安全網として機能します。短期的な改善が得られやすく、医療的支援が必要な人を確実に支える役割があります。

公衆衛生では、どちらか一方では十分ではありません。集団全体の健康度を底上げしつつ、支援が必要な人には個別に対応するという、両者の組み合わせによって効果が最大化されます。これにより、地域や職場全体の健康水準が向上し、医療費の抑制や生産性の向上といった社会的なメリットも期待できます。

リハビリテーション専門職が三次予防だけでなく一次予防や二次予防に対応 ～0次予防への参画も期待～



7

手引き活用のステップ

STEP 1 組織の基盤づくり

まずは、都道府県士会の強みを分析しましょう。

強み・機会・財力に関する組織内外の確認事項は、活動を進めるうえでのメルクマーク（進捗状況の基準）としても活用できます。
初めて活動を開始する際には、強み（①②③⑩⑪）、機会（①②③）、財力（①）を確認しましょう。

【リハビリ専門職の特性や技術に関する事項の確認（強みの確認）】創造力・人力（内部環境・プラス要因：強み）

強みに関する事項の確認	① 都道府県士会の強み（リハビリ専門職としての知識や技術、組織機能などの活用力）は何ですか？
	② 都道府県士会が地域や職業人に貢献できる健康づくりは何ですか？（生活習慣病、腰痛、転倒・メンタルヘルス等）
	③ 健康づくりのターゲットとした根拠資料や情報はありますか？（健診データ、健康日本21、保健統計・衛生統計等）
	④ 健康づくりのターゲットにリハビリ専門職の知識や技術はどのように活かされますか？
	⑤ 地域や職業人に貢献できる健康づくり活動によって何がどのように変わることを期待しますか？
	⑥ 貢献できる健康づくり活動の現状・課題・ねらい（目的）を明示できますか？
	⑦ 健康づくり活動の概要を明示できますか？（目標・活動計画・活動予算等）
	⑧ 具体的な健康づくり活動をイメージできますか？（目標・活動スケジュール・作業内容・進捗管理・事業評価等）
	⑨ 健康づくり活動を士会事業としてどのように取り組みますか？（特設、常設、パイロット、既存／分掌事項付加等）
	⑩ 健康づくり活動において、地域の関係団体と連携した事業に参画した実績はありますか？
	⑪ 各都道府県の理学療法士会・作業療法士会の協力・協働事業というスタンスはありますか？

【連携・機会に関する事項の確認】対応力（外部環境・プラス要因：機会）

機会に関する事項の確認	① 県市区町村の保健行政との連絡や相談できる体制はありますか？
	② 県市区町村の医師会との連絡や相談できる体制はありますか？
	③ 協会けんぽや健康保険組合との連絡や相談できる体制はありますか？
	④ 地域企業や商工団体等との連絡や相談できる体制はありますか？
	⑤ 地域の自治会等との連絡や相談できる体制はありますか？

【経費捻出に関する事項の確認】財力

財力に関する事項の確認	① 公的機関による基金事業や補助事業等の募集に関する情報で活用できそうなものはありますか？
	② 団体等（財力等）が募集する研究助成事業等に関する情報で活用できそうなものはありますか？
	③ 都道府県士会独自で事業の予算化ができますか？

STEP 2-1 情報収集、地域・企業の実態把握とニーズ調査

保健行政（国や自治体）の課題や施策を確認し、何に重点を置いているか等の情報収集を行いましょう。

保健事業を展開しようと考えている自治体の施策を確認

- 自治体の健康増進計画
- データヘルス計画（国民健康保険・全国健康保険協会）

各事業計画に記載された現状をより詳細に確認

- 各自治体の統計データ（人口・産業・衛生等）
- e-Stat（日本の統計が閲覧できる政府統計ポータルサイト）全国や他県との比較等
- NDB オープンデータ（レセプト情報・特定健診等情報データベース）

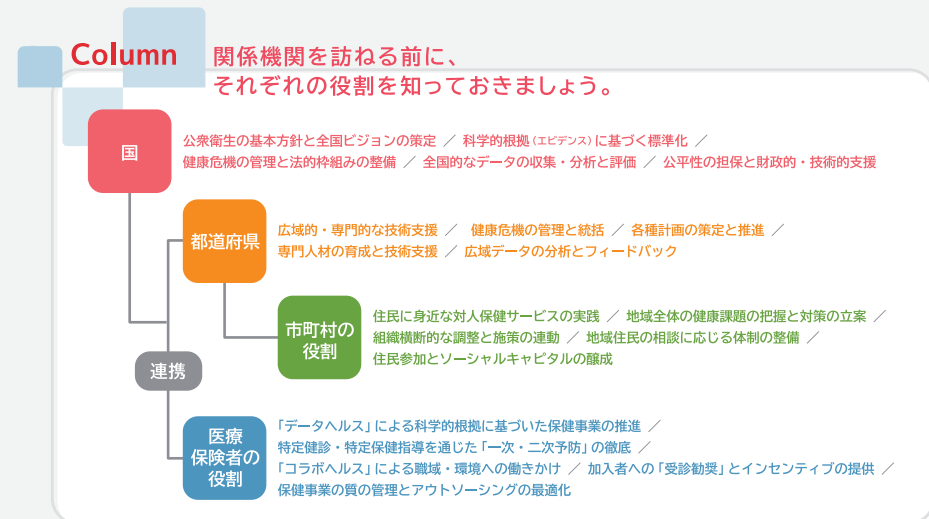
その他

- 関係機関の連携の窓口

地域診断を始めましょう

地域の人口構成や地理的環境などの概要、
疾病構造や死亡率など、保健事業を展開しようと考えている
自治体等事業対象者の状況を把握しましょう。

Column 関係機関を訪ねる前に、それぞれの役割を知っておきましょう。



STEP 2-2 (内部準備) 具体的な事業イメージを確立

現状と理想(目指す姿)、そのための戦略としての事業内容、実行度、将来的な展望を、イメージしましょう。
その際、複数の代案も考えておくと、先方のニーズに合わせて提案ができます。

円滑に進めるための重要な視点



Column 心理的安全性に基づく『価値創造』の柱

1 話しやすさ

- ・話す、聞く
- ・報告する
- ・問題に気づいたときに、率直に指摘しあえる

4 新奇歓迎

- ・個性を発揮、歓迎する
- ・相手の強み、弱みを知る
- ・個人の強みや個性を発揮できる環境がある

2 助け合い

- ・相談する、相談に乗る
- ・ピンチをチャンスにする
- ・問題が起きたときに人を責めず、前向きに対処できる

3 挑戦

- ・挑戦する
- ・工夫する
- ・前例がないものでも、取り入れることができる

心理的安全性を
構成する
重要な4つの因子

心理的安全性を土台に、共通のゴール(目的)へ向かって、リソースを賢く使いながら試行錯誤を繰り返す

STEP 2-3 自治体等事業対象者からのヒアリング

具体的事業の実施に向け、
つながりのある機関・部署を訪ね、情報収集しましょう。

ヒアリングの際は、「アイデアのリング」の例が示すように、頭の中にある理想像と現実の姿の違いを意識しつつ、誰もが共有できる具体的なイメージを用いて説明します。相手の努力をしっかりと認めて言葉で伝えることは、良い関係づくりに欠かせません。打ち合わせでは、相手のニーズや期待を丁寧にくみ取り、それに応じた提案や調整を行うことが大切です。また、説明の際には専門用語や抽象的な表現を避け、認識のズレが生まれないよう、具体的でわかりやすい言葉を使うことを心がけましょう。運動指導を行う場合は、生活リズム・身体機能に応じ、継続しやすい内容にしましょう。

窓口の設置

地域・職域連携協議会に参画している関係機関とつながる方法

協議会への正式な参画を目指す	都道府県士会として、協議会の構成メンバーに加わることで、専門職の視点を政策や事業に反映できるようになる。
地域の健康課題に関する情報提供・提案	協議会では地域の健康課題について意見交換が行われている。都道府県士会が持つ現場の知見やデータを活かして、課題解決のための提案を行うことができる。
共同事業の企画・実施	地域特性を活かした健康づくりの共同事業を企画・実施することもできる。たとえば、生活習慣病予防や転倒予防、職場での健康支援など、リハビリ専門職が得意とする分野で関係機関等他の専門職種と連携できる。
出前講座や研修事業への協力	地域では健康づくりに関する出前講座や研修事業が行われていることが多く、そこに講師として参加することで、協議会事務局や関係機関とのつながりを深めることができる。

事業対象者の見つけ方

1 関係機関と連携をせずに単独で保健事業を展開する場合

- ① 対象者・企業等を自分で探す(知り合いの企業、友達の勤務する会社等)
- ② 直接交渉(企業等の担当者に営業に出向く等)
- ③ 費用の確保(助成金や補助金等の利用) 【エイジフレンドリー補助金】
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_09940.html
- ④ 啓発活動
- ⑤ 窓口の設置(相談や依頼を受ける窓口の設置が必要)



2 関係機関と連携する場合(弱いつながり)

- ① 地域・職域連携推進協議会に参画できていない場合、連携機関を探し、事前に相手との会合や話し合いの時間を設定し、直接交渉を行います。
- ② 保健事業に携わるリハビリテーション専門職としての役割等をわかりやすく説明しましょう(リーフレット等の使用)。

STEP 3 自治体等対象者との協議と活動準備

関係機関の意見や都道府県士会の強みを再確認し、自治体等事業対象者と協議を行います。

STEP 4 健康づくり支援事業の展開・モニタリング

対象者の理解から行動変容・定着までを支援する仕組み



Column 気づきを促し、行動変容を支えるリハ専門職の役割

リハビリテーション専門職は、身体機能の評価や運動指導だけでなく、対象者に「気づき」を生み出す役割を担っています。人は「言われたからやる」のではなく、「気づいたから変わりたい」と思えたときに行動を起こします。行動変容には、無関心期・関心期・準備期・実行期・維持期の5段階がありますが、リハ専門職が特に力を発揮できるのは初期の3段階です。関心期には必要性を丁寧に伝え、準備期には始め方を一緒に考えるなど、段階に応じた支援が重要です。こうした関わりは、対象者の行動変容を促すだけでなく、企業の生産性向上や従業員の定着にもつながります。

行動変容の5ステージ

- ① 無関心期：興味なし ← 気づきを促す
- ② 関心期：必要性を感じ始める ← 意味づけを支援
- ③ 準備期：始める方法を考える ← 実行への橋渡し
- ④ 実行期：行動を開始する
- ⑤ 維持期：行動を続ける

※ 理学療法士・作業療法士が特に力を発揮できるのは①～③



情報提供の3要素



STEP 5 PDCA を回すための工夫

評価と改善のサイクルが機能することで、事業の質は継続的に向上します。

事業成果を把握するために、必要な評価（アセスメント）は事前に検討・選択しましょう。

効果測定（目的・目標の達成度、数値目標に対する効果の分析）

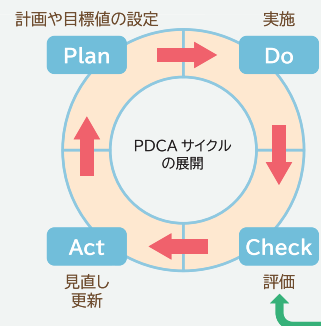
- 対象者、企業等の健康状況を評価する（人・環境等）
自主的・主体的な活動も評価対象となります
- 評価から得られたデータを分析し、課題を抽出
- 効果はデータや画像等で提示を
- 対象者や企業等の気づきを大切に
- 行動変容もサポートしましょう

事業評価

- 事業関係者間の連携
- 課題の共有
- 多職種や地域団体との協働
- 次の改善につなげるプロセスが確立されていたか
- 活動を担う人材育成とスキルアップの機会
- 個人情報の保護等情報管理の徹底



PDCA サイクル



保健事業の評価

- ①「個人」を対象とした評価
個人を単位とした評価は、保健指導方法をより効果的なものに改善することや保健指導の質を向上させることに活用できる。
- ②「集団」を対象とした評価
集団を単位とした評価は、保健指導方法や事業の改善につなげることが可能となる。
- ③「事業」の評価
事業のプロセス（過程）を評価することができる。このことにより、効果的、効率的な事業が行われているかの判断が可能となり、改善につなげることができる。（ドナバディアン・モデル）

事業を維持するための 保健事業の仕組み

保健事業の評価フレーム

事前準備・体制（基盤）

- 方向性の整理（士会内の打合せ）
- 役割分担の明確化
- 自治体・職域との連携体制構築
- 専門的助言を得る仕組みづくり
- 地域診断・ニーズ把握
- 予算確保・人員配置

プロセス（過程）

【評価】

健康評価・環境評価

【分析】

データ分析 → 課題抽出

【支援】

行動変容ステージに応じた働きかけ（無関心期→関心期→準備期）

【工夫】

気づきを促す仕組みづくり

【対応】

ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチ

【継続】

離脱者フォローアップ

【満足】

対象者の満足度の把握

アウトカム（結果）

- 目標達成度の確認
- 健康状態の変化
- 生活習慣の改善
- 行動変容の指標
- ベンチマーク比較
- 地域・実施者への波及効果
→ 事業の有効性・持続性を検証

都道府県士会での事業化

改めて整理しましょう。

① 外向きの準備

外向き準備は、地域や職域での保健活動を円滑に進めるための基盤です。

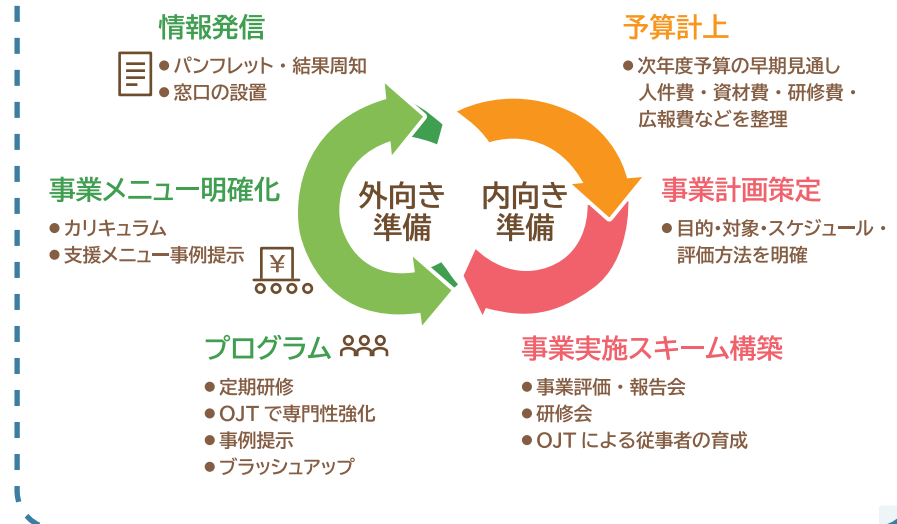
情報発信・窓口整備・プログラム明確化・費用管理を事前に行うことで、関係機関との信頼関係を築き、活動の認知度と参加率を高め、健康づくりの推進につながります。

② 内向きの準備

内向きの準備は、事業を継続的かつ効果的に運営するための基盤です。

事業計画策定・事業実施スキーム構築・事業予算の計上においては、対象者のニーズを踏まえ、理学療法士・作業療法士の強みや士会の特長を活かした提案ができると、よいでしょう。

都道府県士会



令和6年度モデルチームの活動経過
(令和7年の取り組みも含む)

山口県理学療法士会

～つながりのある企業での実績から地域へ～

県士会の強み

強み：2024年度より県士会内で保健事業推進部新設、産業理学療法を重点化。
機会：労働災害（転倒1位、動作の反動3位）と30～40歳代の運動習慣低下という地域課題。
SAFE協議会アドバイザー参画（2024年～）。
予算：県士会理事会でモデル的に単年度予算化して実施。
講師謝金規定（認定 / 専門 PT 60分 @12,000円など）整備。

地区診断

情報収集：山口県労働災害統計（2023年度）：転倒 21.6%、墜落・転落 15.5%、
動作の反動 12.0%、製造業最多。
県民意識調査（2022年度）：30～40歳代の運動習慣低下顕著。

立案プラン

対象：製造業従事者 20名（管理職・製造ライン等）
内容：作業分析、動作改善、「これだけ体操」導入、朝礼時体操、環境評価
頻度（研修会）：3回実施

つながった窓口

戦略：既存つながりの企業（下関酒造）でモデルケース構築。小規模でも確実な実績により、
SAFE協議会・産業保健総合支援センターへの提案力獲得。市町担当窓口との協議機会
獲得。産業理学療法の実装に向け段階的前進。

実際の展開

下関酒造株式会社（従業員23名）。対象20名（男性8名、女性12名、平均46.47歳）、主訴：腰痛。
評価：①JLEQ（腰痛評価）38.3点、②SPQ（生産性）7.8%低下、③転倒災害チェック
シート15.3点、④作業分析（上体前傾＋ねじり動作特定）、⑤自由記述調査。
成果：
定量評価：JLEQ改善（ $p<0.05$ ）、SPQ悪化（ $p<0.05$ ）。腰痛症状改善も生産性向上は限定的。
単発介入の限界を確認。
行動変容：65%が実行期へ移行。朝礼体操定着（11月～継続）。
研修評価：座学74%、実技79%が「役立った」。環境課題認識69%。
医療連携：従業員1名を医療機関へつなげた。

実際の展開までの工夫点 (アドバイス)

小さく始める：完璧な計画より実践優先。
作業分析活用：人間工学的視点でリスク動作特定→実践的改善策提案。
科学的根拠：5軸評価（JLEQ、SPQ、転倒チェック、意識調査、自由記述）。統計解析実施。
段階的实施：座学→実技→資料配布→職場体操導入。
課題開示：SPQ悪化結果を公表。単発介入の限界、継続支援の必要性を明確化。

今後の展望

制度化：各市町との連携、産業保健総合支援センターとの協働、SAFE協議会アドバイザー
参画継続、多職種連携推進。
人材育成：県士会内での産業理学療法人材育成。県士会内研修体系構築。
地域展開：モデル事業→効果検証→多機関連携→制度化のロードマップで県内全域展開。

令和6年度モデルチームの活動経過
(令和7年の取り組みも含む)

茨城県作業療法士会

～県士会の強みを活かした事業計画の立案から試験的実践へ～

将来的に協会けんぽや産業保健総合支援センターの委託事業化を見据えた
県士会の重要事業として展開

1. 強み・リソースの再確認

- ・組織の凝集性とネットワーク：全市町村 POS 配置ネットワーク
- ・キーマンとの接続：職域機関との人的パイプを持つ部員が存在

2. 地域診断と戦略立案

- ・メンタルヘルス不調や自殺率等の地域課題を特定する
- ・「真面目・義理人情」な県民性に合ったアプローチを選択

3. 連携窓口と体制構築

- ・協会けんぽ・さんぽセンター等へ出向き「顔の見える関係」を構築
- ・既存の介護予防システムを応用した人材育成をベースに産業保健領域の拡大を見据える

4. 実践・評価・還流

- ・1回1時間、講座のシリーズ化（メンタル・余暇・作業バランス）
- ・ワークショップを軸とした参加型講座を展開。
- ・GHQ12/SPQによる効果の客観的指導を用い、事業所へ可視化とフィードバック

2025年度：事業立ち上げと実施概要



実施体制

1か所の協力事業場
年3回の継続的な出前講座を
シリーズ化して実施。



参加対象

定員15名枠。
管理者と一般従業員の
混合参加。



講座形式

1回1時間の集中型。
講話だけでなくワークショップ
を軸とした能動的学習。

評価指標による成果の客観的測定



※SPQ:プレゼンティーズムによる生産性損失 / GHQ-12:点数が低いほど良好。全3回を通じて一定の改善成果を確認。

令和7年度モデルチームの活動経過 香川県理学療法士会

～事業所向け腰痛等予防の取り組みを生活習慣病対策へ～

1. 事業の背景と目的

香川県理学療法士会では、これまで産業保健総合支援センターと連携し、事業所に対して腰痛予防等の健康教育を提供してきた実績がある。この既存の連携体制を基盤とし、香川県において課題となっている糖尿病をはじめとした生活習慣病対策へと理学療法士の関与を拡大することを本事業の目的とした。

2. 強み・リソースの再確認

高齢者を対象とした健康教育および介護予防事業の実績 / 産業保健総合支援センターとの連携による事業所向け健康教育の実施経験 / 生活習慣病領域に関する専門的知識を有する理学療法士の存在 / 香川県理学療法士会の組織的活動基盤

3. 地域診断と戦略立案

香川県では糖尿病に関連する指標の悪化がみられ、県の健康増進計画でも重点課題として位置付けられていることから、生活習慣病対策は喫緊の地域課題となっている。産業保健総合支援センターとの連携を強化し、腰痛予防等の講座を生活習慣病対策へと発展させることを戦略とした。協会けんぽと連携した事業所への出前講座の実施 / 生活習慣病予防をテーマとした新たな講座モデルの構築 / モデル事業の実施を通じた実績の構築 / 将来的な協定締結および事業の制度化

4. 実施に向けた関係機関との調整

協会けんぽ香川支部 / 香川県健康福祉部健康政策課 / 健やが香川県民会議

2025年9月には香川県健康福祉部主催のシンポジウムに参加し、健康政策課および協会けんぽ関係者と直接面談を行い、事業内容の説明およびチラシ配布の許可を得た。2025年10月には協会けんぽに対して事業提案資料およびチラシを提出し、企業向けメールマガジンにて事業案内を配信していただいた。2025年11月には協会けんぽとの正式な打ち合わせを実施し、健康宣言事業所への講座提供や今後の事業連携の可能性について具体的に協議した。

5. 実践内容とモデル事業の構築

生活習慣病予防をテーマとした出前講座の企画提案 / 企業向けチラシの作成および配布 / 講師体制の構築（複数名の理学療法士による対応体制） / 協会けんぽを通じた企業への周知活動
また、次年度に向けて年間10件程度のモデル事業の実施を計画しており、実績を構築した上で事業の継続的展開および有料化を目指す方針とした。

6. 成果

生活習慣病対策に特化した講座モデルの構築 / 理学療法士による産業保健分野への参入モデルの確立 / 協会けんぽとの連携体制の構築 / 事業所への事業周知体制の確立 / 今後の協定締結に向けた基盤の構築
特に、協会けんぽとの直接的な協議および企業への周知が実現したことは、今後の事業展開における重要な成果である。

7. 今後の展開

協会けんぽとの協定締結を目指し、モデル事業を通じた実績構築を進める。また、市町村および行政機関との連携を強化し、生活習慣病対策における理学療法士の役割を明確化するとともに、持続可能な事業体制の構築を図る。

8. 関係機関との連携を円滑に進めるための工夫点

関係機関との直接面談を通じた信頼関係の構築 / 相手方のニーズを事前に把握した上での提案 / 提供可能なサービス内容の具体的提示 / チラシ等の資料整備によるわかりやすい情報提供 / 段階的なモデル事業の実施による実績構築

本事業は、理学療法士が生活習慣病予防を目的として産業保健領域に関与する新たなモデルとなり、今後の地域保健活動の発展に寄与するものと考えられる。

令和7年度モデルチームの活動経過 徳島県作業療法士会

～県士会の強みを活かし職場のメンタルヘルス対策に参画～

～現場の『気づき』を生む健康職場づくり～

（株）KOFs に対する作業遂行分析を用いたモデル事業
将来的に徳島県における産業保健分野で専門職としての役割を担うことを目指す

1. 強み・リソースの再確認

- メンタルヘルス分野の作業療法士でチーム編制し、臨床思考を健康職場づくりに応用。
- 健康職場づくりに関心がある企業と当会とのつながりがあった。

2. 地域診断と戦略立案

- 課題：健康問題が深刻化してからの「事後対応」が主流であり、人的リソース不足から具体的な作業環境の改善まで手が回っていない。作業療法士が産業保健分野で認知されていない。
- 戦略：「個人の健康管理」に留まらず、ストレス要因が「作業の手順や内容」「物理・組織的環境」にあるのかを可視化し、具体的な改善策を提供。さんぽセンターや協会けんぽとの連携を強化し、人的リソース不足を補完することで、地域産業保健に寄与する。

3. 連携窓口と体制構築

- 協会けんぽ、さんぽセンターを訪問するとともに、両機関が主催する研修会への参加。
- 事業内容が理解できるリーフレットの作成と配布。

4. 実践・評価・還元

- ストレスチェック57項目を人・環境・作業の要素に再構成。
- 管理者に対しどのような健康職場にしたいのか目標設定。現在の遂行度と満足度を聴取。
- 従業員にストレスチェックを実施し人・環境・作業の適合性を分析。
- 改善プログラムの立案と選択。実施と再評価。

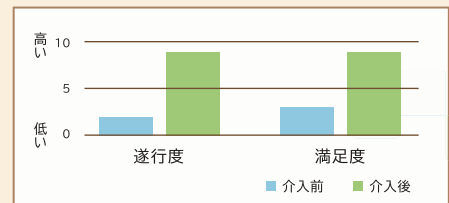


介入効果:介入前後の遂行度・満足度(10段階)

改善プログラム：合意目標「不安や緊張をやわらげ肩凝りを減らす」ことに対しグループワークを実施。改善策「作業伝達ボードの活用」「業務時間内のストレッチ Time の導入」に従業員と管理者で共有し1カ月間実施。

従業員の声

- LINEでの情報共有が中心だったが、対人でミーティングすることが、重要だと気付いた。
- 空いた時間は、棚の整理などもしていたが、ストレッチをするだけで気持ちも体もリフレッシュできるかもしれない。
- イライラや緊張することも肩が凝る原因とは知っていたけど、どうしようもないことだと思っていた。解決策が出てくるんだと思った。



事業を知ってもらうための工夫

事業を地域に届けるために

チラシは事業や健康づくりの取り組みを地域に伝えるための大切なツールです。
専門職の活動を地域に知ってもらうために、チラシの活用を進めていきましょう。

オモテ

ウラ

香川県理学療法士会 生活習慣病予防・改善サポート 講義開催募集

運動を通して
一人ひとりが
健康と向き合う
きっかけを

ご相談お待ちしております

運動の専門家である
理学療法士を
活用してみませんか？

本事業は、県民の生活習慣病（糖尿病、高血圧、脂質異常症など）の予防および重症化防止を目的とし、理学療法士による運動指導を中心に、生活習慣改善を支援するものです。地域における健康寿命の延伸と医療費抑制を目指しています。

POINT1/

医学・運動の専門家から学ぶ
医学的・運動的知識を取り入れ、生活習慣病の基礎知識、運動の方法や効果をお伝えいたします。

POINT2/

講義+実践形式にも対応
正しいウォーキング方法や筋力トレーニング、ストレッチ等の指導も実施可能です。

POINT3/

スケジュール調整可能
ご希望の日時に合わせて対応可能な理学療法士を派遣いたします。

利用料金
無料（11月から2月まで先着5件）
※モニター期間となっております

申し込み
お申し込みください

香川県理学療法士会
健康増進推進部
TEL: (0877) 41-2330
FAX: 0877-41-2332
E: kagawa.pt.kenkouzoushin@gmail.com
(担当者名: 稲原 佳子)

チラシ作成のPoint! チラシ作成の際には、次の点を意識すると
伝わりやすくなります。

- ① A4 サイズ 1 枚で
- ② 申込は FAX がよい(FAX しかない所が多い)
- ③ わかりやすい内容に!! 情報量を整理(多過ぎ注意)
- ④ 協会けんぽ、市町村、ターゲットに届く配布・設置の工夫
- ⑤ 費用を明確にすること



お役立ちツール ①

日本理学療法士協会と日本作業療法士協会が共同で受託している
地域保健総合推進事業の報告書を読みたい

日本理学療法士協会

日本作業療法士協会

2022年度(令和4年度)

年度	報告書
令和4年度 地域保健総合推進事業	報告書 (PDF: 2.5M)
令和3年度 地域保健総合推進事業	報告書 (PDF: 2.5M)

2021年度(令和3年度)

年度	報告書
令和3年度 地域保健総合推進事業	報告書 (PDF: 2.5M)
令和2年度 地域保健総合推進事業	報告書 (PDF: 2.5M)

2020年度(令和2年度)

年度	報告書
令和2年度 地域保健総合推進事業	報告書 (PDF: 2.5M)
令和1年度 地域保健総合推進事業	報告書 (PDF: 2.5M)



転倒予防・腰痛防止の啓発資料や リーフレットで活用できるものを知りたい

厚生労働省

「転倒予防・腰痛予防の取組(啓発資料・リーフレット・動画)」



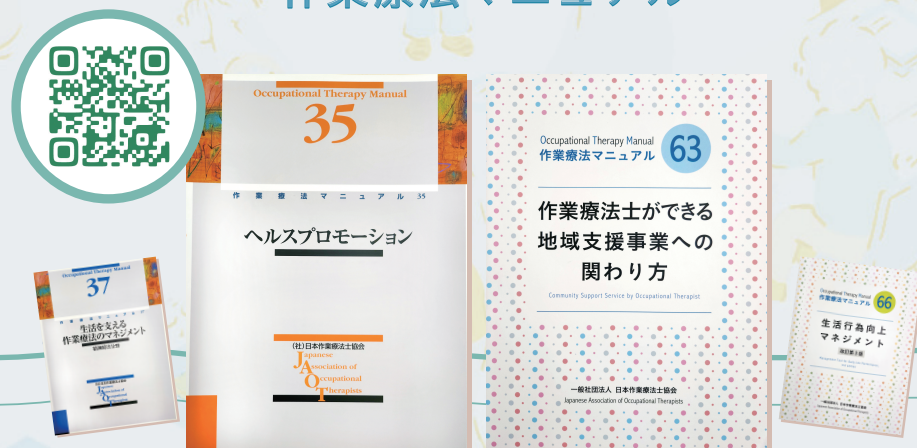
お役立ちツール ②

理学療法ハンドブック



日本理学療法士協会「理学療法ハンドブック」

作業療法マニュアル



日本作業療法士協会「作業療法マニュアル」

奥書

(一財) 日本公衆衛生協会
令和 7 年度 地域保健総合推進事業

自治体または企業における成人の健康づくりに寄与するための手引き

- 都道府県の理学療法士会・作業療法士会の担当者向け -

実践編

報告書

発行日：令和 8 年 3 月

発 行：(一財) 日本公衆衛生協会

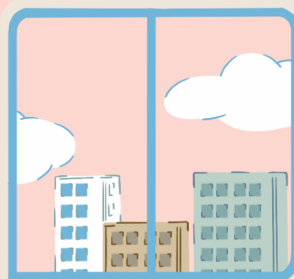
分担事業者

(公社) 日本理学療法士協会

(一社) 日本作業療法士協会

無断複写、複製、転載を禁ず。





一般財団法人 日本公衆衛生協会



発行：一般財団法人 日本公衆衛生協会

〒160-0022 東京都新宿区新宿 1-29-8

URL <http://www.jpha.or.jp/>

TEL 03-3352-4281

FAX 03-3352-4605

2026年3月発行