

箕面市介護予防事業「はつらつアップ教室」委託業務仕様書（市内運動施設型）

（目的）

運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上等介護予防に関する知識や実践方法の普及を通じ、高齢者自身が身体活動及び精神活動を活性化し、ひいては生活の質（QOL）を向上させることを目的とする。

（事業実施方法）

運動機能向上に関する専門家を配置し、参加者のニーズ及び身体状況に応じ、運動器の機能向上等のためのプログラムを提供する。

（対象者）

65歳以上の箕面市介護保険第1号被保険者の資格を有する市民のうち、次のいずれかに該当する者とする。

- （1）二次予防事業対象者のうち、当該事業への参加により、介護予防・健康づくりの取り組みを行うことができるかた。
- （2）介護予防に関心があり、当該事業への参加を希望されるかた。ただし、介護保険での通所系サービスを利用しているかたを除く。

（定員及び参加者数の連絡）

1クールあたり12～15名とし、教室を開催するために必要な人数は、5名以上とする。ただし、その人数に満たない場合には、教室の開催を中止することができるものとする。この場合、教室開催の5日前までに連絡するものとする。

なお1クールは、週1回を10週間実施した後、約1月後に1回、3月後に1回の計12回とする。

（実施場所及び実施期間）

受託事業者が提供する施設で、トレーニング機器を有していること。

平成25～26年度（2013～2014年度）の実施期間は、変更することがある。

- | | | |
|--------|---------|------|
| （1）施設A | 7月上旬開始 | 1クール |
| | 10月上旬開始 | 1クール |
| （2）施設B | 7月中旬開始 | 1クール |
| | 10月中旬開始 | 1クール |

施設Aと施設Bは受託事業者が異なる場合もある。参加者の利便性を考慮して市内の東部と西部にそれぞれ設定することが望ましい。

（事業運営方法）

- （1）教室時間は1回あたり概ね1時間半程度とする。ただし第1回、第10回及び第12回は運動機能測定を実施するため、概ね2時間程度とする。また、その他事業運営に係る事項（準備、事業終了後の記録、片づけ等）についても実施する。
- （2）開催日程は別に定めるとおりとする。
- （3）教室の運営については、別添「箕面市運動器の機能向上事業マニュアル」に記載しているとおりにする。
- （4）受託事業者が事業の実施に必要な物品を準備する。
- （5）参加者が次に該当する場合は、事業の参加を中止することとする。
 - ①要介護者等に該当すると思われる場合

②心身の状況が著しく低下した場合

(スタッフの配置)

- (1) 事業の運営にあたっては、1回の教室にプログラムの実践、評価等運動指導の実務経験のある健康運動指導士1名のほか、これと同等の能力を有する者でAEDを使用した救命講習受講を修了した指導員1名以上の合計2名以上配置することとする。ただし、運動機能測定を実施する回においては、さらに指導員1名以上を加配し、合計3名以上配置することとする。
- (2) 栄養講座を実施する回においては、必ず管理栄養士を配置し、上記(1)に該当する者とあわせ2名以上配置することとする。

(事業実施内容)

- (1) オリエンテーション
- (2) 事前・事後アセスメントの実施
 - ・心身の状況についての問診
 - ・運動機能の事前アセスメント評価（握力測定、開眼片足立ち、5m最大歩行、Timed up&Goテスト、長座体前屈を基本とする）
- (3) 個別プランの作成
- (4) 参加者の運動前後のバイタルチェック
- (5) 介護予防プログラムに基づく運動の実践（トレーニング機器を用いた運動を取り入れること）
- (6) 介護予防・運動の効果及び実践方法に関する講話（1クールにつき2回）
- (7) 管理栄養士による栄養講座（1クールにつき2回）
- (8) 参加者に応じた自宅課題の作成と実践の確認

(参加者負担)

本事業にかかる参加者負担は無料とする。

(安全管理)

- (1) 教室の開催にあたっては、別添「箕面市運動器の機能向上事業マニュアル」に記載した安全衛生管理の項に従うこと。また、安全管理マニュアルを整備し、各回教室に設置すること。
- (2) 事故防止のため、十分な注意を払うとともに、参加者の安全性を十分に考慮し、緊急時にも対処できるよう、事故発生時対応マニュアルを作成すること。

(実施報告)

以下の実施報告を提出するものとする。

- (1) 各回1週間以内に教室報告
- (2) 教室終了後1月以内に、個別評価及び事業全体の質的量的評価
- (3) 運動機能の事前・事後アセスメントの情報を箕面市が指定した様式の電子ファイルで年度内に提出すること。

(事故等の責任)

受託事業者の責任によって生じた利用者及び施設等の損害（事故によるけが等）については、受託事業者が賠償すること。