

初学者のための

「ポスター」の作り方

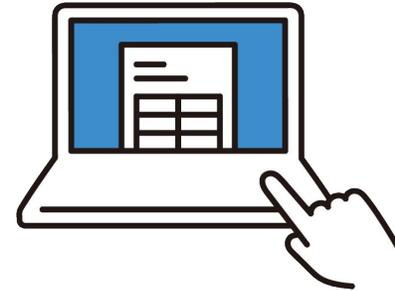
一般社団法人群馬県理学療法士協会 学会部



当資料の目的

学会発表用ポスター作成において

- ✓ 基本ルールを理解すること
- ✓ 視覚的に伝わるデザインの工夫を理解すること
- ✓ 印刷・入稿に必要な注意点を把握すること





発表用ポスターの作成にあたって

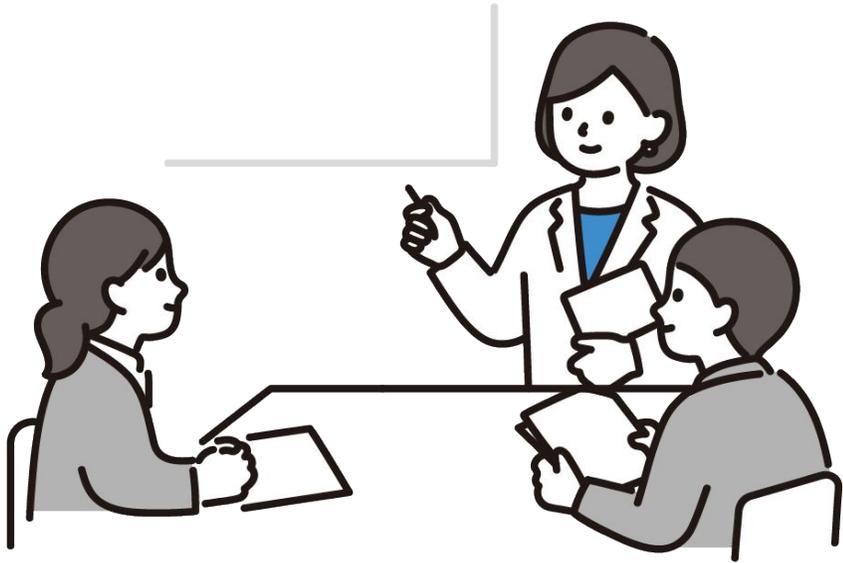
学会発表におけるポスターの役割は
「発表者が不在でも内容が伝わる資料を作る」ことです。

視覚情報を使って、研究の要点を明確に伝えましょう。
情報は「読む」のではなく、「見る」感覚で提示します。





学会の規定・特徴をCheck



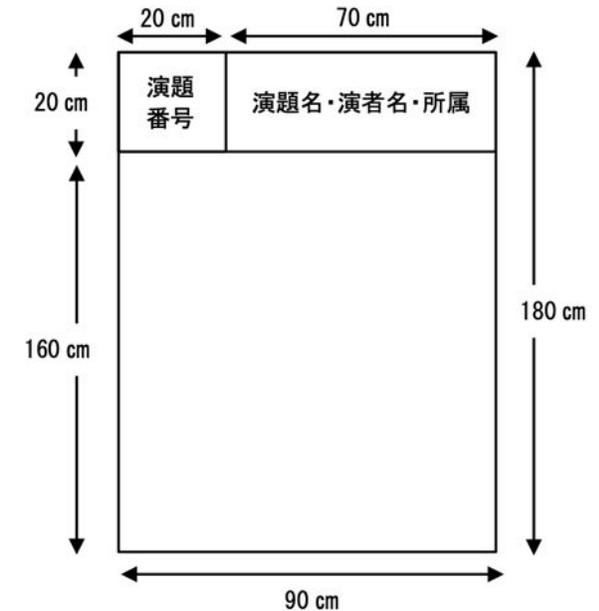
- ・ポスターのサイズの指定は？
- ・発表時間はあるのか？
- ・聴講する人は(PT?, それ以外?)?
- ・COI開示の義務は？ など



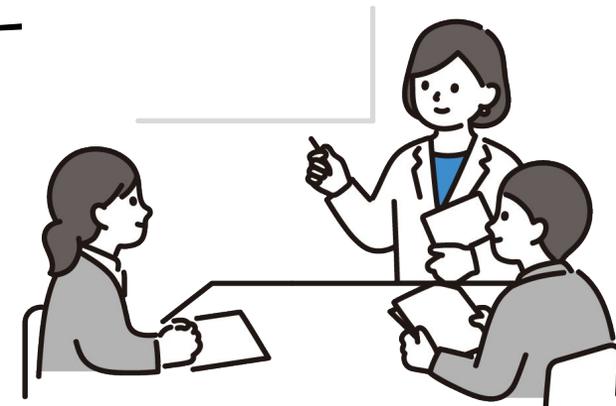
群馬県理学療法士学会では

- ・ポスターは指定範囲内に収める
 - ・発表7分間、質疑3分間
 - ・利益相反について発表時に必ず開示
- 『利益相反(Conflict of Interest: COI)の開示に関する基準』に準拠 など

***変更となる場合があるため、必ず学会HP等で確認する**



応募・発表にあたり様々な決まりがあります
募集要項を確認してみましょう！





利益相反 (Conflict of Interest: COI) の記載例

タイトル	
	林翔太 ¹⁾ , ○○○○ ¹⁾ , ○○○○ ²⁾ 1) ○○○○大学, 2) ○○○○病院
【はじめに】	
【方法】	
【結果】	
【考察】	

*第○○回群馬県理学療法士学会 COI開示
本演題に関連して、演者らに開示すべき利益相反はありません

なし

***第○○回群馬県理学療法士学会 COI開示**
本演題に関連して、演者らに開示すべき利益相反はありません

あり

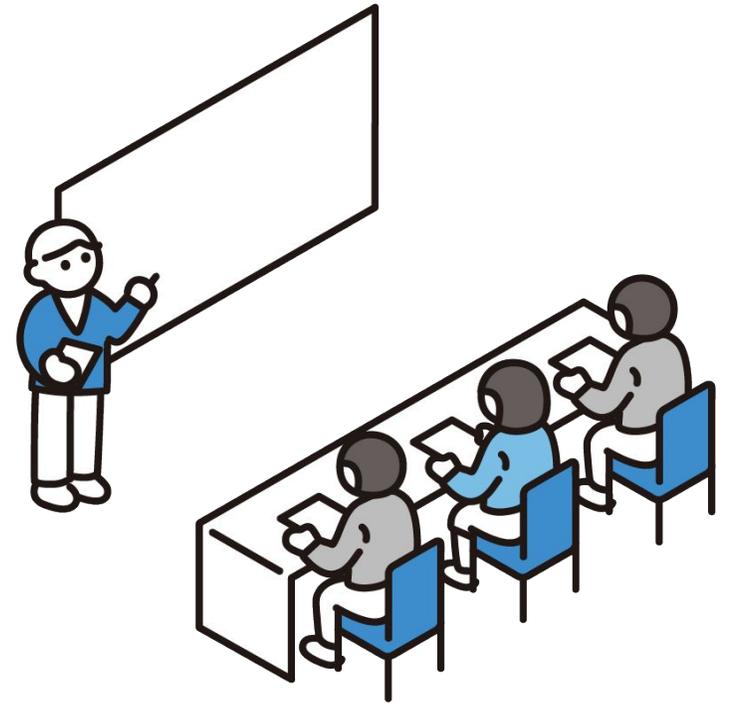
本演題に関連し、発表者らが開示すべきCOI関係にある企業などとして、

- | | |
|---------------|-------------|
| ①顧問 | なし |
| ②株保有・利益 | なし |
| ③特許使用料 | なし |
| ④講演料 | なし |
| ⑤原稿料 | なし |
| ⑥受託研究・共同研究費 | ○○株式会社 |
| ⑦奨学寄附金 | ○○株式会社 |
| ⑧寄付講座所属 | なし |
| ⑨試薬・機器・役務当の供与 | あり (○○株式会社) |
| ⑩特別な便益の提供 | なし |

ポスター下部(もしくは上部)に記載していることが多いです。

作成における5つのポイント

- ① 伝わるサイズで作る
- ② 視線を導くレイアウト
- ③ 見やすく整える
- ④ 図表の選択
- ⑤ きれいに印刷できる形に



作成における5つのポイント

- ① 伝わるサイズで作る
- ② 視線を導くレイアウト
- ③ 見やすく整える
- ④ 図表の選択
- ⑤ きれいに印刷できる形に

- ①
 - ✓ 印刷サイズに合わせて作成
 - ✓ 文字も画像も大きめに
 - ✓ 情報を収まる範囲で整理

power pointで作成できる最大サイズ
1422 × 1422mm

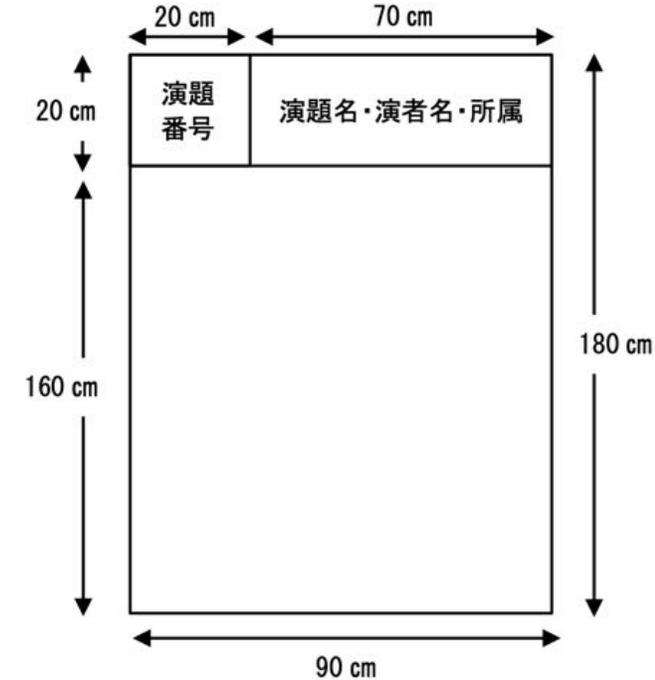
1400mm (高さ) × 700mm (幅)の縮尺サイズで作成



(施設等に印刷機がある場合)1.3倍で印刷
(業者に依頼する場合)1800mm × 900mmで印刷依頼

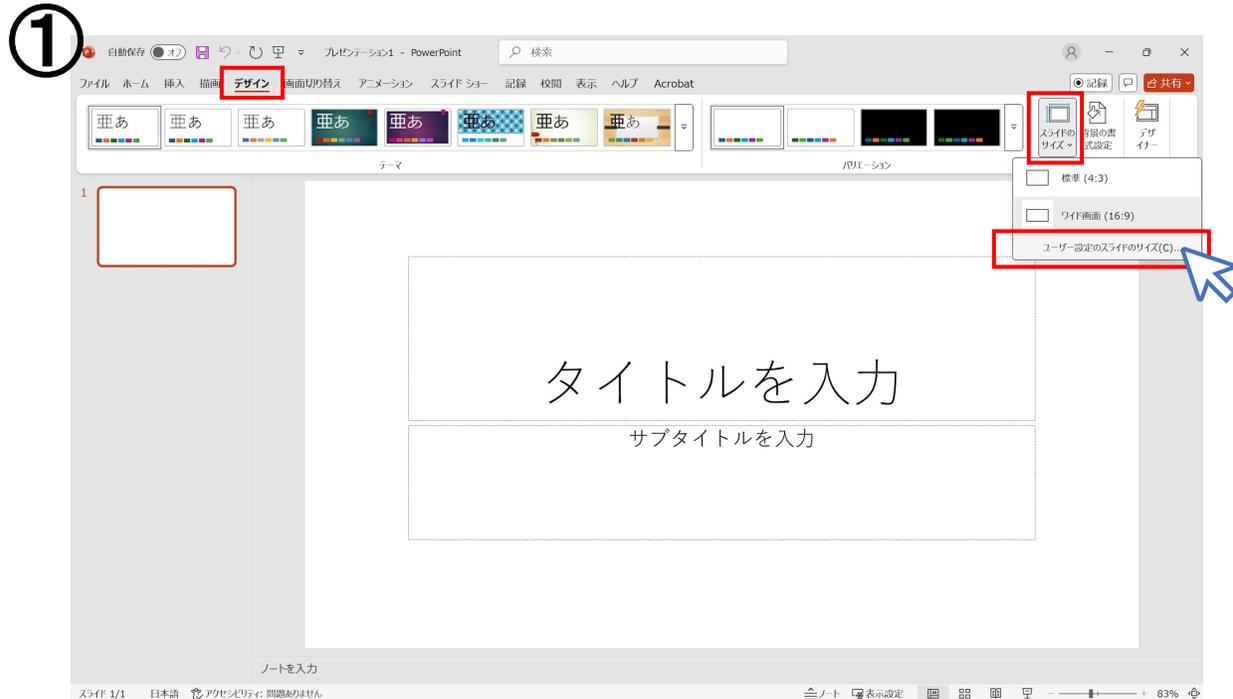
*不可能な業者もあるため要確認

学会の規定以内に収めればOK(A0サイズでも可)



例) A0サイズでの作成方法

1. PowerPointの『デザイン』タブ
→ 『スライドのサイズ』
→ 『ユーザー設定のスライドサイズ(C)...』を選択

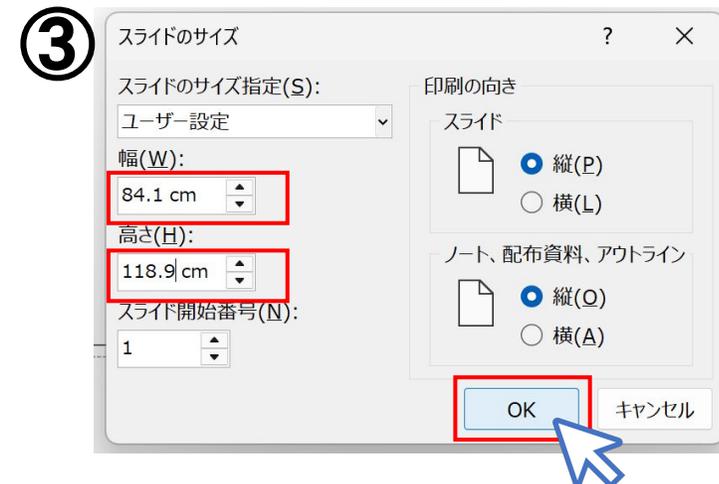


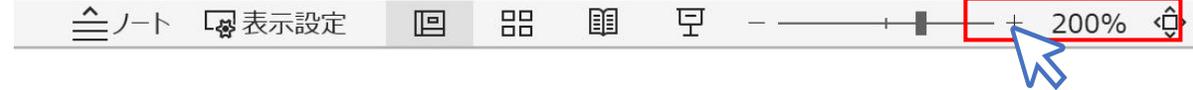
※印刷業者がテンプレートを提供している場合もあります。

2. 『スライドのサイズ設定』→『ユーザー設定』を選択



3. 幅84.1cm × 高さ118.9cm を入力(縦向き)





画像・図表は**粗くならないよう**に用意

目安：**300dpi以上**の画像は視認性が良い

OK例



鮮明

NG例



ギザギザ

PowerPoint上で『ズーム150%～200%』で確認
グラフや画像の境界線がギザギザになっていないかをチェック

グラフの軸ラベル、凡例の文字サイズ、小さい注釈(* p<.05など)は要注意

作成における5つのポイント

① 伝わるサイズで作る

② **視線を導くレイアウト**

③ 見やすく整える

④ 図表の選択

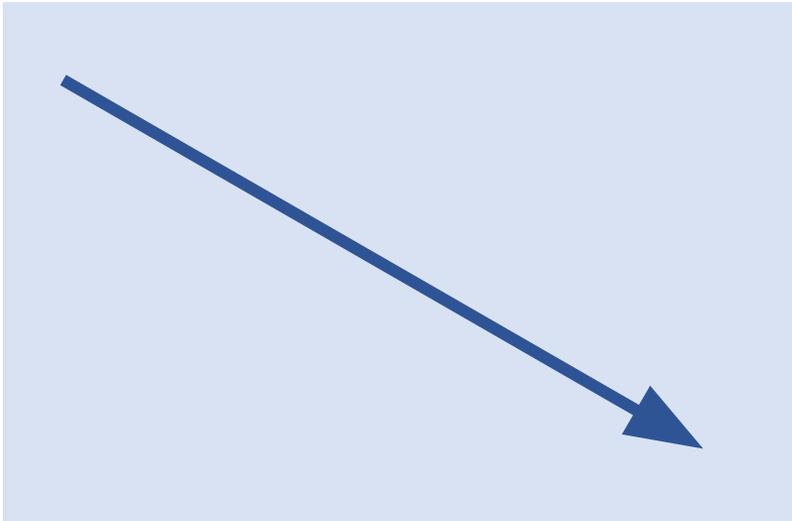
⑤ きれいに印刷できる形に

②

- ✓ 左上→右下に流れる配置
- ✓ 見出しと本文を分ける
- ✓ 関連情報は近くに並べる

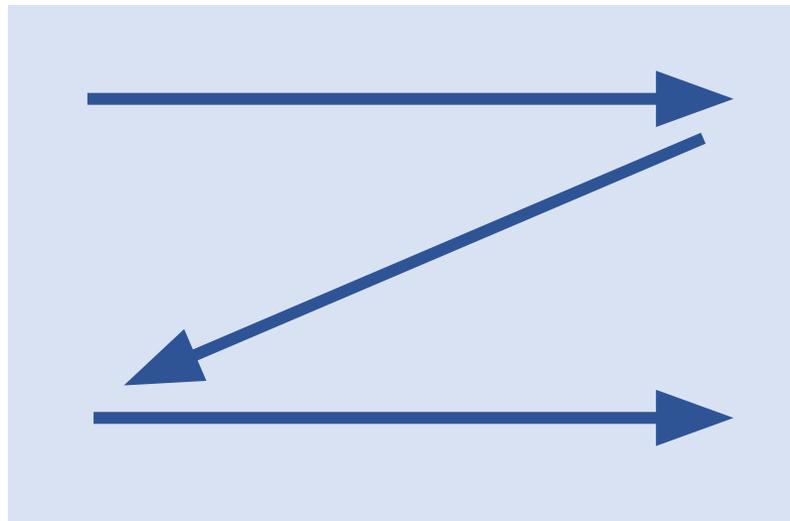
人の視線の動きとして
左上から右下に流れる習性があるといわれています。

ゲーテンベルク・ダイヤグラム



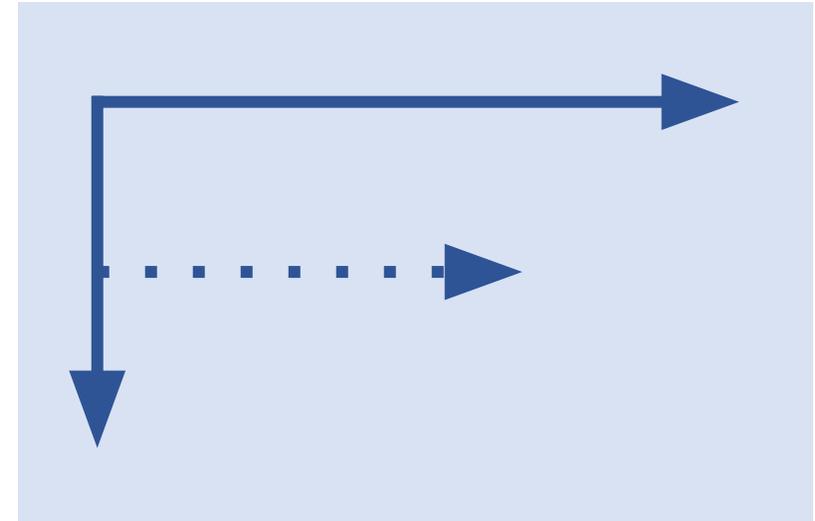
流し見をする場合
基本的にはこの動き

Zの法則



情報が多くまんべんなく
読み込む場合

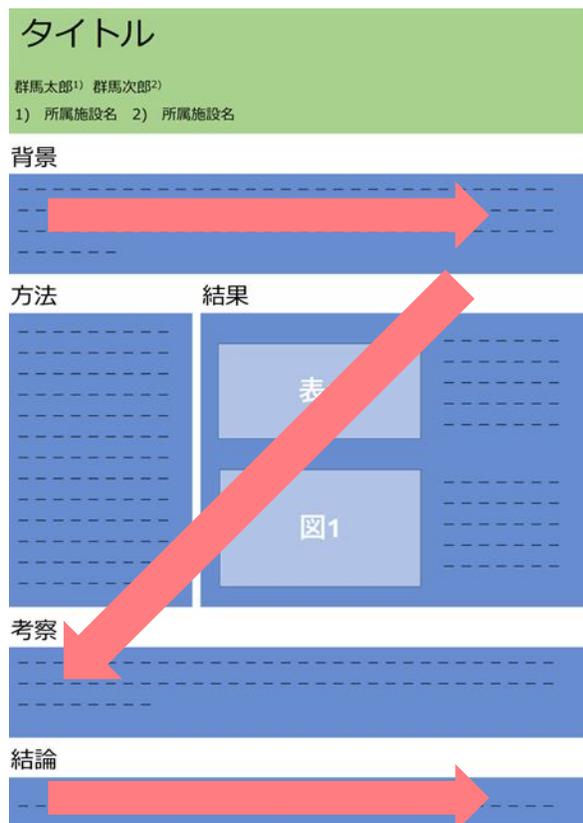
Fの法則



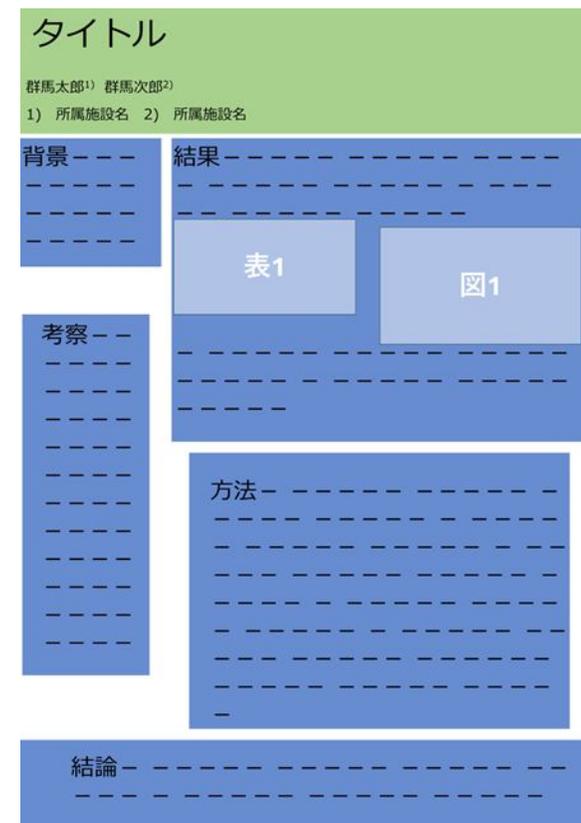
表など、情報が
詰まっているものを
読み飛ばしする場合

見出しは目立つように本文と大きさを 視線移動に合わせて読みやすいようにレイアウト

OK例



NG例



作成における5つのポイント

- ① 伝わるサイズで作る
- ② 視線を導くレイアウト
- ③ 見やすく整える**
- ④ 図表の選択
- ⑤ きれいに印刷できる形に

③

- ✓ フォントは『メイリオ』
- ✓ 色数は4色以内
- ✓ 余白と整列で整理

推奨フォント

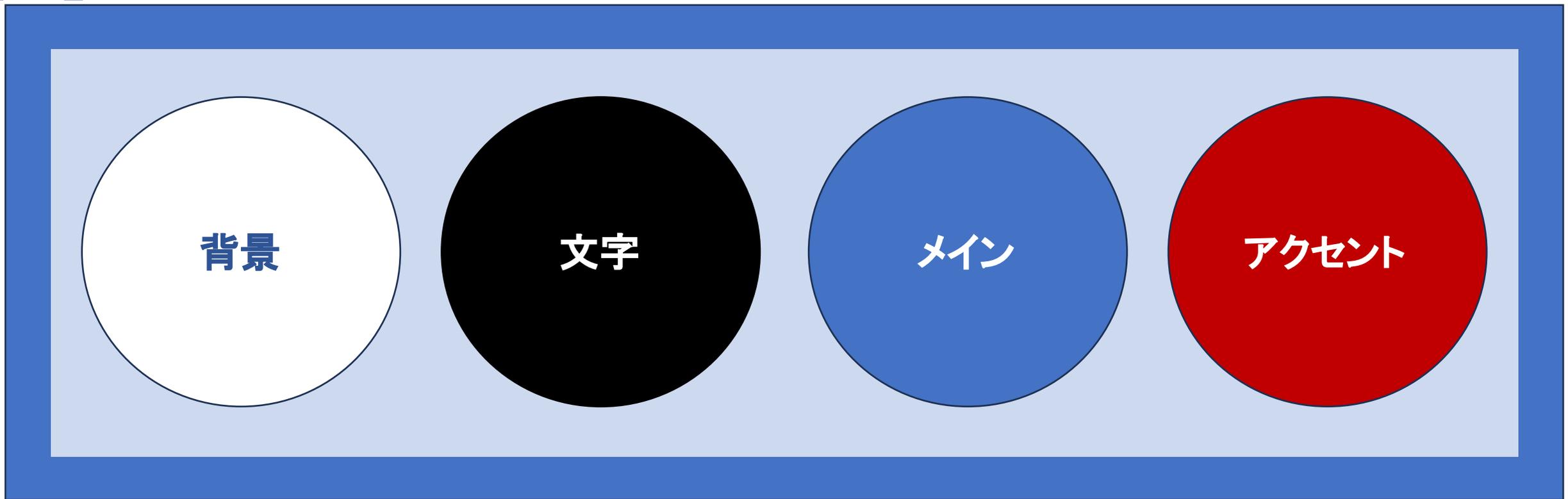
使用言語	推奨フォント	特徴・理由
日本語	メイリオ	太さと字間が均一で読みやすい。視認性が高く、印刷時のトラブルも少ないWindows標準フォント。
英語・数字	Arial	最も標準的で視認性・互換性・安定性が高い。学術資料に安心して使えるサンセリフ体。

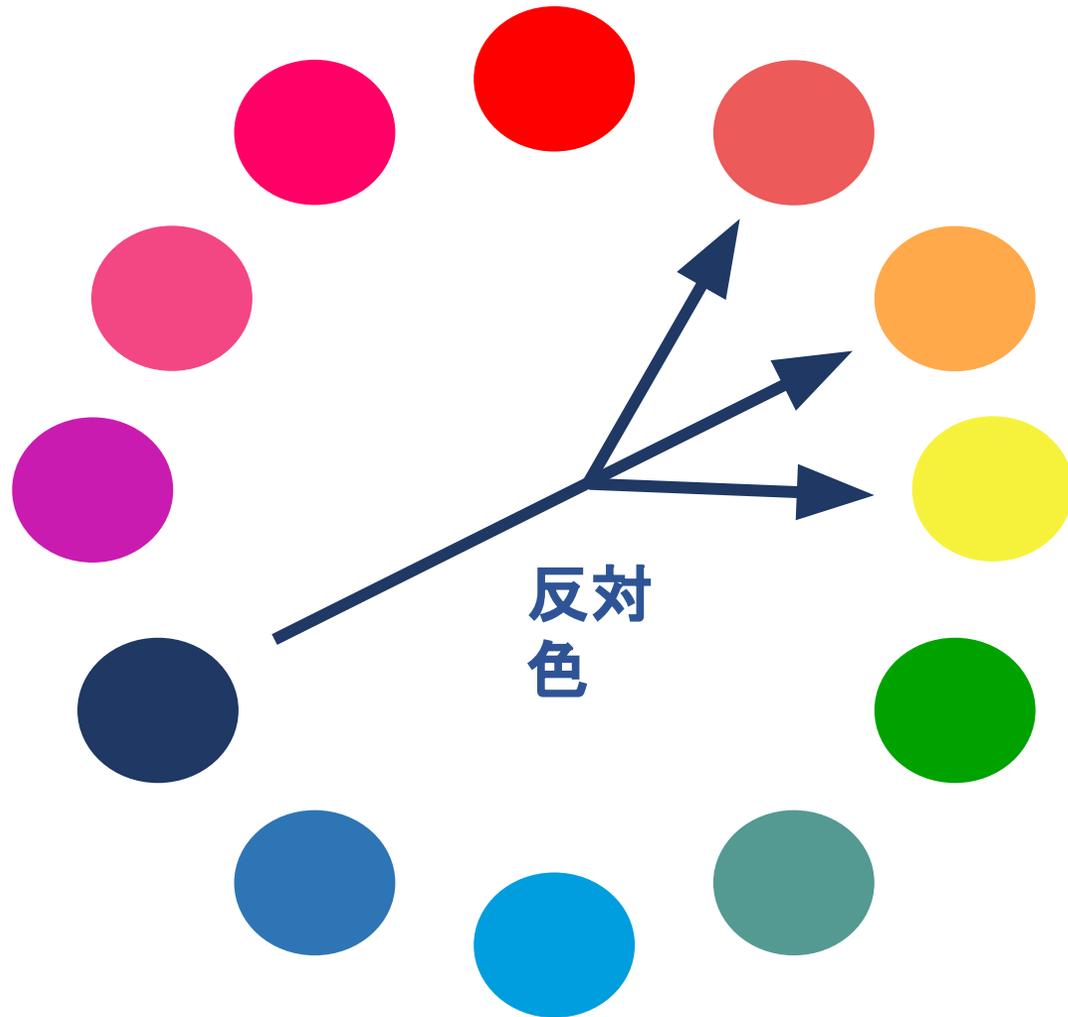
避けたいフォント例

フォント名	特徴・理由
明朝体（MS明朝など）	線が細くて遠くから読みにくい。 ポスターサイズに拡大すると印刷時にかすれる可能性あり。
書き風フォント	雰囲気は出るが読みづらく、学術的な場では不適切。 信頼性に欠ける印象を与える。

使用する色は数を絞り、それぞれの役割を明確に！

【例】





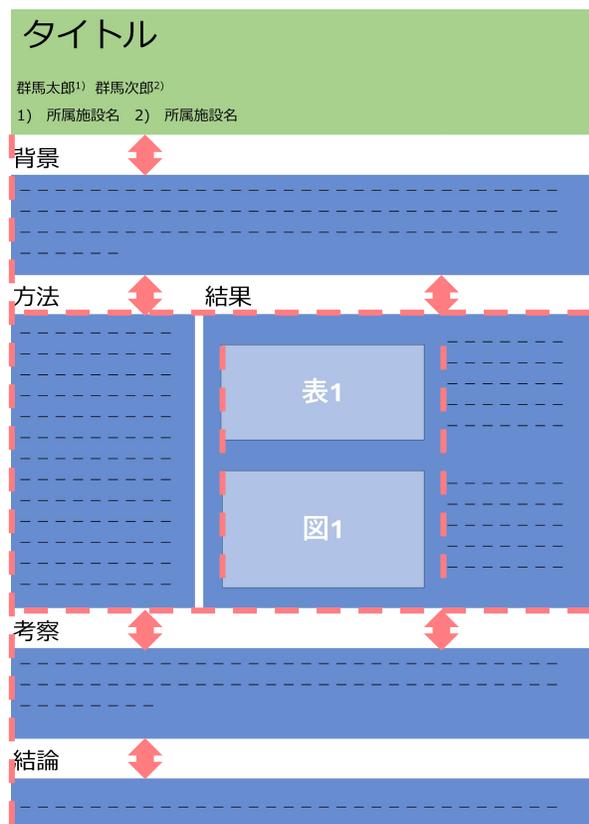
『カラーの選定方法』

メインカラー は企業や団体をイメージするカラーを選定するのが一般的です。

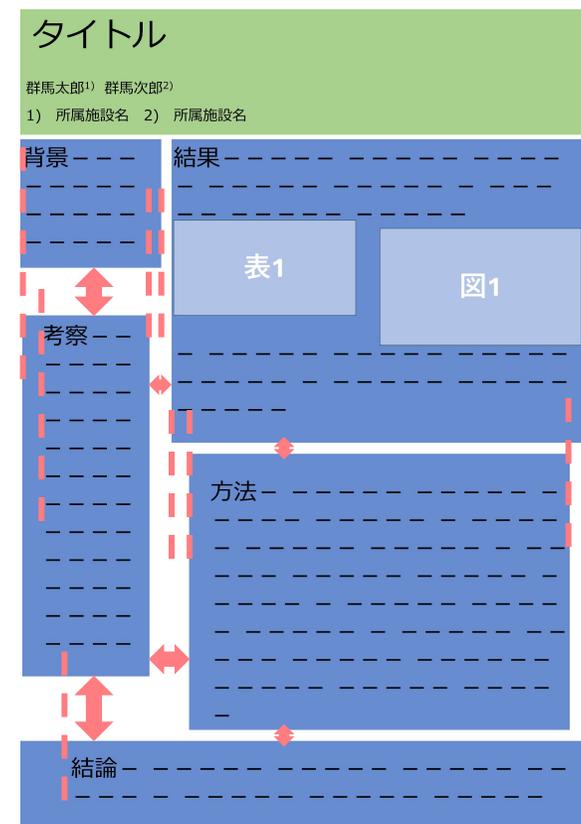
アクセントカラー はメインカラーの反対色から選ぶと引き立ちます。

セクションごとの余白を統一 左端・右端・上下をそろえた、見やすいレイアウトに！

OK例

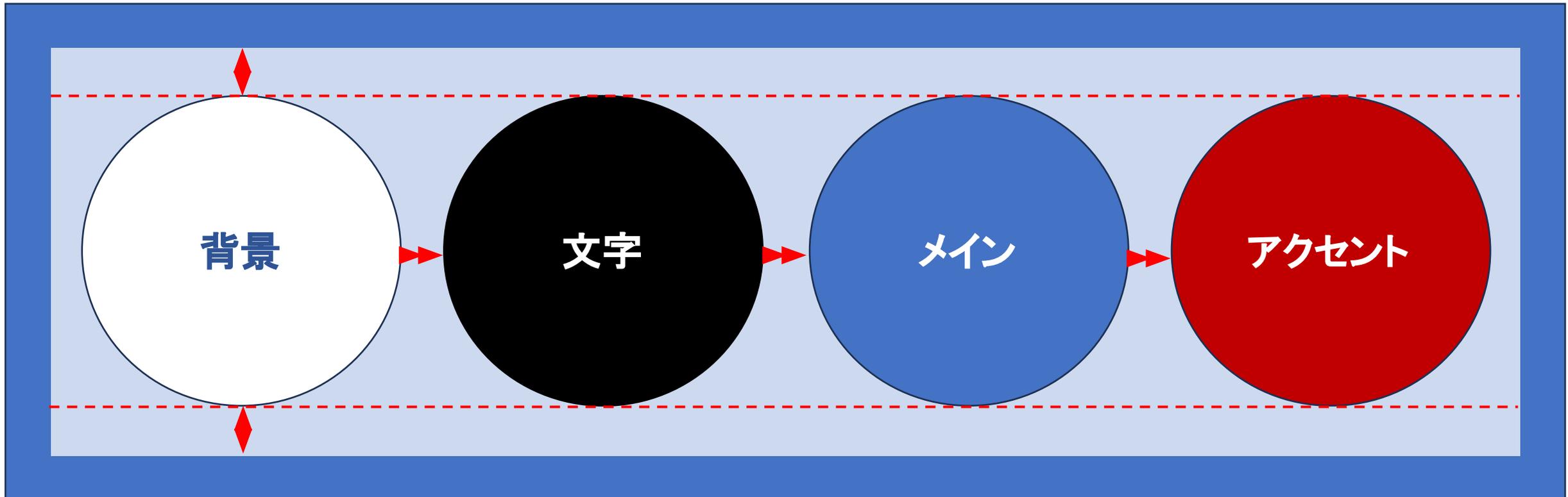


NG例



揃えることに徹底しましょう！

大きさや配置が揃っていないと、整っていない印象や間違った認識を生む可能性があります。



文章の読みやすさを意識しましょう！

NG例

単語の途中で改行してしまうと読みにくくなって
しまいます。

できる限り文章が読みやすい位置で改行し、
バランスが悪いときは言い回しを調整しまし
ょう。

行間、文字揃え(左・中央)、余白も意識するよ
うにしましょう。

OK例

単語の途中で改行してしまうと
読みにくくなってしまいます。

できる限り文章が読みやすい位置で改行し、
バランスが悪いときは言い回しを調整
しましょう。

行間、文字揃え(左・中央)、余白も
意識するようにしましょう。



作成における5つのポイント

① 伝わるサイズで作る

② 視線を導くレイアウト

③ 見やすく整える

④ 図表の選択

⑤ きれいに印刷できる形に

④

✓ 提示したい情報によって
使い分けをする



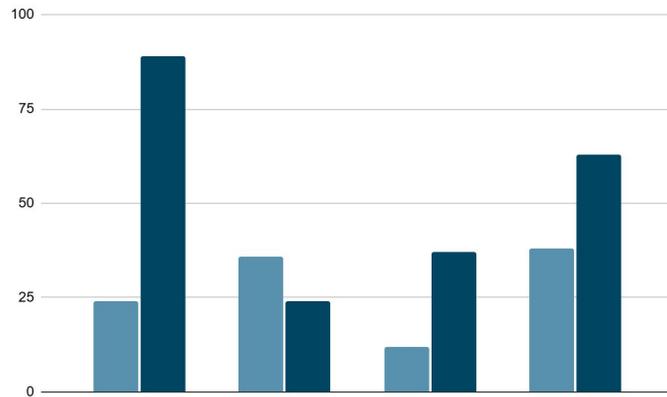
スライド作成で図表のどちらを選択する？



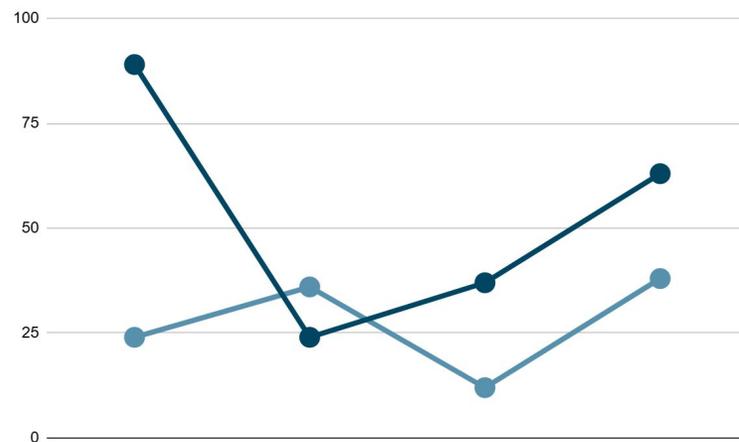
	メリット	デメリット
図	傾向や変化を直感的に理解できる。 定性的な結果や複雑な情報を表現できる。	数値を正確に読み取ることが難しい。
表	数値を正確に比較できる。 多くのデータを整理できる。	傾向や変化を把握しにくい。

図(グラフ)で示したいものは？

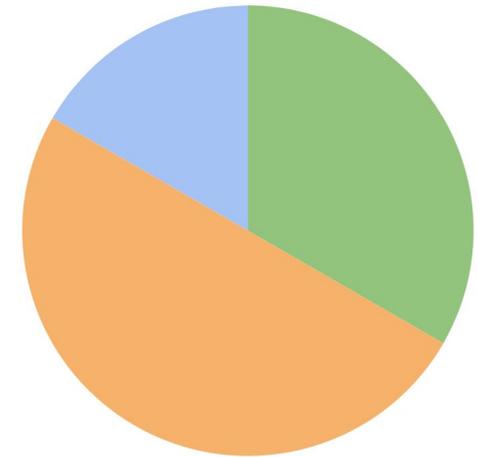
差



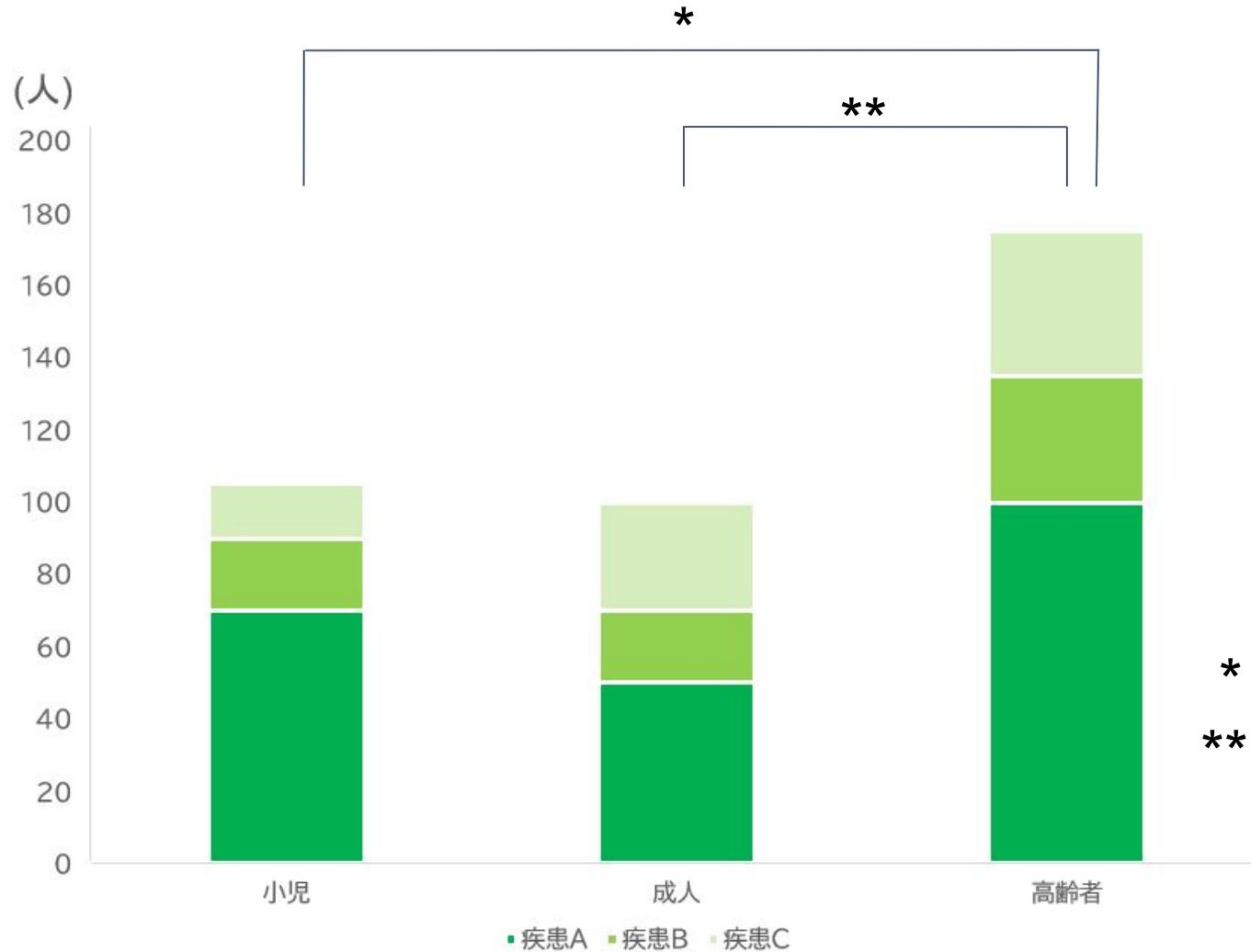
変化



割合



例) 群別に「差」を示すには？

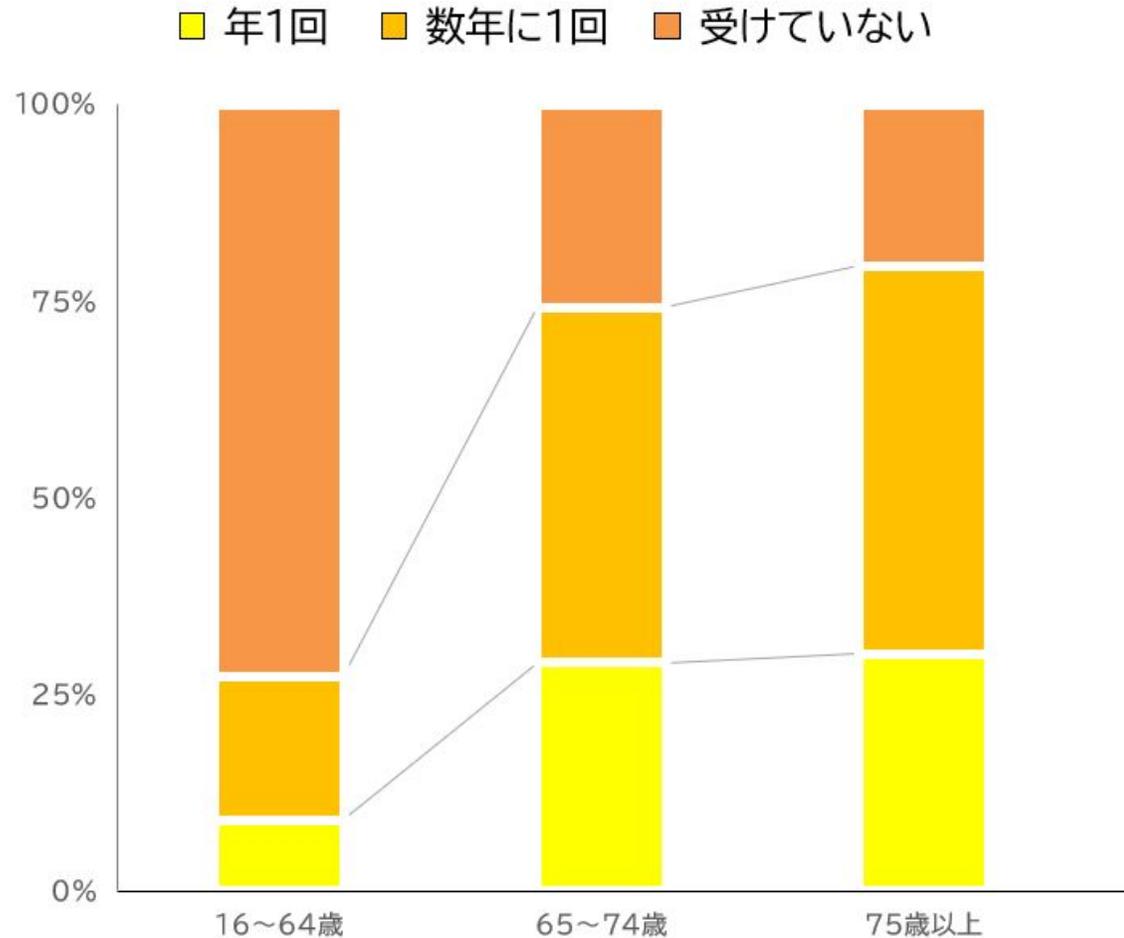


積み上げ棒グラフ

* : $p < 0.05$

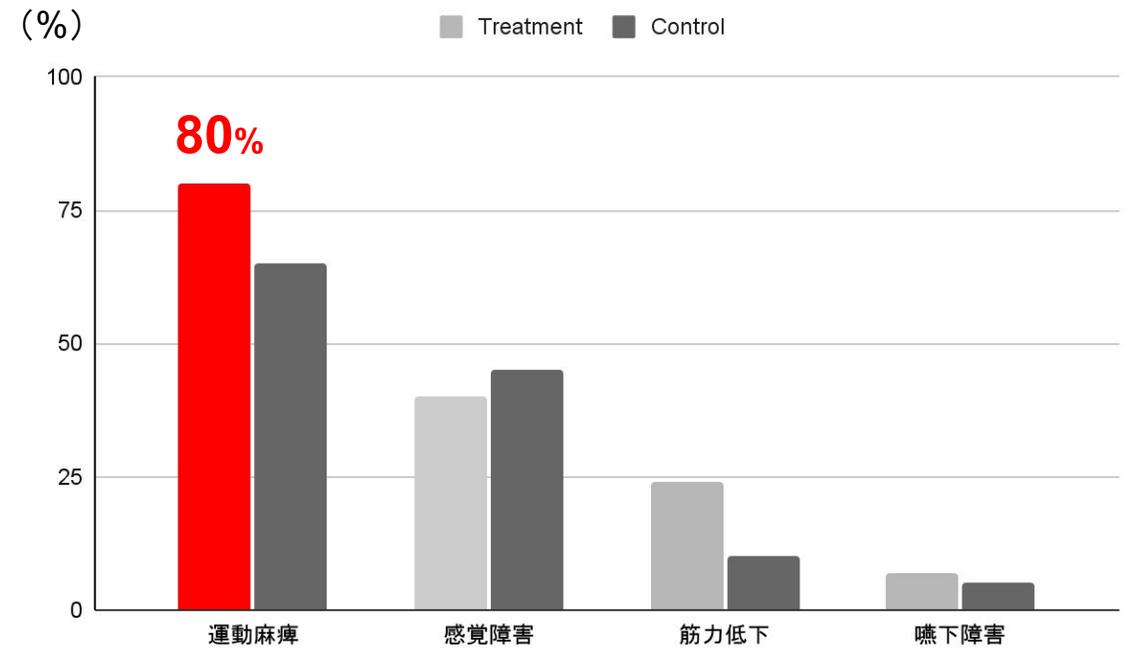
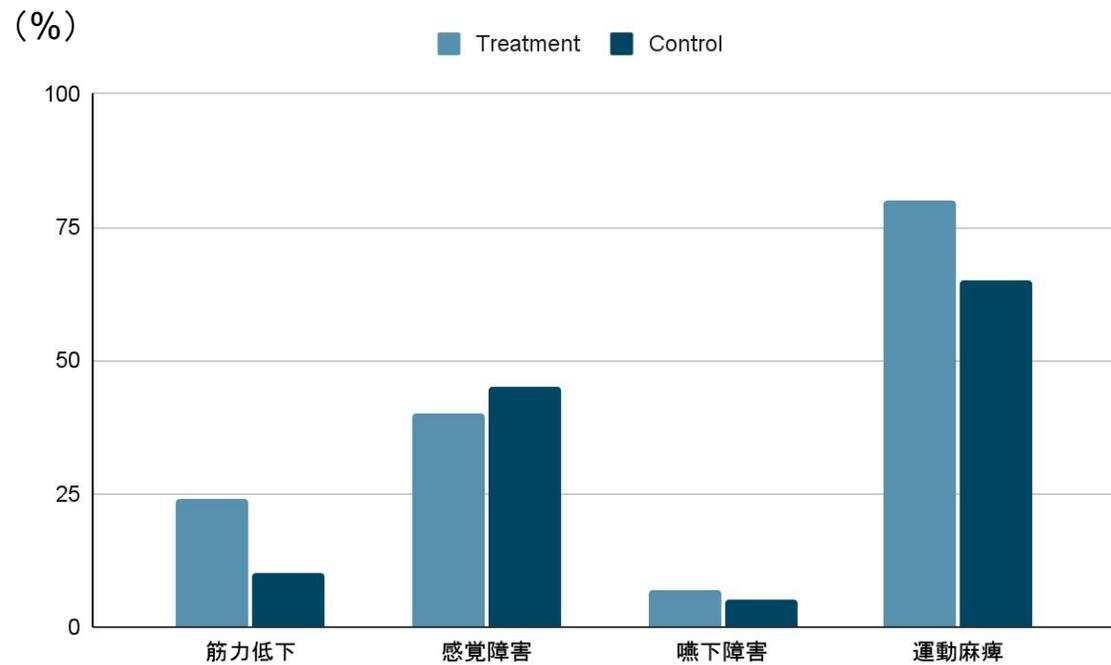
** : $p < 0.01$

例)「差」と「割合」を同時に示すには？

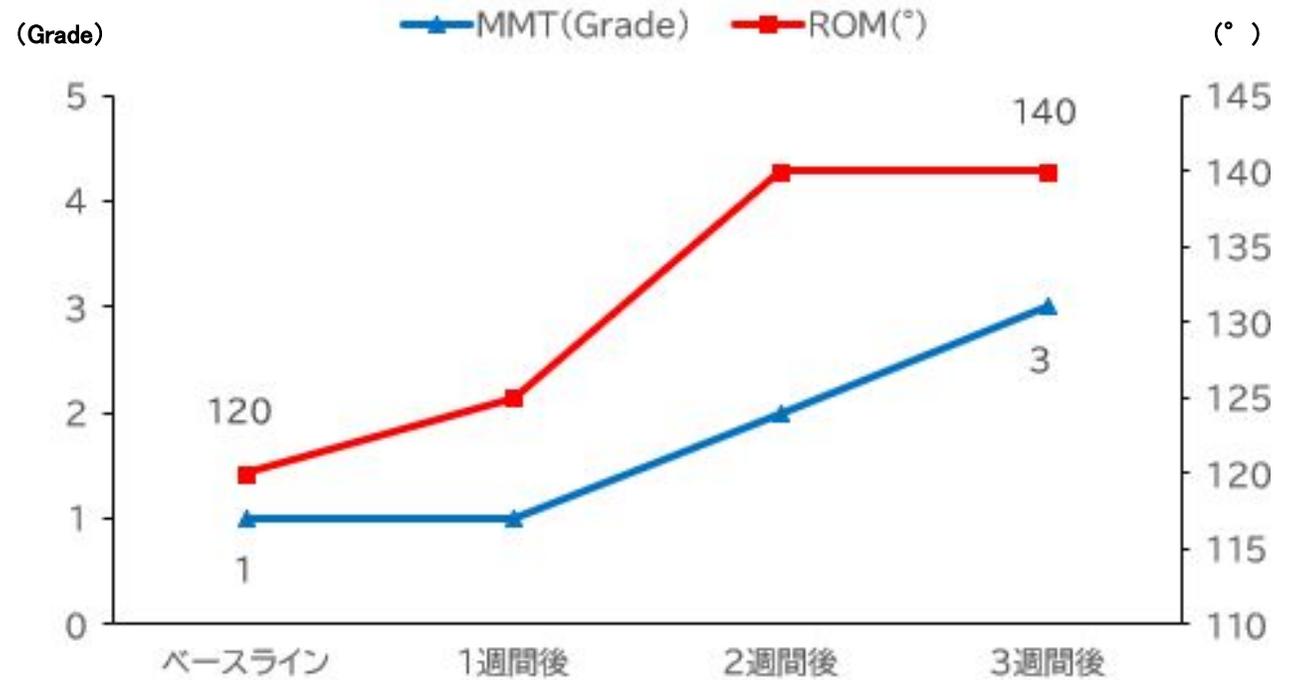
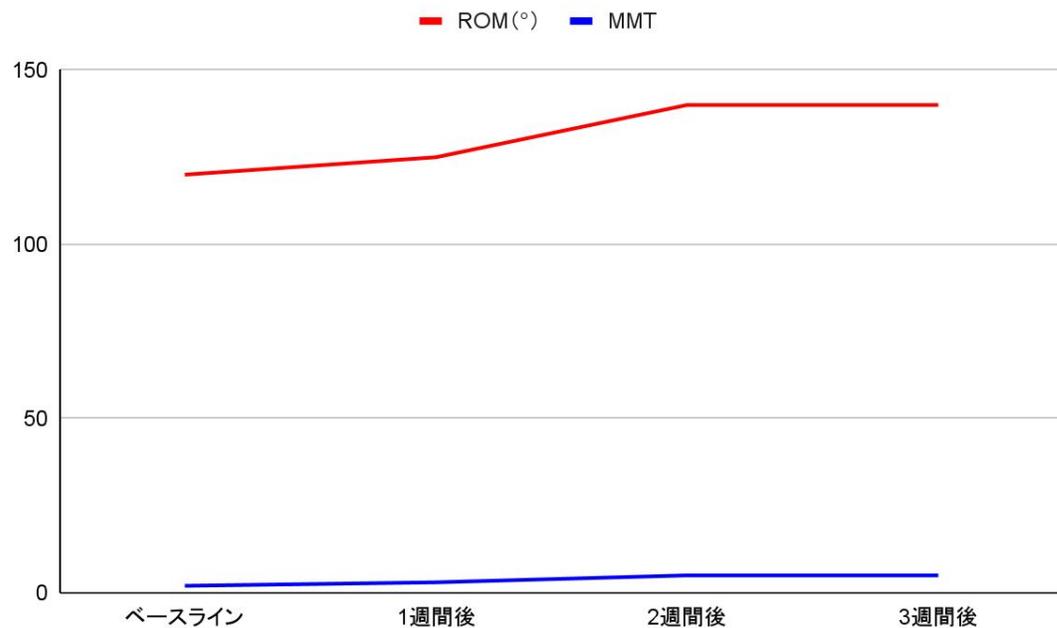


100%積み上げグラフ

例) 見やすくしたグラフ



例) 見やすくしたグラフ



数値の大きさを調整するには、「第2軸」を選ぶ



例)見やすい結果の示し方(表)

【検査結果】

ROM: 股屈曲 120°、股伸展 5°、膝伸展 0°、膝屈曲 145°、足背屈 0°、足底屈 30°

MMT: 股屈曲 5、股伸展 3、股外転 2、膝伸展 4、膝屈曲 4、足背屈 3、足底屈 4

バランス: 片脚立位時間 15秒、FRT 15cm、BBS 32点、TUG 19.5秒

歩行: 10MWT 16.5秒

羅列は見にくい場合が多い

例) 見やすい結果の示し方(症例報告の表)

	ベースライン	2週間後	最終評価
ROM			
股屈曲	120	130	130
股伸展	0	0	5
MMT			
股屈曲	3	4	5
股伸展	2	3	4
バランス			
BBS	32	36	45
TUG	19.5	17.0	15.5



	ベースライン	2週間後	最終評価
ROM, (°)			
股屈曲	120	130	130
股伸展	0	0	5
MMT, (Grade)			
股屈曲	3	4	5
股伸展	2	3	4
バランス			
BBS, (点)	32	36	45
TUG, (秒)	19.5	17.0	15.5

罫線は横線だけ、単位を忘れずに!

ROM: range of motion, MMT: manual muscle test, BBS: berg balance test, TUG: timed up and go test.



例) 見やすい結果の示し方(研究報告の表)

	介入群(n=25)			対象群(n=23)		
	介入前	介入後	p-value	介入前	介入後	p-value
ROM, (°)						
股屈曲	120.0 ± 10.5	130 ± 11.0	0.08	117.0 ± 8.5	128 ± 11.5	0.10
股伸展	0.5 ± 1.0	0.8 ± 1.2	0.06	0.7 ± 1.4	0.9 ± 1.1	0.07
HHD, (kgf)						
股屈曲	20.5 ± 5.4	25.7 ± 4.0	0.04	20.1 ± 4.9	22.0 ± 3.5	0.11
股伸展	10.0 ± 6.7	17.0 ± 4.0	0.01	11.3 ± 8.1	15.0 ± 4.4	0.04
バランス						
BBS, (点)	32.0 ± 3.4	40.0 ± 5.0	0.01	31.2 ± 5.5	35.0 ± 4.0	0.25
TUG, (秒)	19.5 ± 2.0	17.0 ± 1.7	0.03	18.9 ± 2.5	17.1 ± 2.0	0.04

平均値 ± 標準偏差で示す。

ROM: range of motion, HHD: handheld dynamometer, BBS: berg balance test, TUG: timed up and go test.



作成における5つのポイント

① 伝わるサイズで作る

② 視線を導くレイアウト

③ 見やすく整える

④ 図表の選択

⑤ **きれいに印刷できる形に**

⑤

✓ PDF化 & フォント埋め込み

✓ 用紙は目的に合ったもの

✓ 印刷業者の指示書きを確認

PDF形式で保存し、フォントは埋め込む設定に

『ファイル』→『その他』*Windows 11では画面左下部に表示される →『オプション』→『保存』→
『ファイルにフォントを埋め込む』にチェック
↳『使用された文字だけを埋め込む』はオフ推奨(全体を埋め込む)

『ファイルにフォントを埋め込む』を選ぶと
フォントの置き換わりやレイアウト崩れを防止できます。

※印刷サービスの入稿時の指示書きも必ず確認しましょう。



用紙は目的・予算に応じて

用紙の種類	特徴・見た目	持ち運びやすさ	価格	おすすめの用途
普通紙	コピー紙に近く、色味はやや沈みがち	△折り目がつきやすい	◎ 安い	練習用、予備用、学内掲示など
マット紙	反射が少なく、落ち着いた印象。文字がくっきり	○丸めて持ち運び可能	○ 標準的	学術系ポスター、図表中心の発表に最適
布ポスター	折りたたんで持ち運びOK。しわも目立ちにくい	◎ 軽くて便利	△ やや高い	長距離移動がある学会、海外発表など

ポスターケース(ポスターチューブ)を使えば、丸めて会場まで持ち運べます。



印刷を施設で行えない場合は、各種印刷サービス業者などを利用すると便利です。以下は業者例です。

ラクスル

Bizipuri

学会ポスター.com

問い合わせ先

群馬県理学療法士協会 学会部
林翔太

s-hayashiアットpazドットacドットjp

(メールを送信される際は、アットを@、ドットを.に変換してください)