

大津市介護予防普及啓発事業（介護予防フィットネス事業）業務委託仕様書

1 目的

高齢者が地域の中で、自立した生活を長く継続するためには、加齢に伴う運動機会の減少や口腔機能の低下等をきっかけに起こる生活不活発病（廃用性症候群）とならないように介護予防の取組が必要である。

「介護予防フィットネス事業」は、大津市在住の高齢者に介護予防について周知し、その必要性の理解を図り、高齢者自身が主体的に介護予防に取り組むためのきっかけづくりを目的とする。

2 内容

1クール（全10回）を1単位として高齢者を対象とした講話や運動などを実施し、介護予防に取り組むためのきっかけづくりを行う。

(1) 対象者

市内に住所を有する65歳以上の高齢者とする。ただし、医師より運動制限がなされている等体調に不安のある方は、相談の上対応するものとする。

(2) 契約期間

契約締結の日から令和8年3月31日まで

(3) 実施場所

受託者が設置又は管理している大津市内に所在する施設で、次のア及びイに該当する場所とする。ただし、介護保険法に基づくサービスを提供している場所を除くものとし、実施場所は全10回とも同じ場所において実施すること。

ア 委託業務が安全かつ適切に実施できる広さを有する部屋であること。

イ 滑りにくく、運動に適した床面であること。

(4) 実施期間及び開催日

ア 実施期間は契約締結の日から令和8年3月31日までとする。

イ 開催日は委託者と受託者双方で協議の上決めるものとする。

ウ 災害等や不測の事態により、開催日が予定回数よりも減少する可能性がある。その場合においては、委託者と受託者が協議し、変更契約する。

(5) 開催時間

1回当たり1時間程度とする。

(6) 利用人数

1会場当たり1回15人から25人程度までとし、会場によって安全に配慮し、定員を設けるものとする。

3 人員配置

理学療法士、作業療法士、健康運動指導士又は健康運動実践指導者、フィットネストレーナー等の介護予防に精通した運動指導員等を各回1名以上確保するものとする。

4 業務の内容

(1) 申込受付及び問い合わせ対応

令和7年9月に委託者において大津市広報等により事業を周知した後、受託者において参加申込受付及び問い合わせに対応するものとする。

(2) 参加者決定及び結果の通知

募集期間締切り後、応募者多数の場合は、受託者において初めての参加者を優先したうえで、抽選により参加者を決定する。その後、結果を応募者全員に通知するものとする。

(3) 参加費

参加者負担なし。

(4) プログラムの実施

プログラムについては、下記の例を参考に、事業目的に合致した内容を各事業者において提案すること。なお、実施にあたっては、地域の特性に合わせ、長寿福祉課と協議して決定するものとする。

また、同じ内容を毎回実施するだけでなく、様々な運動を体験し、自分にあった運動を見つけるきっかけとすることも可能とし、自宅で実践できる運動については積極的に実施すること。

プログラム例

ア 体調確認（例：血圧測定・問診）

イ 体力測定（例：握力・開眼片足立ちなど）

ウ 講話（介護予防の動機づけや、運動の意義が理解できるよう説明を行うこと）

エ 介護予防基本体操「おおつ光るくん体操」、ストレッチ体操、ノルディックウォーク等

オ 参加者が楽しみながらできるレクリエーション等

カ 水中ウォーキング

キ 参加前後の変化（意識の変化、行動の変化など）を確認

ク 目標の設定

(5) 実施報告

参加申込者確定時及び参加者決定時にそれぞれ対象者を長寿福祉課に報告するものとし、プログラム終了後に、出席状況、事業の実績報告及び委託料の請求を行うものとする。

5 安全管理

(1) 安全にプログラムを実施するために、事故発生時の対応も含めた安全管理マニュアルを整備すること。

(2) 業務運営中に事故が発生した場合、その他業務運営に支障をきたす事態が発生したときは、応急措置のうえ、直ちに委託者に報告すること。

(3) 血圧計を準備し、利用者の体調管理に留意すること。

(4) 必要に応じた感染症対策を講じて実施すること。

6 個人情報保護

個人情報の保護に関しては、別記「個人情報取扱特記事項」を参照し、適切な管理を行うものとする。

7 賠償保険

受託者は、事業実施中の利用者の事故に備え、損害保険に加入し対応するものとする。

8 賠償責任

受託者は、その責に帰すべき理由により委託者と第三者に対して損害を与えたときは、その賠償責任を負うものとする。

9 営利、政治活動又は宗教活動等の禁止

受託者は、本事業において営利、政治や宗教に関する活動、及びそれらの勧誘、署名募集等を行ってはならないものとする。

10 苦情処理体制

受託者は、利用者からの苦情処理に関する体制を整えなければならないものとする。また、苦情の処理に関して直ちに委託者に報告しなければならないものとする。

11 物品の使用について

事業実施に必要な物品は、全て受託者が揃えるものとする。

12 事業実施報告書

受託者は、下記「事業実施報告項目」の内容を記録し、事業完了後に事業実施報告書を提出するものとする。

事業実施報告項目

- (1) プログラムの実施内容及び効果
- (2) 参加状況（氏名、年齢、平均年齢、毎回の出席状況、出席率、中断者の状況や中断理由）
- (3) 送迎バスの利用状況（利用がある場合のみ。送迎バスを利用された人数やルート）
- (4) 各回の特記事項（体調不良を訴えたものがあつた、負傷者があつた等）
- (5) 運動習慣の定着や継続に関する事項（アンケート等により、参加者の運動習慣の定着や継続に関する意欲など）
- (6) その他事業の目的を勘案し報告すべき事項

13 その他

受託者は、事業の実施に当たっては、次の各号に掲げる事項に留意するものとする。

- (1) 利用者の声を反映させ、サービスの質の向上に努めること。
- (2) 職員間の連携を図ることで、サービスの質の向上を図ること。