

(別紙１)

越前市一般介護予防事業「男の貯筋講座」業務仕様書

1 業務名

一般介護予防事業「男の貯筋講座」業務（以下「業務」という。）

2 目的

介護予防とは、身体機能の改善や環境調整などを通じて、個々の生活機能（活動レベル）や参加（役割レベル）の向上をもたらし、それによって一人ひとりの生きがいや自己実現のための取り組みを支援して、生活の質（ＱＯＬ）の向上を目指すものであり、参加率の低い男性に魅力的な事業を実施することで、市内の男性高齢者が介護予防に主体的、継続的に取り組む意欲を高める動機づけの場として開催する。

3 対象者

- ・越前市在住の概ね６５歳以上の男性（女性の参加は原則不可）
- ・他の一般介護予防教室との重複参加は原則禁止

4 契約期間

令和８年４月１日から令和９年３月３１日まで

5 実施場所（会場）

シピィ２階 １区画（１９坪・６２平方メートル程度）
社会福祉センター 多目的ホール

6 実施回数、時間

週１回（土日、祝日を除く。）実施し、４０回以上とすること。また、１回あたりの実施時間は、原則９０分とする。

7 業務内容

(1) 共通事項

参加者は会場に自ら赴くものとし、受託者は送迎を行わない。

(2) 業務の流れ

- ① 業務実施のための必要物品等の準備（出欠簿等の用意）
- ② 「男の貯筋講座」の参加案内のチラシ作成
- ③ 参加者名簿、出席簿の作成
- ④ 参加者負担金の徴収（毎回）
- ⑤ 参加者の身体状況を把握するとともに、その者の参加の適・不適を判断し、参加者の安全に配慮し、業務を実施する。
- ⑥ 市内の６５歳以上の高齢者に対し、介護予防の観点から効果のある運動プログラムを実施するとともに、家庭においても実施・継続できるようなプログラムや資料を提供し、参加者同士の仲間

づくりを図る。

- ⑦ 「男の貯筋講座」実施後、参加者の心身の状況を把握し、異変がないか等確認する。
- ⑧ 参加者負担金の納付（四半期ごと）
- ⑨ 「男の貯筋講座」参加前後に年２回程度、体組成計等を使用した身体機能評価と認知機能評価を実施
- ⑩ 地域包括支援センター等関係機関との連携

(3) 業務プログラムの内容

- ① 初回・中間・最終回には、血圧測定（自動血圧計可）と体力測定を実施すること。
- ② 体力測定の項目は、別紙マニュアルを参考にし、体重・握力・開眼片足立位・TUG・5 m歩行テスト（快適／最大）を必ず入れること。その他の測定項目は自由とする。
- ③ 自身の結果を見える化し、参加者が継続して介護予防の習慣を継続することが可能な内容とする。
- ④ 運動機能・栄養改善の向上に関わる講座、姿勢改善等の講座を盛り込み、参加者の介護予防への取組意識を高める情報や知識を提供する機会を設け、男性が参加したいと思える内容とすること。
- ⑤ 業務を安全に実施するために、事故発生時の対応を含めた安全管理マニュアルを整備するとともに、事故発生時には速やかに報告すること。
- ⑥ 会場の受付、負担金の徴収、案内、設営、清掃、撤収等の業務は受託者の責務として行うこと。
- ⑦ 体力測定日に参加できなかった参加者については後日個別に体力測定を実施しない。

(4) 定員

参加人数は１０～２０名程度とする。ただし、利用者の安全が確保できる範囲での増員を市が認める場合は対応すること。

(5) 参加負担金

- ① １回利用につき参加者負担金１００円を徴収すること。
- ② 徴収した参加者負担金は、四半期ごと納付書により金融機関へ納めること。

(6) 提出書類

- ① 業務実施状況報告書 四半期ごと
- ② 業務完了報告書 業務終了後速やかに

8 従事者

介護予防の知識や経験を持つ健康運動指導士、理学療法士または作業療法士等が業務を実施すること。

9 安全管理

受託者は必要な傷害保険に加入し、保険料は委託料に含むものとする。

また、血圧計やAEDなどを用意又は場所の確認をすると共に、安全・管理運営等に関するマニュアルを整備し、事故防止策の徹底や事故時の適切な対応に努めること。

10 個人情報保護

受託者は、個人情報の保護に関する法律（平成１５年法律第５７号）その他関係法令の規定を遵守すること。また、業務終了後においても同様とする。

1 1 その他

この仕様書に定めのない事項又はこの仕様書の解釈について疑義が生じたときは、委託者、受託者が協議の上、定めるものとする。