

生活習慣病予防事業委託仕様書

1 事業の目的

介護保険の被保険者が、地域において自立した日常生活を営むことができるよう支援するため、生活習慣病に適した運動指導・食事指導を行う。

2 対象者

65歳以上の玉野市民で、要介護認定を受けていない方もしくは要支援1・2の方で、医師から運動の制限を受けておらず、本人の事業参加の同意が得られた者とする。

3 委託業務内容

事業計画を作成し、計画に基づき生活習慣病予防の普及・啓発を行うものとする。

(1) 開催場所、開催期間、実施回数

市内の公共施設等で週1回程度、全12回実施する。

第1クール：6月開始

(実施会場：八浜公民館、田井公民館)

第2クール：9月開始

(実施会場：荘内公民館、すこやかセンター)

第3クール：12月開始

(実施会場：中央公民館、東児公民館)

*1事業者の複数開催を可能とする。実施会場が事業者間で重複した時は、事業者募集後に市が提案内容等を踏まえて調整し、事業者へ連絡する。

*市から連絡を受けた事業者は日程調整し、各施設の使用申請書に必要な事項を記入し、長寿介護課へ持参すること。(利用料減免となる)

*ただし、感染症の蔓延防止のため事業を延期又は中止する場合がある。

(2) 実施時間・日程

原則1時間15分程度とする。1教室あたりの時間は延長してもよいが、参加者の負担にならないようにすること。ただし、延長料金の加算はないものとする。

市側・事業者側での送迎を行わないため、可能な限りでシーバス等の公共交通機関の時刻を考慮すること。

(3) 参加者募集・定員・参加費

1教室において15～20名程度とする。参加申込者が8名未満の場合は事業を中止とする。*中止した場合は、双方協議の上、委託料の減額等調整するものとする。

参加者は、基本的に全12回を受講するものとする。

ホームページ掲載用案内チラシを作成し、できる限り教室開始月の2か月前までに市へデータで提出すること。

参加者の募集は、市広報誌やホームページ等で市が行い、電話等での申込先を事業者とし、先着順で参加者を決定するものとする。

参加費は無料とする。

(4) 担当職員

医師、理学療法士、作業療法士、看護職員、臨床心理士、健康運動指導士、歯科衛生士、管理栄養士またはこれらに相当する職員のうちのいずれかで行う。その他、教室内容に合わせて必要な職種の職員が行う場合はこの限りでない。

教室は、安全で効果的に実施できるよう職員を配置すること。

内容によって外部講師を委託することも可とするが、事業者のノウハウを活かした教

室運営に努めること。

(5) 実施

- ア 実施内容は、参加者が教室を通して自身で取り組めることを目標とした生活習慣病予防に効果的な運動(フレイル予防教室より運動強度を高く設定すること)を中心とし、毎回45分以上の筋力運動を含む運動を実施する。
また、食事指導を2回以上行うこと。
- イ 実施前に毎回血圧測定及び健康状態の観察を行うこと。
- ウ 教室のない間も自身で取り組めるように、毎回、同じ内容の体操をいくつか取り入れたり、体操資料を配る等工夫すること。
- エ 教室中の事故や教室での様子で気になる者がいた場合には、市へ連絡すること。
- オ 無断欠席が続く者には、電話連絡で状況を把握し、市へ連絡すること。
- カ 開催日の朝7時にNHKニュースで大雨警報等、何らかの警報が発表されている場合、参加者へ中止の連絡を行う。
- キ 安全に事業を実施するために、事故発生時の速やかな対応も想定した上で、安全管理に配慮し実施すること。また、万一、トラブルが起こった際には、速やかに市へ報告すること。
- ク 事業者の責任によって生じた参加者及び施設等の損害（事故によるけが等）については、事業者が賠償すること。よって、参加者の事業実施中及び往復途上の事故等に備えて、傷害保険に加入すること。

(6) 評価

事業実施者は対象者に対して、初回時、終了時の2回、運動習慣、食生活習慣について評価を行うこと。（評価内容は任意）

(7) 提出書類等

- ア 事前に教室実施計画書（様式第1号）を提出すること。
- イ 全回終了時に、次の書類を速やかに玉野市へ提出すること。全ての書類の提出は、令和9年3月31日までに完了すること。下記の書類に含まれている項目を含めて掲載していれば、様式は任意でも可とする。
 - (i) 個人経過表（初回、終了時の評価表等）
 - (ii) 参加出欠表
 - (iii) 事業報告書及び事業完了届
- ウ 実施状況写真
今後、教室の紹介等で市の印刷物に掲載する可能性もあるため、参加者に了承を得たものを3枚程度電子メールに添付して提出すること（光ディスク不可）。掲載不可の場合は、後姿の教室全体像や不可の人を除いたショット等、可能な限りで撮影するものとする。
- エ 事業完了後に、委託業務完了届及び請求書を速やかに市へ提出すること。

(8) その他

対象者が、教室へ自ら進んで参加し、継続しやすい環境づくりに配慮すること。

4 その他

この仕様書に定めるものの他に必要な事項については、別に定める。

*この教室に関する予算は令和8年3月に開催される市議会で審議され、予算の成立をもって実施する予定です。