

令和 7 年度嘉手納町一般介護予防事業 高齢者筋力向上トレーニング教室 2 仕様書

1. 事業目的

高齢者に対し、身体機能や筋力の強化が見込まれるトレーニング方法を指導し、習得してもらうことで、主体的に介護予防に向けた取り組みが継続して実施されることを目的とする。

2. 事業対象者

65 歳以上の嘉手納町民（第 1 号被保険者）

3. 事業内容

（1）実施内容

- ①介護予防の必要性及び継続することの重要性の周知
- ②事前事後アセスメント（体力測定やアンケート）
- ③トレーニング開始前後の健康確認（血圧測定や体調確認等）
- ④トレーニング開始前後のストレッチ
- ⑤筋力向上器具等を使用した運動の提供
（簡単な道具あるいは自宅にあるものでも実施可能であること。）
- ⑥筋力向上器具等を使用しない運動の提供
- ⑦日常生活でも実施できる運動の提供
- ⑧事業終了後、運動継続の支援及び地域資源の紹介等
- ⑨健康や栄養等に関する相談及び助言

（2）実施期間

- ・令和 7 年 7 月～令和 8 年 2 月
各区の実施期間に関しては、町と協議の上決定する。

（2）実施回数及び事業時間

- ・1 行政区あたり週 1 回、全 12 回
- ・1 行政区全 12 回×6 行政区×1 クール 計 72 回
各区の実施曜日に関しては、町と協議の上決定する。

（3）1 回の実施時間

- ・1 回 1 時間（事前準備、運動前後の健康チェック、後片付け等含めない）。
各区の実施時間帯に関しては、町と協議の上決定する。

（4）定員

各行政区 15 名程度

（5）会場

各区コミュニティーセンター

（6）利用者の欠席時の対応

利用者からの欠席の連絡については、事業者が直接受けることとする。

(7) 評価（プログラム開始時・終了時）

体力測定やアンケートによる運動機能等の評価を行う。

(8) 傷害保険

受託事業者において加入すること。

4. 実施体制

(1) 人員体制

指導員 1 名以上（理学療法士、健康運動指導士又は介護予防運動指導員のいずれかの資格を有し、高齢者に対する運動指導経験がある者。）

(2) 安全管理

嘉手納町介護予防事業緊急対応マニュアルを参照した上で、事業が安全に行われるよう、事故防止のため十分な注意を払うとともに、緊急時にも対応できるように体制を整備すること。

また、国が示している基本的感染対策の考え方を参考に、感染症拡大防止対策を講じること。

(3) その他

運動に必要な道具については、受託事業者が準備すること。

5. 個人情報の保護

(1) 業務の遂行にあたり、嘉手納町個人情報保護条例（平成 14 年条例第 25 号）に従い、個人情報の漏洩、滅失及び毀損の防止、その他の個人情報の適切な管理のための措置を図ること。

(2) 業務に従事している者及び従事していた者は、当該業務に関し知り得た個人情報を他人に知らせ、又は不当な目的に使用してはならない。

6. 実施報告

受託事業者は、実施報告書を 1 月毎に提出すること。その際は、委託料請求書とともに実施翌月 10 日までに提出すること。また、事業終了時には評価を含めた実施報告書（プログラムの概要、実施場所、実施回数、参加人数、実務担当者名、総評、考察、課題等がまとめられたもの）を提出すること。

7. 委託料

(1) 委託料には、本事業に係る人件費、事務費、保険料の負担分、事業の企画、運営実施にかかる費用等を含む。

(2) 具体的な支払いは、1 か月ごとの実績払いとし、報告書とともに町に請求を行う。委託料請求書が適法なものであるときには、委託料請求日から 30 日以内に支払うものとする

8. 契約

契約期間は、契約締結の日から令和8年3月31日までとする。

9. その他

この仕様書に定めのない事項等、疑義が生じたときは、誠意をもって協議を行い、定めるものとする。