

# 業 務 仕 様 書

## 1 業務名

令和6年度帯広市介護予防普及啓発事業「(通称)げんき活動コース」

## 2 事業目的

介護予防に関する知識や実践の普及啓発を行い、活動に取り組む仲間と知り合うきっかけをつくり、住み慣れた地域で自主的な活動を継続するよう促進することを目的とする。

## 3 委託期間

契約締結日から令和7年3月31日までとする。

## 4 担当地区

鉄南日常生活圏域

## 5 実施場所

グリーンプラザ(月曜日午前の実施)

加えて、担当圏域内において下記に示す会場から1会場を選定する。

なお、都合により使用できない場合は代替の会場を確保して実施する。

- (1) 鉄南コミュニティセンター
- (2) 緑栄福祉センター
- (3) 光南福祉センター
- (4) 中央福祉センター
- (5) 花園福祉センター
- (6) 実施者が所有する建物
- (7) その他、地域の会館、集会所等

## 6 参加対象者

帯広市に在住する、参加開始時点で満65歳以上の者

## 7 実施人数及び実施回数

- (1) 実施人数(実施1回当たりの参加定員)

実施1回当たりの人数は、従事体制及び会場等を踏まえて安全に実施できる人数とする。

- (2) 実施回数

1会場あたり24回とする。なお、本事業の参加をきっかけとし、自主的な活動につながることを目指し、参加者1人当たりの参加回数は実施期間中に12回までとする。

## 8 業務内容

以下の各号に定める業務を行う。

- (1) 実施日時の調整を行う。
- (2) 12回分の実施内容の調整を行う。
- (3) リハビリテーション専門職(3職能団体)との調整を行う。
- (4) 事業の周知を行う。
- (5) 参加受付を行う。

- (6) 教室を運営する。
- (7) 自主グループとの情報交換を行う。
- (8) 参加者の参加終了後の活動継続について調査を行い、活動状況に応じたフォローアップを行う。
- (9) 実施計画書及び報告書を提出する。
- (10) 教室の実施以外に、自宅等でも取り組むことができる体操や介護予防に関する知識を提供し、高齢者が自らフレイル予防の意識を持つことができるよう支援する。

## 9 業務内容の詳細について

### (1) 編成について

- ア 委託期間のうち、6月から翌年2月まで教室を開催する。3月は教室を開催せず、教室終了後の参加者の活動確認及び活動状況に応じたフォローアップを行う。ただし、災害その他感染症の流行などで3月までに各会場24回実施できない場合はこの限りではない。
- イ 参加者1人につき12回までの参加を可能とするため、リハビリテーション専門職（栄養士、歯科衛生士、リハビリ職が各1回）の派遣時を除いた実施内容をあらかじめ用意する。
- ウ 初回参加時及び参加終了時に、参加者アンケートを用いて健康状態や社会参加の状況等を把握する。
- エ リハビリテーション専門職講話以外にも、フレイル予防に関する知識を提供するほか、必要に応じて各種講話（感染症、高齢者に多い病気等）を実施する。
- オ 自主グループが事業に参加し、活動内容等を紹介するための調整を行う。
- カ 参加者が教室終了後も継続した活動につながるよう、自主グループの情報提供や介護予防に関する助言等のフォローアップを行うとともに、新たな自主グループの立ち上げに対して具体的な支援を行う。
- キ 参加者ごとに管理台帳を作成し、教室終了後の活動状況を把握する。

### (2) 参加者について

- ア 実施期間中、随時参加可能とする。
- イ 教室終了後の活動継続について理解を促す。
- ウ 生活上の支援が必要と思われるときには、地域包括支援センター等の関係機関、関係職種と連携して対応する。

### (3) 1回の実施について

- ア 従事者は3名以上とする。  
ただし、当日の参加者の状況や実施内容及びボランティアの活用等の工夫により、安全に実施できると判断できる場合はこの限りではないが、その場合でも従事人数は2名以上とする。
- イ 時間は90分とする。
- ウ 事業の目的を理解してもらうため、初回参加時にオリエンテーションを実施する。
- エ 実施前後及び実施中、血圧や心拍数、発熱の有無等の確認を適宜行い、自覚症状がある場合又は従事者が必要と判断した場合は、活動の中止や医療機関への受診等を促す。
- オ 介護予防の講話や体操などを通して、参加者が継続して取り組みやすい内容の提供を行う。（参加者に体力の差などがある場合でも、参加者の状態に合わせた実施方法の提供を行う。）

### (4) 事業の評価について

- ア 参加者の参加最終日から約1か月後、継続した活動の有無
- イ 年間の参加人数
- ウ 事業に関わった自主グループの数と内容

## 10 チャレンジデーの実施について

### (1) 実施場所、参加対象者

「5 実施場所」、「6 参加対象者」のとおり。

ただし、実施場所については、担当圏域の実情に応じて会場を選定することが可能であり、会場数は指定しない。

### (2) 実施回数

年間10回以上、21回以下とする。

### (3) 業務内容

#### ア 実施日時及び実施内容の調整

委託期間のうち、6月から3月の間に教室を開催する。

介護予防の講話や体操などを通して、参加者が継続して取り組みやすい内容の提供を行う。(参加者に体力の差などがある場合でも、参加者の状態に合わせた実施方法の提供を行う。)

#### イ 事業の周知

地域包括支援センターや地域支え合い推進員、民生委員等の関係者と連携し、事業参加が適当と思われる人への情報提供に努める。

#### ウ 参加受付及び参加者管理

参加者は、参加会場や参加回数の制限なく、随時参加可能とする。なお、げんき活動コースに参加している者及び参加を終了した者も参加することができるが、これまで介護予防に関する活動経験が少なく、継続した取り組みが困難な者等が多く参加できるよう留意する。

#### エ 教室運営

従事者は3名以上を基本とするが、参加者の状況等により安全に実施できると判断できる場合はこの限りではない。

なお、教室実施前後及び実施中、血圧や心拍数、発熱の有無等の確認を適宜行い、自覚症状がある場合又は従事者が必要と判断した場合は、活動の中止や医療機関への受診等を促す。

#### オ 実施評価

年間実施回数及び1回当たりの参加者人数による。

## 11 感染症対策について

### (1) 基本的な感染対策

手洗い等の手指衛生や、三密(密閉空間、密集場所、密接場面)を避けるための対策(換気を行う、人と人との距離を保つ、近接した会話を避ける)は、適宜実施する。

### (2) 感染症流行期の対応

冬期間は感染症の流行期となるため、12月から3月の期間についてはマスクの着用を推奨する。

### (3) その他必要に応じた対応

ア 必要時、参加者ならびに市と連絡が取れる体制を確保する。

イ 独自の感染対策を行う場合の制限は設けない。

## 12 参加者の費用負担

無料とする。

## 13 事故への対応

実施者は事故発生防止の対策を講じた上で、偶発的な事故に備え参加者に対する賠償保険等に参加すること。また、対象者が医療受診を必要とするような重大な事故発生時については、速やかに帯広市地域福祉課へ報告すること。なお、休祝日等における市への報告については、別に提示する緊急連絡先(別紙)へ報告すること。

## 14 連絡会議及び研修会

実施者は、市が年数回程度実施する一般介護予防事業に係る連絡会議及び研修会に参加すること。

## 15 実施計画書及び報告書等の提出

事業者は以下の各号に定める書類を帯広市へ提出する。

- (1) 実施計画書
- (2) 参加者名簿
- (3) 実施報告書
- (4) 個人台帳(チャレンジデーは除く)

## 16 委託料

本事業における委託料に関する事項は、契約書において定める。

なお、事業実施初期に掛かる費用が大きいことを考慮し、総事業費に占める上半期の割合を7割とし、下半期を3割として支払うこととする。(チャレンジデー実績加算を除く。)

## 17 その他

仕様書に定めることのほか必要な事項については、市と協議の上決定する。

## 帯広市介護予防普及啓発事業における**緊急連絡先**

※事業実施中、対象者が医療受診を必要とするような重大な事故発生時の  
報告

平日	電話65－4113(帯広市地域福祉課)
休日	電話24－4111(帯広市役所代表)