

シニア向け健康トレーニング教室（高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業） 実施業務委託仕様書

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、加齢に伴う身体機能面の低下や社会参加の減少等のフレイル状態とならないように介護予防の取組が必要である。

高齢者を対象として、個人のレベルにあわせた適切な運動・栄養プログラムを提供し、ICTを活用した健康データ（活動量データ、体組成データ、体力測定結果等）の見える化を行うことにより、データに基づく継続支援を行い、高齢者自身が主体的に介護予防に取り組むことを目的とする。

2 概要

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、介護予防のきっかけづくりとする。

(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、本人と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9年3月31日まで

(3) 実施場所、一会場あたり定員数

実施場所は、以下の株式会社平和堂の店舗、老人福祉センター及びコミュニティセンターとする。なお、実施場所の使用に係る使用料は、市の負担とする。

ア 坂本店（大津市坂本七丁目24番1号、3階 約68㎡ 8.9m×7.7m）15人

イ 平和堂石山（大津市松原町13番15号、3階 約96㎡ 8.15m×11.8m）20人

ウ アル・プラザ瀬田（大津市月輪一丁目3番8号、3階 約41㎡ 4.6m×9m）10人

エ 中はびすこ（中老人福祉センター）（大津市打出浜1番5号、2階 約64㎡ 6m×10.8m）15人

オ 南はびすこ（南老人福祉センター）（大津市南郷一丁目14番30号、1階 約99㎡ 9.1m×10.9m）15人

カ 東はびすこ（東老人福祉センター）（大津市玉野浦6番33号、1階 約42㎡ 6.0m×7.0m）15人

キ 和邇コミュニティセンター（大津市和邇高城12、1階 約144㎡ 8.5m×17.0m）15人

(4) 実施期間及び開催日

ア 教室は各会場において、以下の各期1期間（クール）で原則1週間に1回、1クールごとに計10回実施することとし、合計14クール、140回の実施とする。

（ア）1期 令和8年8月中旬～11月中旬

（イ）2期 令和8年12月中旬～令和9年3月中旬

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 災害等不測の事態により、開催日が予定回数よりも減少した場合においては、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90分から120分とすること。なお、健康状態の確認のための時間は含まない。

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、管理栄養士（栄養士）、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を各回1名以上配置するものし、参加者が15名以上となる場合は、その他スタッフを各会場1名以上配置すること。（その他スタッフは上記の職種でなくてもよい。）

4 業務内容

(1) 参加者の募集・決定

参加者の募集は、委託者において大津市広報等により行い、定員を超えた場合は抽選により決定し、参加者及び受託者へ通知する。なお、実施期間中、辞退者が出た場合の追加募集は行わないものとする。

教室参加に必要な事務等（医療情報の聞き取りや結果入力や参加者決定通知等の書類送付など）は受託者で実施するものとする。

(2) 参加費

参加者負担なし。

(3) プログラムの実施

市民の健康状態の改善を図るため、科学的根拠に基づき、個々の身体活動量、体組成、体力レベルにあわせた適切な運動プログラムと、ライフスタイル（食行動）に合わせた栄養プログラムを提供する。

また、ネットワークを通じてデータが送信可能な活動量計、体組成計、血圧計などを用いて測定した各種健康データについて、ICTを活用することによりデータの見える化を行い、参加者に対してデータに基づく継続支援を行う。また、途中辞退者がでないよう、参加者へ積極的な声かけを行なうなど、教室運営上の工夫をすること。

(4) 教室に配置される指導者は、サービス利用者の健康状態や運動実施状況を把握し、運動指導や教室運営などに活用する。また、各個人のデータは、セキュリティの万全なサーバー上で管理する。

ア 管理するデータ

(ア) 体組成データ（体重、筋肉量、筋肉率、体脂肪率等）

(イ) 運動可否判定結果や障害や疾患に関するデータ

(ウ) 体力テスト結果データ

(エ) 生活状況聞き取りのためのアンケート結果データ

(オ) その他支援に必要なデータ（日々の活動量データ、筋力トレーニング実施状況、歩数等）

イ サービス利用者へのプログラム等の作成と提供

(ア) 個々の体力測定・身体活動量・ライフスタイルの評価に基づいて作成される個別運動・栄養プログラム

(イ) トレーニング実施状況や体組成データに関する個別評価シート

(ウ) 個人のスマートフォンやパソコンを介して、活動量、体組成、評価データ推移の閲覧（閲覧できない参加者へは紙面等で提供）

(5) 実施報告

参加登録者名簿や出欠表を管理し、業務実施後に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 個人情報の保護

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 宗教活動等の禁止

受託者は、本事業において宗教や政治に関する活動、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（毎回の出席状況、出席率、中断者の状況や中断理由）
- (3) 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）
- (4) 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。

別記

個人情報取扱特記事項

(基本的事項)

第1 乙は、個人情報（個人情報の保護に関する法律（平成15年法律第57号）第2条第1項に規定する個人情報をいう。以下同じ。）の保護の重要性を認識し、この契約による事務の実施に当たっては、個人の権利利益を侵害することのないよう、個人情報の取扱いを適正に行わなければならない。

(責任体制の整備及び報告)

第2 乙は、この契約による事務における個人情報の取扱いの責任者及び業務従事者の管理体制及び実施体制を定め、甲に書面で報告しなければならない。

(秘密の保持)

第3 乙は、この契約による事務に関して知り得た個人情報をみだりに他人に知らせ、又は不当な目的に使用してはならない。この契約が終了し、又は解除された後においても同様とする。

(取得の制限)

第4 乙は、この契約による事務を行うために個人情報を取得しようとするときは、その事務の目的を明確にし、当該目的を達成するために必要な範囲内で、適法かつ適正な手段により取得しなければならない。

(適正管理)

第5 乙は、この契約による事務に関して知り得た個人情報について、漏えい、滅失又はき損の防止その他の個人情報の適正な管理のために必要な措置を講じなければならない。

(廃棄)

第6 乙は、この契約による事務に関して知り得た個人情報について、保有する必要がなくなったときは、確実かつ速やかに廃棄し、又は消去しなければならない。

(目的外利用及び提供の禁止)

第7 乙は、この契約による事務に関して知り得た個人情報を、契約の目的以外の目的のために利用し、又は第三者に提供してはならない。ただし、甲の指示がある場合は、この限りでない。

(複写又は複製の禁止)

第8 乙は、この契約による事務を行うため甲から提供を受けた個人情報が記録された資料等を複写し、又は複製してはならない。ただし、甲が承諾したときは、この限りでない。

(再委託の禁止)

第9 乙は、この契約による個人情報を取り扱う事務を、第三者（乙の子会社（会社法（平成17年法律第86号）第2条第1項第3号に規定する子会社をいう。）を含む。次項において同じ。）に委託してはならない。ただし、甲が承諾したときは、この限りでない。

2 前項ただし書の規定により、第三者に委託する場合にあっては、乙は、受託者に対し、当該委託で取り扱う個人情報の安全管理が図れるよう、必要かつ適切な措置を講じなければならない。

(資料等の返還)

第10 乙は、この契約による事務を行うため甲から提供を受け、又は乙自らが取得し、若しくは作成した個人情報が記録された資料等は、この契約の終了後直ちに甲に返還し、又は引き渡

すものとする。ただし、甲が別に指示したときは、その指示に従うものとする。

(従事者への周知等)

第11 乙は、この契約による事務に従事している者に対し、在職中及び退職後においても当該事務に関して知り得た個人情報をみだりに他人に知らせ、又は不当な目的に使用してはならないこと等、個人情報の保護に関し必要な事項を周知し、及び遵守させなければならない。

(調査)

第12 甲は、乙がこの契約による事務を行うに当たり、取り扱っている個人情報の状況について、定期的に、及び必要に応じ随時に調査することができる。

(指示及び報告)

第13 甲は、乙がこの契約による事務に関して取り扱う個人情報の適切な管理を確保するため、乙に対して、必要な指示を行い、又は必要な事項の報告若しくは資料の提出を求めることができる。

(事故報告)

第14 乙は、この個人情報取扱特記事項に違反する事態が生じ、又は生じるおそれのあることを知ったときは、直ちに甲に報告し、甲の指示に従うものとする。

(契約の解除)

第15 甲は、乙がこの個人情報取扱特記事項に定める義務を果たさない場合は、この契約の全部又は一部を解除することができる。

(損害賠償)

第16 乙は、この個人情報取扱特記事項に定める義務に違反し、又は怠ったことにより甲又は第三者が損害を被った場合には、その損害を賠償しなければならない。