

令和7年度 「元気アップ教室」 (一般介護予防事業) (後期追加分)業務仕様書

1 業務名

令和7年度「元気アップ教室」(一般介護予防事業)(後期追加分)業務(以下「本業務」という。)

2 業務概要

(1) 目的

運動習慣のない高齢者が自身の健康を維持するための運動方法を学び、「元気アップ教室」参加終了後も自主的に継続できるようにする。

(2) 内容

高齢者が介護予防のため自主的にできる運動方法を提示し、継続するための意識づけを行う。

ア 実施回数

全8回(1か月に2回)

イ 実施期間

4か月間(令和7年11月から令和8年2月まで)

※振替開催については、気象警報(大雨、洪水、暴風、大雪等)の発令や災害による中止、その他やむを得ない理由により実施できない場合、上記の同一実施期間内に限り可能とする。

ウ 会場

受託者は、会場の確保に当たっては、次の全ての条件を満たすこと。

(ア) 高齢者が通いやすい場所であること(公共交通機関の利用、駐車場が確保されている等)。

(イ) 15名以上の新規参加者が見込める場所であること。

(ウ) 会場は、参加者が手を広げてもお互い接触しない広さ(使用可能面積50㎡以上)であり、安全に運動が行える場所であること。

(エ) 令和6年度に「元気アップ教室」の開催実績がある場合で、前期又は後期いずれかの教室の参加者が1回でも7名以下であった会場は提案できない。

(オ) 瓦町健康ステーションは会場として提案することができない。

エ 対象者

事業開始時点で高松市に住民登録がある65歳以上の者で、かつ次の要件を全て満たす者とする。

(ア) 本業務に継続して4か月間参加できる者

(イ) 要支援・要介護認定(介護保険法第32条に規定されている要支援認定及び同法第27条に規定されている要介護認定をいう。以下同じ。)を受けていない者

(ウ) 介護予防・生活支援サービス事業の通所型サービスを利用していない者(ただし、通所型サービスBの利用者は除く。)

なお、令和6年度から令和8年度までの間、参加は1回限りとし、開催期間中に要支援・要介護認定を受けた者、介護予防・生活支援サービス事業の通所型サービスの利用を開始した者(ただし、通所型サービスBの利用者は除く。)、又は市外転出者は中断とする。

オ 定員

15名以上

カ 実施内容

本業務の実施時間は1時間程度とし、次の（ア）から（ウ）までの内容を含めること。

なお、準備、受付及び片付け等は上記の本業務実施時間には含まない。

- （ア） ウォーキング、椅子座位、立位でのストレッチ、筋力トレーニングについて、特別な器具や設備を用いなくても参加者の体力、生活機能の維持が見込め、自宅でも実施可能な運動方法を直接指導すること。（ビデオプログラム、遠隔での指導は不可とする）
- （イ） 上記（ア）を実施するに当たっては、参加者が介護予防のために必要な運動の方法・効果等を理解できるよう、分かりやすい言葉で説明するとともに、資料を配布するなどし、事業終了後も継続できるように意識づけを行うこと。
- （ウ） 初回は参加申込書・同意書を記入してもらうこと。また、初回・最終回日には、アンケートの記入と併せて、体力測定（5回立ち上がりテスト）を実施し、アンケートに記入すること。

キ 留意事項

- （ア） 参加者の体調を確認し、感染症対策を含めて安全面に配慮すること。
- （イ） 実施期間内に1回、本市職員が会場を訪問し、実施状況を確認するとともに、参加者に対してフレイル対策について説明する。

（3） 本業務実施の流れ

【高松市が実施するもの】

- ・ 広報高松、高松市公式LINE「たかまつホッとLINE」、チラシによる参加者の募集。
- ・ 参加資格の確認及び参加者の決定（応募者多数の場合は抽選を実施）。
- ・ 受託者への参加者名簿の送付

【受託者が実施するもの】

- ・ 参加者名簿の受領後、参加者への連絡、及び会場・日程・準備物等の説明。
- ・ 実施月の翌月5日（土日祝日の場合は翌開庁日）までに業務委託報告書を高松市に提出し、検収確認報告を受けた後、速やかに請求書を高松市に提出する。なお、参加者の状態について報告が必要な場合は、業務委託報告書の状況報告等の欄に記載する。
- ・ 本業務終了後に参加申込書、同意書、アンケートを高松市に提出する。

（4） 実施体制

ア 従事者

本業務の実施に当たっては、次の（ア）及び（イ）の者を従事させること。

（ア） 運動指導者1人以上

要介護認定及び事業対象者の認定を受けていない元気な高齢者への定期的な運動指導を過去3年以内に1年以上経験し、上記2（2）カの実施内容を安全に指導できる者

（イ） 補助職員1人以上

参加者が安全に運動に参加できるように、運動指導者の補助を行う者

イ 安全管理体制

- (ア) 受託者は、本業務を安全に実施するために、事故発生時の対応を含む安全管理マニュアルを整備するとともに、感染症対策を講じ、常に参加者の安全に最大限配慮すること。
- (イ) 従事者は参加者の身体状況を確認のうえ、教室を実施すること。
- (ウ) 従事者は、会場の自動体外式除細動器（AED）の設置状況及び使用方法を確認し、緊急の場合に備えて使用できるようにしておくこと。
- (エ) 受託者は、開催日の開始1時間30分前の時点で気象警報（大雨、洪水、暴風、大雪等）が発令された場合、又は本事業終了までに気象警報発令が予想されている場合は原則中止とし、参加者全員に速やかに教室中止の連絡を行うこと。なお、中止日の振替開催の可否について高松市に報告のうえ、参加者にも連絡すること。
教室実施中に気象警報が発令された場合は即時中止すること。なお、この場合は1回実施したものとみなし、委託料を支払うものとする。

ウ 事故発生時の対応

受託者は、教室開催中に事故が発生した場合は必要な措置を速やかに講じること。必要な措置とは、次の事項を指す。

- (ア) 参加者に緊急を要する事態・事故等が発生した場合の迅速かつ適正な対処、及び高松市・参加者家族等への連絡。
- (イ) 事故の状況及び事故に際して行った処置の記録
- (ウ) 賠償すべき事故が発生した場合の損害賠償
- (エ) 損害保険・傷害保険の加入（費用は受託者による負担）

エ 個人情報の取扱い

受託者は、この契約による事業を実施するため個人情報を取り扱う場合は、別記「個人情報取扱特記事項」を遵守し、関係様式を市に提出しなければならない。

オ 本業務の継続が困難な場合の対応

受託者は、業務の実施が困難であると認めた場合は速やかに市に連絡し、対応を協議しなければならない。

カ 業務委託料

- (ア) 業務委託料の内訳は下表のとおりとする。

基本委託料	人件費（交通費を含む）、施設費（会場借上費以外）、教材費、通信運搬費、保険料、消耗品費、印刷費等の本業務の実施に必要な経費（ただし、食糧費は除く）。
会場借上費（加算額）	会場借上費が発生した場合の実費相当額（上限5,000円）。 ただし、空調費は含まない。

- (イ) 気象警報の発令、その他やむを得ない理由により振替開催となった場合は、業務を実施したのものとして委託料を支払うものとする。
- (ウ) 2（2）イの実施期間外の準備に要する経費は委託料に含まない。

キ 支払い条件

各月完了払

ク 参加費用

無料とする。

ケ ボランティアの紹介

受託者が希望する場合は、高松市が定める所定の研修を受けたボランティアを紹介し、教室に
従事（受付、会場設営及び参加者の見守り）・参加させることができる。この場合、ボランティ
アが従事・参加する教室については、不測の事態に備えボランティア保険に加入するものとす
る。ただし、保険料は受託者の負担とする。

(ア) ボランティアは従事者の補助要員には該当しない。

(イ) 受託者が希望した場合でも、ボランティアの参加希望者がいない場合は紹介できないこ
とがある。

(5) 参加申込者が一定数に満たない場合の対応

参加申込者が5名以下であった場合、教室は開催（実施）しない。この場合、委託料の支払
いは発生せず、そのことによって受託者が損害を受けることがあっても、市長は、その責めを
負わない。

(6) その他

高松市から参加者にチラシを配布する場合には協力すること。