

通所型サービスCいきいき貯筋教室業務委託仕様書

1. 目的

要介護状態又は要支援状態（以下「要介護状態等」という。）となるおそれの高い状態にあると認められる65歳以上の者を対象として、要介護状態等となることを予防することを通じて、一人ひとりの生きがいや自己実現のための取組を支援し、活動的で生きがいのある生活や人生を送ることができるよう支援することを目的として実施する。

また、対象者が運動器の機能低下や腰痛等の筋骨格系疾患に起因する日常生活上の支障等を自覚し、日常生活を維持・改善するために必要なプログラムの必要性を理解した上で、短期的な介入によって、対象者自身による改善方法の習得とその方法を生活に定着させることを目標とする。

2. 対象者

利用者は、次の①～③に該当する者

- ① 松江市内に住所を有する者で、松江市の介護保険の1号被保険者。
- ② 松江市基本チェックリストにより事業対象者となった、または要支援1・2の認定を受けた者。
- ③ 介護予防支援または、介護予防ケアマネジメントによって運動器の機能向上が適当と判断した者。

※ただし、通所型サービスC利用期間内に要介護認定され、申請日に遡り対象者でなくなり、通所型サービスCの利用があっても問題ないものとする。要介護認定の被保険者証受取以降は、通所型サービスCの利用を中止するものとする。

3. 実施期間

令和8年4月1日～令和9年3月31日

4. 実施頻度

概ね3か月間（12回）、週1回実施する。

※原則として、年度内において1回の利用に限るものとする。但し、本人の状況により特に必要と判断された場合は除く。

5. 実施時間

1回あたり概ね1時間程度とする。

6. 実施場所

事業所の所管する市内の施設及び事業が実施できる会場

※実施にあたっては、参加者同士の交流等、教室としての実施効果を期待するものであることから、複数人参加できる会場を確保すること。

7. 委託事業者

「指定居宅サービス等の事業の人員・施設及び運営に関する基準」に該当する介護保険の通所介護サービス提供事業者、又は松江市介護予防日常生活支援総合事業の通所サービス実施事業者、又は

松江市が仕様で定める条件で実施可能な事業者であり①または②の条件を満たす事業者とする。
ただし、介護保険サービス提供事業所は、①または②の条件は問わないものとする。

① 松江市競争入札参加資格者

② 松江市税、消費税および地方消費税の滞納がないこと、暴力団員による不当な行為の防止などに関する法律（平成3年法律第77号）第2条第6号に規定する暴力団員又は同条第2号に規定する暴力団若しくは暴力団員と密接な関係を有する者が経営に関与していないこと。

8. 実施担当者

保健師、看護師、理学療法士、作業療法士、健康運動指導士、運動実践指導者、その他運動が指導できる職種で市が認める者が実施する。

9. 委託料

＜事業委託料基準単価＞（消費税及び地方消費税は非課税）

内容	契約単価等
(1) 実施前のアセスメント (2) プログラム実施 (3) 実施後のアセスメント及び評価 (4) 送迎（任意）	参加1人あたり 1,500円
※実施にあたっては、参加者同士の交流等、 教室としての実施効果を期待するものである ことから、複数人参加できる体制に努めること。	1日あたり 6,500円

10. 事業の内容

(1) 実施前のアセスメント

参加者の健康状態・生活習慣・体力水準（体力測定）などの個別の状態を把握する。

＜アセスメント帳票＞

■アセスメント・評価票

(2) プログラム実施

内容：ストレッチ・ボール体操・筋力トレーニング・水中運動・レクリエーション等各施設等の特徴を生かした運動器の機能及び生活機能の向上に資するもの。

自宅でも実施ができるような運動メニューを指導する。

(3) 実施後のアセスメント及び評価

目標の達成状況、体力要素の改善状況、主観的健康観等を総合的に評価し、松江市及び介護支援専門員へ報告し、アセスメント票を提出する。

＜アセスメント帳票＞

■アセスメント・評価票

■松江市チェックリスト

(4) 送迎（任意）

1 1. 参加費

本事業の参加費は、無料とする。

1 2. 実績報告

受託者は、毎月の業務を完了したときは、翌月 10 日までに実績報告書を松江市へ提出すること。
ただし、3 月実施分については、令和 9 年 3 月 31 日までに報告書を提出しなければならない。

1 3. 安全管理体制

(1) 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。また、安全委員会を開催し、以下の事項について定期的に確認を行う。

- ①対象者の保有する医学的リスク ②運動前、運動中、運動後の留意点
- ③安全管理マニュアルの内容及び更新 ④緊急時対応フローと訓練

(2) 安全に実施するために、以下の①～③に留意して実施すること。

①プログラム実施前の留意点：以下に該当する場合、運動を実施しない

- ア. 安静時に収縮期血圧 180mmHg 以上、または拡張期血圧 110mmHg 以上である場合
- イ. 安静時脈拍数が 110 拍/分以上、または 50 拍/分以下の場合
- ウ. いつもと異なる脈の不整がある場合
- エ. 関節痛など慢性的な症状の悪化
- オ. その他、発熱や体調不良などの自覚症状を訴える場合

②プログラム実施中の留意点：参加者に周知し、自覚症状や他覚所見に基づく安全確認を行う

- ア. 水分補給を十分に行う
- イ. 睡眠不足・体調不良の時には無理をしない
- ウ. 身体に何らかの不調がある場合には、実施担当者に伝える

③プログラム実施後の留意点：以下に該当する場合、受診を勧めるなど必要な処置をとる。

- ア. 安静時に収縮期血圧 180mmHg 以上、または拡張期血圧 110mmHg 以上である場合
- イ. 安静時脈拍数が 110 拍/分以上、または 50 拍/分以下の場合
- ウ. いつもと異なる脈の不整がある場合
- エ. その他、体調不良などの自覚症状を訴える場合

(3) 事故発生時の対応

事業実施により事故が発生した場合は、介護支援専門員、松江市、当該対象者の家族等に連絡を行うとともに、以下の通り必要な措置を講じること。

- ① 事故の状況及び事故に関して取った処置について記録する。
- ② 賠償すべき事故が発生した場合、損害賠償を速やかに行う。

(4) 参加者に対する賠償保険や損害賠償保険に加入するなど適切な運営を図ること。

(5) 事業の実施において、参加者に対する一切の責任を事業者は負うものとする。

1 4. その他

地域支援事業実施要綱の改正が年度内におこなわれた場合、協議のうえ、当仕様書を一部変更し契約する場合があるものとする。