

仕 様 書

1. 件 名 介護予防教室講師派遣事業
2. 目 的 介護保険法第115条の45第1項第2号に掲げる一般介護予防事業として、住民主体の通いの場等の活動に対して講師を派遣することで、高齢者が出来る限り要介護状態等になることなく健康で生き生きとした生活を送れるよう支援し、その生活の質の向上に寄与することを目的とする。
3. 契約方法 単価契約（委託金額内訳は別紙1のとおりとし、実績に応じた月毎の支払いとする。）
4. 利用対象者 町内在住で主に65歳以上の要支援・要介護認定者を受けている方で構成される団体・グループ
5. 委託期間 令和8年4月1日から令和9年3月31日まで
6. 事業内容 寒川町介護予防講師派遣事業実施要綱に基づき、介護予防講師派遣を申請した団体・グループ（以下、利用者という。）の要望に応じ、原則次のとおり実施するものとする。
- （1）開催日 委託期間のうち、12月29日から1月3日までを除く日。（土日祝日を含む。）
- （2）開催回数 申請数に応じ、240回を上限とする。（1時間の教室を指導員及び補助員各1名で実施した場合。なお、補助員なしの場合はこの限りではない。）
また、同一利用者につき月2回、1年度12回までを目安とするが、使用する会場の制限人数等により、同一利用者が複数回に渡って教室を開催する必要がある場合は、この限りではない。
- （3）開催時間 午前9時から午後5時の間で、1回1時間以内。
- （4）開催場所 利用者が用意した町内の会場。（会場使用料は、利用者負担。）
- （5）定員

1回あたり10名以上30名まで。(ただし30名以下の場合は、会場の制限人数を上限とする。)

(6) 実施内容

実施内容等については、原則別紙2のとおりとする。

(7) 利用者負担金

無料(教材費等が発生する場合は、実費のみ徴収可。)

(8) 損害賠償

受託事業者は、参加者の本事業実施中の事故等に備え、損害賠償保険等に加入すること。なお、事業実施により参加者等に損害を与えた場合は、当該受託事業者が賠償すること。

7. 事業報告 毎月事業終了後、翌月10日までに、実施内容や参加者の状況等について電子及び紙媒体で報告・提出すること。

8. その他

- (1) 事業実施にあたり、会場の利用規約を遵守し、別紙3の内容をはじめとした感染症対策を行うこと。
- (2) 開催日に荒天や災害等不測の事態が生じた場合は、事業の中止等の対応を行う。
- (3) その他仕様書に定めのない事項については、必要に応じて双方が協議して定めることとする。

別紙 1

委託金額内訳表

費用項目	単位	金額（税込）	備考
開催経費	回	円	
専門指導員人件費（1名）	時間	円	介護予防運動指導員等
補助員人件費（1名）	時間	円	

【委託金額の計算方法】

1回あたりの開催経費の単価に当月の開催回数を乗じた額と、専門指導員及び補助員各1名の単価に当月の開催1回毎の実績時間数の合計を乗じた額の合計とする。

※専門指導員及び補助員各1名の開催1回毎の実績時間数の計算については、最初の1時間までは1時間として計算し、30分を超えたものについては、以後30分単位での計算とする。（30分の単価は、1時間単価の2分の1とする。）

1. 実施内容

(1) 運動器の機能向上

運動器の機能維持向上に向けた指導や助言等を行う。

運動器の機能低下をきたしている又はきたす恐れのある参加者がいた場合は、その要因を把握するよう努めるとともに、可能な限り本人の要望や状況等を指導内容に反映させることとする。

指導内容

- ・トレーニング（有酸素運動、ストレッチ、簡易的な器具を用いた運動等）の指導等。トレーニングの内容は、主に転倒予防に繋がるものとし、国内外の文献等において介護予防の観点から有効性が認められている等の適切なものとする。
- ・日常的に各自で実践できるトレーニング方法の提案や指導等。
- ・運動機能の維持向上に関する個別的な相談や助言等。

(2) 認知症予防

認知機能の維持向上、心身の活性化に向けた指導や助言等を行う。

認知機能の低下をきたしている又はきたす恐れのある参加者がいた場合は、その要因を把握するよう努めるとともに、可能な限り本人の要望や状況等を指導内容に反映させることとする。

指導内容

- ・コグニサイズ等の認知症予防運動に関する指導。また、必要に応じて記憶訓練、計算訓練、音楽療法等脳への刺激となる活動を併せて行い、実施内容は、国内外の文献等において介護予防の観点から有効性が確認されている等の適切なものとする。
- ・日常的に各自で実践できる認知症予防方法の提案や指導等。
- ・認知機能の維持向上に関する個別的な相談や助言等。

※利用者のニーズや心身の状況等に合わせ、上記（1）（2）以外に効果的と考えられるプログラムについても、町や利用者と協議の上、実施可能とする。

(3) その他

- ・介護予防等に対する普及啓発を行い、自主的な介護予防活動を行う団体・グループとなるよう、リーダーの育成や通いの場の開催支援を行うこと。
- ・1利用者につき、1年度の開催回数が4回以上にわたる場合は、参加者の個別の目標・計画等を作成し、プログラムの内容や目的、スケジュール、効果、リスク等について十分な説明を行うとともに、事業者の創意工夫に基づく指導を行うこと。
- ・参加者の生活の質の向上のため、本人の要望や状況に応じた情報提供や、地域における自発的な活動等を促すよう努めること。
- ・本事業の広報・周知のため、指導メニュー等を掲載したチラシを作成すること。

2. 人員配置

- ・専門指導員(介護予防運動指導員、健康運動指導士、健康運動実践指導者機能訓練指導員等)：1名
- ・補助員：1名以上

※ただし参加者が20名未満の場合は、専門指導員1名での対応とする。

3. 留意点

(1) 参加者への個別的な配慮

参加者の体調や心身の状況等、必要に応じて個別的な配慮に基づく指導を行うこと。また、疾病等を有する参加者への指導にあたっては、主治医や家族等と連携を図り、必要な管理指導のもと実施すること。

(2) 安全管理及び緊急時の対応

事業実施にあたり、安全管理には充分配慮すること。
また、事故等が発生した場合に備え、安全管理マニュアルや緊急連絡体制等を整備するとともに、迅速かつ適切な対応を実施すること。

(3) 従事者同士の連携

連続して教室を実施する利用者については、各従事者同士が充分な情報共有のもと、適切で効果的なサービス提供にあたること。

(4) 個人情報等の取扱い

参加者の個人情報及びその他業務上知り得た内容を第三者に漏らしたり公表してはならないこととし、事業終了後においても同様とする。

別紙 3

- ・事業開始前に参加者の検温や体調確認を行い、37.5度以上の発熱がある方は、参加を控えてもらうこと。また、体調不良や咳、くしゃみ、鼻水、喉の痛み、頭痛、倦怠感等の風邪症状が出ている場合には参加を控えてもらうこと。
- ・同居の家族等に体調が優れない方や感染が疑われる方がいる場合は、参加を控えてもらうこと。
- ・事業実施中、適宜手指消毒を行うこと。また、互いに接触したり、器具を通じた接触がある運動を行う場合は、器具の消毒及び参加者に接触する前後に手指消毒をさせること。
- ・会場の換気を行い、参加者同士の距離を十分にとること。
- ・参加者の中から感染者が確認された場合、感染経路の情報提供として、保健所等の調査へ協力すること。