

ロコモヘルスのべおか 介護予防教室開催業務委託 仕様書

1. 仕様書について

本仕様書は、ロコモヘルスのべおか 介護予防教室開催業務事業（以下「委託業務」という。）の委託にあたり、受託者が行う業務の仕様等を定めるものとする。

2. 事業の名称

ロコモヘルスのべおか 介護予防教室開催業務

3. 委託期間

令和7年1月1日～令和7年3月31日

4. 実施場所

ヘルストピア延岡2階スペース（旧キッズランド、244 m²）を基本とするが、ヘルストピア延岡内であれば、その他の提案についても可とする。

5. 事業の趣旨・目的

当該事業は、65歳以上の延岡市民に運動に慣れ親しんでもらうことにより、将来にわたって健康づくり・介護予防に対する意識を醸成してもらうことを目的とする。そのため、運動を中心としたプログラムであることに加えて、たまたまヘルストピアを訪れた市民でも平易に飛び込みで参加できるようなプログラムを実施する。

6. 事業の対象者

65歳以上の延岡市民で、既存の介護予防の取り組み（ケアプリのべおか、いきいき百歳体操、健康塾など）に参加していない人を主なターゲットとする。

7. 事業の内容

(1) 実施内容

実施内容の例は、以下のとおりである。なお、以下の事例は令和5年度に実施した体験会のプログラム内容であり、実施内容については仕様書の内容を踏まえたうえで自由に提案することが可能である。

- ① 寝ながらできるストレッチ講座
- ② 頭も体も使って活性化エクササイズ
- ③ 肩・腰・膝 痛み解消とケガ予防の運動講座

- (2) 実施期間 令和7年1月1日から令和7年3月31日まで
(ただし、2月1日から24日までは休館の予定となっている)

実施時間 13時開始、14時15分終了を基本とする。
(14時30分に出発する送迎バスがあることに留意)

実施曜日 水曜日・木曜日・土曜日・日曜日のいずれかで実施する。
なお、最低2種類の曜日で実施すること。
(例：第1木曜日、第2水曜日、第3木曜日、第4水曜日)

- (3) 実施回数 最低8回

なお、見積書の開催回数を上回るプログラムを提供した場合においても、委託者からの要請に基づく場合を除いて、委託料は変更しない。実施回数が契約時の見積書の開催回数を下回った場合には、変更契約を行い、委託料を減額する。

- (4) 提供時間 最低1回あたり1時間15分(時間配分は例とする)

項目	時間	内容
準備	15分程度	体調チェック、準備体操、説明等
専門プログラム	45分程度	受託者の指導員又は外部講師による運動プログラムを提供する
整理運動 マネジメント指導	15分程度	介護予防手帳などを活用して、参加者自身が自宅での継続的な運動や介護予防に努めるよう指導

- (5) プログラムの従事者の職種について

事業実施日には、下記のような専門職が従事することが必須だが、再委託による従事者の配置も可とする。その場合は事前に委託者の承認を得ること。ただし、予定されていた専門職の突発的な事故・急病等に伴ってスポットとして緊急的に再委託した場合には、事後報告も認める。

(従事することを認める職種の例)

理学療法士、作業療法士、保健師、看護師、介護福祉士、健康運動指導士、アスレティックトレーナー、レクリエーションインストラクター、柔道整復師等

(6) プログラム提供の補助者

事業実施の際、事業提供従事者に合わせ、事務職員等の資格を有していない者が実施の補助を行うことも可とする。

(7) 利用の申込

利用を希望する者は受託者に対して申込を行うものとするほか、定員に余裕がある場合には当日の参加も原則として可能とする。受託者は申込があった際には、初回参加受付時に運動に支障がないかを確認する目的で、参加希望者の既往歴等の情報をヒアリングするものとする。なお、定員については契約時に仕様書で設定し、契約期間中に減員することは原則として認められない。

(8) 利用者負担額

事業に係る利用者負担額は原則として無料とする。

ただし、利用者はヘルストピア延岡の入館料の負担が発生する。

なお、受託者については入館料は発生しない。

(9) その他

事業実施にあたってはヘルストピア延岡と十分な協議を行い実施すること。

8. 教室名の名称及び月間スケジュールに基づいた事業の提供

(1) 教室名の名称

事業の名称は、委託者の承認を得たうえで自由に表記することができる。ただし、市民に親しみやすく、また、実施内容が分かりやすいものを設定すること。なお、名称を変更する際は、あらためて委託者の承認を必要とする。

(2) 月間スケジュール等の情報の提供

委託者は、会場等において月間以上の範囲のスケジュールを提示すること。

(3) SNS 等での告知について

参加者を増加させるための告知等については実施可能とする。ただし、受託者がその他の教室等を運営している場合には、市民が混同しないように留意すること。また、利用している媒体については委託者に報告すること。

9. 事業の評価

受託者は、事業を提供するにあたり、月毎の客観的・主観的生活機能評価等の評価

シート（任意様式）を作成して、利用者が介護予防・重度化防止のためのセルフマネジメントを行うことができるよう指導するものとする。

1 0. 委託料の支払いについて

委託料の支払い方法は、実績に基づいて1月末と完工時の2回払いとする。

1 1. 提出書類等

受託者は、本事業の遂行にあたり、本仕様書の内容に基づいて以下の関係書類を作成し、委託者に提出するものとする。なお、事業計画書の様式は任意とする。

(1) 事業計画書

受託者は、委託期間開始から10日以内に、契約書のほか、事業を効果的に実施しつつ事業の質を向上させるため、事業の目的と具体的計画を定めた計画書を作成し、契約締結後に提出して承認を得なければならない。また、計画書に変更が生じる場合は、事前に委託者の承認を得るものとする。

(2) 事業実施状況報告書

受託者は月ごとの参加者等を記した事業実施状況報告書を作成し、翌月10日までに提出しなければならない。

(3) 事業計画書ならびに事業実施状況報告書は電子データでの提出を可能とする。

1 2. 参加者の安全管理及び体制

事業実施中に急病人や事故等が発生したときは、当該利用者の家族等に連絡を行うとともに、必要な措置を講じること。また、その際の処置に関しては委託者およびヘルストピア延岡へ報告し、その内容を記録・保管しなければならない。発生時の報告は口頭を可とするが、発生から5日以内を原則として、任意様式による文書で委託者に報告すること。

1 3. 受託者の営業活動について

参加者に対して、自身が主催するイベントや教室等の存在をチラシ配布で周知することは可能とする。ただし、参加者が混同することのないように留意すること。イベント開催の時間の一部を宣伝行為（チラシ内容の説明を含む）に充当したり、カリキュラムの一部を実施し、残りを受託者が主催するイベントや教室等に誘導する行為が確認されたりした場合は、該当した回数は委託料支払いの対象外とするので留意すること。

14. 名簿等の個人情報の管理

参加申込時に取得した個人情報および本市から提供を受けた個人情報を含む一切の情報を、第三者に漏らさないこと。また受託者は、参加者の個人情報を営業活動その他の宣伝行為に使用しないこと。なお、「13. 受託者の営業活動について」で記載している、別途配布したチラシ等に添付された登録用紙等を本人が提出した場合は、この限りではない。この場合、延岡市の委託の範囲ではないことについて、明確に区別すること。

15. その他

本仕様に定めのない事項や、本仕様書に疑義が生じた場合は、委託者と受託者がその都度協議の上、決定するものとする。

<参考>

ヘルストピア延岡のバス運行時刻

曜日	ルート	出発時刻
火 (※水)	南方コース	15時30分
	川中コース	15時30分
	川北コース	14時30分
水	川南コース	14時30分
	東海・北川コース	13時30分
木	川中コース	14時30分
	恒富コース	15時30分
金	川南コース	14時30分
	川北コース	15時30分
土	川中・南方コース	15時30分
	南方コース	15時30分
	恒富コース	14時30分
日	川南コース	14時30分
	川北コース	15時30分

※火曜日が休館日の場合、水曜日に運行される。