

保健福祉事業に係る経費の取り扱いについて

- 1 保健福祉事業の実施
- 保健福祉事業にかかる経費は、仕様書第5の4の(2)に規定する業務の履行に必要な経費によって積算されますが、保健福祉事業については、クアハウス今治の施設及び機能を利用し、施設の設置目的のひとつである市民の健康管理と福祉の向上を図るために指定管理者として必ず実施しなければならない事業です。
- 2 保健福祉事業にかかる契約
- 指定管理者が保健福祉事業を実施するにあたり、本事業については募集要項8の(1)に規定する年度協定書とは別に単年度ごとに市と指定管理者において業務委託契約書を締結するものとし、保健福祉事業に係る経費（委託料）については当該契約書に明示します。これは市が国の補助により実施する事業の一部事業として指定管理者に本事業を実施させるものであるためです。
- 3 保健福祉事業に係る経費
- 当経費については、指定期間内の各会計年度において予算要求され、今治市議会の議決をもって経費が確定するため、本仕様においては、近年の実績値に基づき次のとおり仮積算します。指定管理者は次の金額を参考に保健福祉事業に係る事業計画及び収支計画等の立案等を行ってください。（実際の委託契約額は変動する場合があります。）
- なお保健福祉事業に係る経費についても、市が指定管理者に対して支払うこととなる消費税及び地方消費税相当額が含まれたものなので注意してください。

□

保健福祉事業にかかる1年間ごとの経費（仮積算額）	54,658千円
--------------------------	----------

1 目的

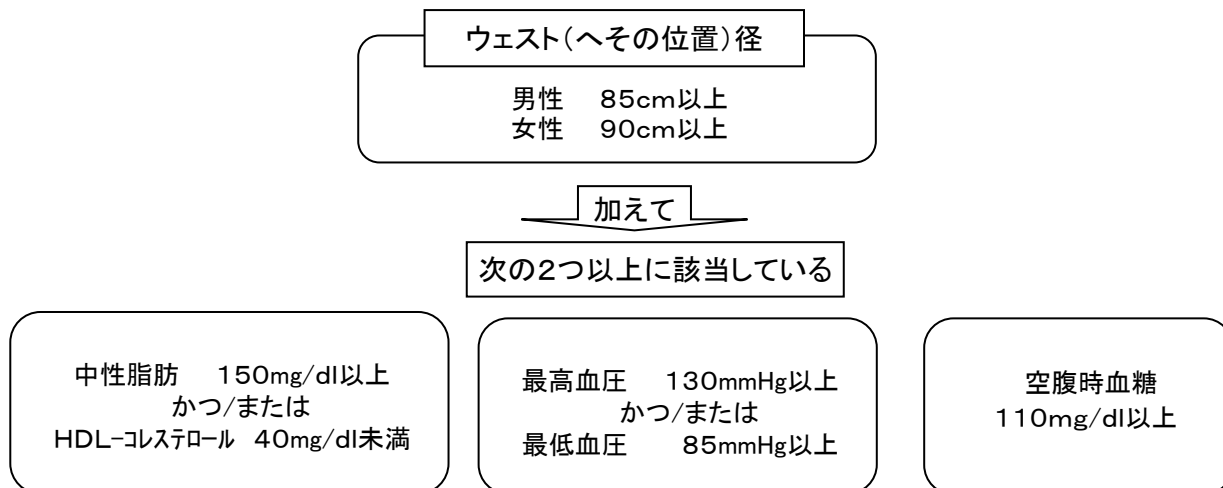
生活習慣病の発生には、長期間に及ぶ日常の生活習慣が大きく関与しており、健全な生活習慣を確立することにより、これらの疾患の発生を予防することを目的とする。また、生涯を通じた健康づくりとなるよう、介護予防にも繋げる。

2 委託業務

事業名		事業内容・目的	対象者・実施回数
健康 教育 的	(1)健康セミナー	各種測定、血液検査、講演、運動実習などを織り交ぜ、その結果により日頃の生活習慣の評価・見直しを図る。	一般市民 3日コース×2回 年4回 1日コース×2回 1日 100人程度
	(2)生活習慣改善教室	講演・実習・グループワークを実施し、生活習慣改善を実施することによって、生活習慣病を予防・改善する。 教室終了後、フォローについても考慮する。	主に40～74歳の方 1コース 基礎支援5回＋ フォロー10回程度 年8コース程度
	(3)生活習慣改善 1日教室	忙しく、長期教室に参加できない方のために、内容をコンパクトにまとめ、1日で生活習慣改善の基本を学んでもらう。	主に40～74歳の方 年4回程度実施
	(4)関節疾患予防教室	小ボールやリングなどの道具を用いて、楽しみながら日常生活に必要な筋力をつけていくことを目指す。	概ね50歳以上の方 筋力の衰えが心配な方 10回×4コース程度
	(5)健康相談	利用者の健康保持増進に役立つ情報を提供しながら、各々にあった的確な実践方法を模索し、確立する。	医師による相談 年間10回程度 保健師・健康運動指導士等による相談 随時
	(6)無料体験教室	健康づくりを考えるきっかけにするため、また健康増進施設を気軽に利用してもらい、教室参加のきっかけ作りとするため、既存の教室を利用し、無料体験教室を設定する。 市特定健診後の結果説明会時等に、参加勧奨を行う。	一般市民 年間 80人程度募集
実 践 的	(7)定期教室	各種健康教室を定期的に行い、参加者が各自の目的と体力に合せ気軽に運動を体験または継続できる機会を設け、運動の習慣化に繋げる。	一般男女 週20教室×50週 程度
	(8)テーマ教室	日頃体験できない種目、ツールの使用、家庭でも実践できる運動など様々に実施。運動のきっかけづくり、運動習慣の確保を目指す。	一般市民 日曜コース 年9コース程度 年数回 1日コース 夜間コース 年2期間程度
	(9)若年女性の 健康づくり教室	育児期の健康管理に関する知識の習得と運動習慣づくりの動機づけを行う。	育児期女性 3か月間×4コース程度
	(10)ウォーキング実践教室	歩ける環境を作ることによって、運動・健康づくりの動機づけ、習慣づけを図る。日常と離れた場所で実施することによって運動意欲の向上を目指す。 また、足腰に負担が少なく、運動効果が高いノルディックウォーキングを取り入れた教室を実施する。(オリエンテーリングを含む。)	一般男女 ウォーキング 年15回 1回 130人程度 ノルディックウォーキング 年4回程度 1回30人程度
養 成 的	(11)自主グループ教室	健康づくり事業参加者OB・自主グループでクアハウスを利用し、継続的な健康づくりを行っていく。	各グループ 月1、2回程度 人数・グループは調整する

※表中「事業名」「事業内容・目的」「対象者・実施回数（基準値）」については、市と指定管理者の事業実施にかかる協議等により変更される場合がある。

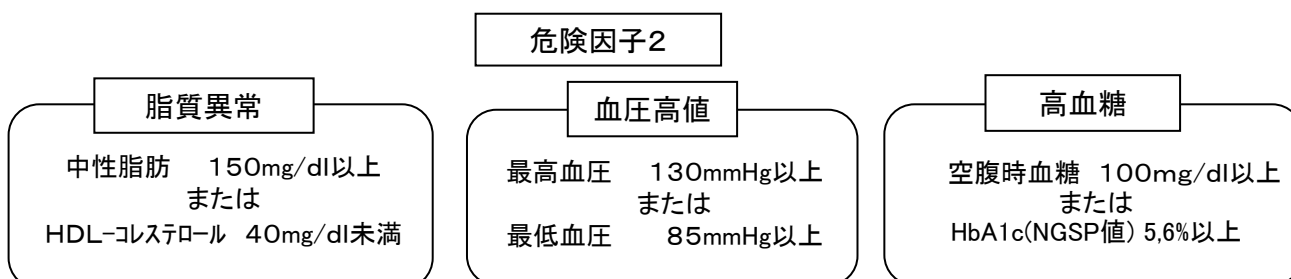
○メタボリックシンドローム診断基準



○特定保健指導階層化基準

チェック1	チェック2			チェック3	階層化	
	危険因子2			危険因子3	対象年齢	
内臓脂肪型肥満 のリスク	高血糖	脂質異常	血圧高値	喫煙	40～64歳	65～74歳
① 腹囲 男性:85cm以上 女性:90cm以上	上記のうち2つ以上該当				積極的 支援	
	上記のうち1つ該当			あり		
	上記のうち該当なし			なし	動機付け支援	
② 腹囲 男性:85cm未満 女性:90cm未満 B M I 男女ともに 25kg/㎡以上	上記のうち3つ該当				積極的 支援	
	上記のうち2つ該当			あり		
	上記のうち1つ該当			なし	動機付け支援	
	上記のうち該当なし				情報提供	
③ 腹囲 男性:85cm未満 女性:90cm未満 B M I 男女ともに25kg/㎡未満					情報提供	

* ただし、上記ABCのいずれかの薬剤治療を受けている場合には、医師による治療を続けてください。
またその場合、特定保健指導の対象にはなりません。



項 目	内 容
目的の明確化	国・市の健康づくり計画、高齢者福祉計画・介護保険計画に沿ったプログラムになっているか。 事業の目的が的確になっているか
目標の設定	対象者の状況に応じた事業目的及び目標が設定されているか
事業実施体制	事業実施に関連する部署や他機関との連携・協力を図っているか 医師や管理栄養士など、専門家の指導を受ける体制を整えているか 必要に応じて、委託先と調整がとれる体制になっているか
サービス提供体制	責任者及び権限の範囲が明確か プログラム実施に関与する人員数・人材(専門職など)は適切か 支援内容等に差が生じないよう支援スタッフの研修や実施手順書の用意がされているか
	支援は、参加者の知識・技術を高めるものとして適切か 生活習慣改善に結びつけ、生涯を通じた健康づくりが行えるよう計画されているか 適切な頻度、期間で行われているか できるだけ多くの参加者が参加しやすい曜日・時間設定となっているか 教室の目的に添ったプログラム内容となっているか 教室内容により、参加者一人ひとりに応じたプログラムを作成しているか 実施期間中、終了後に参加者の感想を聞くようにしたか 地域の健康度を高めるための活動が行われているか 教室中断者への配慮がされているか 介護予防を含めた生涯を通じた健康づくりのための(健診受診率アップに繋げる) 働きかけを行っているか
	生活習慣改善教室における重点支援者 アセスメントにあたり参加者個人の特性を把握するための情報を収集しているか 個人の特性に応じた適切な目標設定がされているか 食生活に関する知識・技術の提供がされているか 運動に関する知識・技術の提供がされているか 実践活動を継続支援する仕組みがあるか 参加者ひとりひとりの支援記録を作成したか ケースカンファレンス等により参加者一人ひとりに適切な支援が行えるよう努めたか 参加者の主体性を重視した生活習慣改善への支援ができたか プログラムに参加できなかった人への配慮がされているか
参加者の募集	住民に広報周知が図られているか 参加者を適切に選定しているか 参加者の選定・募集に工夫がされているか
安全管理	参加者の安全性等への配慮があるか 事故なくプログラムを実施できたか 事故が発生した場合の対応について検討されているか
評価	プログラムの評価を行ったか

1 目的

今治市在住の高齢者の閉じこもりを防止するとともに、心身機能の維持回復を図ることにより、高齢者の日常生活の自立を支援するため、また要介護状態を予防することを目的とする。

2 委託業務

	教室名	事業内容・目的	対象者・実施回数
介護予防普及啓発事業	(1)介護予防教室 (開催型)	各校区（地区）の公民館・集会所などにおいて、心身機能の維持向上を図るため介護予防に重点をおいた運動器の機能向上を目指した教室を実施する。 事業実施に応じて、理学療法士、運動指導士、看護師等を派遣すること。 介護予防の普及・啓発を図る。	65歳以上の高齢者 旧市地域 390回程度 旧町村地域 270回程度
	(2)介護予防教室 (派遣型)	高齢者のサロンなど通いの場において、心身機能の維持向上を図るため介護予防に重点をおいた運動器の機能向上を目指した教室を実施する。 事業実施に応じて、理学療法士、運動指導士、看護師等を派遣すること。 介護予防の普及・啓発を図る。	65歳以上の高齢者 旧市地域 450回程度 旧町村地域 250回程度
	(3)転倒予防教室 (クアハウス利用型)	下肢を中心とした筋力の維持、向上や関節の動きの改善を目指し、家庭でできる運動と水中運動を組み合わせた教室を実施する。 介護予防の普及・啓発を図る。	65歳以上の高齢者 年間 150回程度
	(4)自己実践教室 (クアハウス利用型)	クアハウスを利用し、継続的に健康づくりに取り組むことができるよう、ストレッチ体操や筋力アップ体操などの教室を利用する。 介護予防の普及・啓発を図る。	65歳以上の高齢者 年間 100回程度
	(5)水中運動教室 (クアハウス利用型)	減量・関節痛の改善など個々の問題点を改善し、健康度を向上させるため、水の特性をいかした水中運動の教室を実施する。 介護予防の普及・啓発を図る。	65歳以上の高齢者 年間 240回程度
	(6)機能向上教室 (クアハウス利用型)	生活機能の低下が見られる高齢者に対し、個々の健康度に応じたプログラムを提供し、運動機能向上を目指した教室を実施する。 介護予防の普及・啓発を図る。	65歳以上の高齢者 年間 200回程度
地域介護予防活動支援事業	(7)集いの場活動支援事業	DVDを用いて自主的に体操を継続する5人以上のグループを対象に、体操指導の初期支援及び中間支援、継続支援を実施する。 住民の主体的な介護予防活動を推進する。	高齢者 5人×10グループ程度
	(8)高齢者リーダー研修会	校区で相互の助け合いによりひとりひとりが健康で楽しく生活していくための活動を、積極的に広めていく高齢者を育成する。	高齢者 15人×45グループ程度
	(9)健康づくりリーダー等養成事業	健康づくり教室で指導ができる運動知識の習得を目的とした人材の育成を目指し、運動実習を行う。	今治市食生活改善推進員他 1グループ 15人程度で 4グループ程度実施
地域リハビリテーション活動支援事業	(10)短期集中介護予防教室	生活機能の低下の恐れがあるおおむね65歳以上の者に対して、自分に必要な介護予防への取組を理解し運動習慣への動機づけを行うことで介護が必要な状態に移行することを予防する。 地域で開催する教室に健康運動指導士等を派遣し、集団運動指導・健康講話・体力測定補助を実施する。	65歳以上の高齢者 旧市地域 12回程度 旧町村地域 70回程度

※表中「事業名」「事業内容・目的」「対象者・実施回数（基準値）」については、市と指定管理者の事業実施にかかる協議等により変更される場合がある。

令和5年度 健康づくり関連及びイベント等事業実績

資料7-6

区分	番号	事業名	実施場所	実施期間	対象者	のべ人数
介護予防事業	1	地域展開型 地域健康づくり教室	各地域公民館・集 会所等・各支所	通年 1,190回	地域高齢者	15,983人
	2	機能向上教室 (地域実施)	各支所他	通年 7か所 54回	低体力 高齢者	396人
	3	集いの場 活動支援事業	各地域他	通年 50回	地域高齢者	495人
	4	健康づくり 自己実践教室	クアハウス今治	通年 143回	高齢者	1,018人
	5	転倒予防教室	クアハウス今治	通年 3コース 146回	高齢者	3,752人
	6	水中運動教室	クアハウス今治	通年 147回	高齢者	1,534人
	7	生活機能向上教室	クアハウス今治	通年 146回	低体力 高齢者	1,300人
	8	高齢者生きがい教室 (リーダー研修会)	クアハウス今治	通年 20グループ	高齢者	200人
	計					24,678人
保健健康 づくり事業	1	生活習慣改善教室	クアハウス今治	通年 長期支援 (基礎＋フォロー) 2コース 93回 短期支援 (1日体験) 4回/年	一般男女	2,704人
	2	筋力アップ教室	クアハウス今治	通年 45回	一般男女	1,567人
	3	いきいき健康教室	クアハウス今治	通年 30回	育児期女性	97人
	4	グループ健康づくり	クアハウス今治	通年 2回/月	一般男女	375人
			各地域公民館・ 集会所等	通年		254人
	5	テーマ教室	クアハウス今治	通年 日曜コース 夜間コース	一般男女	1,265人
	6	健康セミナー	クアハウス今治	年4回 (6月・9月・12月・3月 各2日)	一般男女	552人

令和5年度 健康づくり関連及びイベント等事業実績

資料7-6

区分	番号	事業名	実施場所	実施期間	対象者	のべ人数
保健健康づくり事業	7	定期教室	クアハウス今治	通年 27回/週	一般男女	8,898人
	8	健康づくりリーダー等養成	クアハウス今治	通年	推進委員他	10人
	9	ウォーキング等健康づくり	クアハウス今治 周辺観光資源等	ウォーキング 通年 8回 健脚コース 通年 2回 ノルディック 通年 5回	一般男女	1,098人
	10	健康づくり無料体験教室	クアハウス今治	通年	健診受診者及び一般男女	12人
	11	健康教育・健康相談	クアハウス今治	通年	一般男女	410人
	12	健康づくりオリエンテーリング大会	クアハウス今治及び周辺施設	年1回（1月）	小学生一般男女	57人
	計		17,299人			
	その他委託	1	保育児健康づくり教室	クアハウス今治	通年 13回	市内保育園児
計		277人				
合 計			42,254人			
イベント	1	小学生以下無料デー	クアハウス今治	年2回（11月・3月）	—	727人
	計		727人			
総 計			42,981人			

仕 様 書

1 事業の目的

今治市地域健康づくり事業は、今治市在住の高齢者の閉じこもりを防止するとともに、心身機能の維持回復を図ることにより日常生活の自立を支援し、高齢者が介護を要する状態となることを予防することを目的とする。

2 事業内容

(1) 地域展開型

各地域（地区）の公民館・集会所等において、心身機能の維持回復を図るため介護予防に重点をおいた転倒骨折予防、筋力トレーニング等による介護予防教室を実施する。

介護予防教室は①住民に開催を周知し、各公民館や集会所で介護予防教室を実施する「開催型」と、②老人会やサロン等に出向いて介護予防教室を実施する「派遣型」で実施する。

「派遣型」については、介護予防教室開催申込書（様式第1号）により希望する団体の代表者から申込みを受け付け、実情に合わせ派遣回数を決定する。ただし、活動を高め社会参加を促す観点から、介護予防体操集いの場活動支援事業への移行について配慮すること。

介護予防教室を実施した場合は、教室ごとに実施内容等を「地域展開型介護予防教室実施記録表」（様式第2号）に記録し、「地域展開型介護予防教室出欠表」（様式第3号）を用いて参加者の出席状況を把握する。

(2) クアハウス利用型

クアハウスにおいて、高齢者の個々の体力レベルに応じた個別対応ができるよう各種の生活機能の向上を目指した介護予防教室を実施する。

- ・ 水中運動教室

減量・関節痛の改善など個々の問題点を改善し、健康度を向上させるため、水の特性を生かした水中運動の教室を実施する。

- ・ 自己実践教室

クアハウスを利用し、継続的に健康づくりに取り組むことができるよう、ストレッチ体操や筋力アップ体操などの教室を実施する。

- ・ 転倒予防教室

下肢を中心とした筋力の維持、向上や関節の動きの改善を目指し、家庭でできる運動と水中運動を組み合わせた運動を実施する。

- ・ 機能向上教室

生活機能の低下が見られる高齢者に対し、機能向上のため以下のプログラムを実施する。

アセスメント	基本チェックリストを実施し、運動機能低下しているおそれがあると判断した者を対象とする。対象者について体力測定を実施する。
個別サービス 計画の作成	事前アセスメントに基づき、個別サービス計画（原案）を作成し、参加者の承認を得る。個別サービス計画では、目標設定、運動の種類・負荷の強度・頻度・1回あたりの時間・実施形態などの詳細を記録する。
プログラムの 実施	プログラム実施前に状態チェックを行う。 実施期間は3ヶ月を目安として実施する。 体力の諸要素を包括的に運動することができるように、ストレッチング・バランス運動・機能的運動・筋力向上運動等とを組み合わせて実施する。
評価	プログラム開始から3ヵ月後、目標の達成状況や日常生活活動能力の改善状況等を含めた評価を行う。目標が達成されたか、個別の体力要素が改善したか、主観的健康観の改善が認められたかを総合的に評価し、市に報告する。

（３）セルフケア個別プログラム提供

（１）地域展開型事業または、（２）クアハウス利用型事業への参加が困難であって、介護予防個別支援を希望する高齢者に対し、以下のセルフケア個別プログラムを提供する。

ア アセスメント

セルフケア個別プログラム提供を希望する者（以下、利用者という）について、電話等の聞き取りにおいて、健康状態・生活習慣、体力水準などの個別の状況を把握し、課題を分析、記録する。

イ セルフケア個別プログラムの作成

アセスメントの結果に基づき、自宅でできるセルフケア個別プログラム（以下、プログラムという）を作成し、利用者へ送付する。プログラムでは目標設定のほか、運動の種類・負荷の強度・頻度・1回あたりの時間・実施形態などの詳細を記載する。

プログラムの実施期間は3か月を目安とする。体力の諸要素を包括的に運動することができるように、ストレッチング・バランス運動・機能的運動・筋力向上運動等を組み合わせたものとする。

利用者のセルフケアの意識を向上させるため、プログラムの実施記録は利用者が記載することができるものとする。

ウ モニタリングの実施

プログラム提供後、少なくとも1月に1回は利用者への電話連絡等により、その実施状況について確認を行い、記録する。提供されたプログラムが確実に実施されるためには、利用者の意欲に働きかけることが必要となるため、必要に応じて目標設定、プログラムの見直し、動機づけ支援を行う。

エ 事後評価

プログラム開始から3か月後、電話連絡等により目標の達成状況を確認する。

オ その他事項

利用者がセルフケア個別プログラムを実施しやすいよう、健康運動指導士等による健康教育や運動実践の動画配信等、ICTの積極的活用に取り組むこと。

なお、利用者が、（１）地域展開型事業、または（２）クアハウス利用型事業に

参加している月は、セルフケア個別プログラム提供事業委託料を請求できないものとする。

3 委託料

委託料は、事業区分ごとの職種別単価に従事した回数に乗じた人件費、事業実施参加者数に乗じた手数料、島嶼部実施に係る西瀬戸自動車道通行料実費および船舶利用料実費、事業実施に必要な事務費の合計金額とし、その単価は別紙に定めるものとする。

4 安全管理体制の整備

別に定める「今治市介護予防教室安全衛生管理マニュアル」を遵守する。

5 委託料請求

受託機関は、仕様書に定める業務を実施したときに、委託料を2月ごとにまとめて市に請求する。ただし、2月分及び3月分の委託料請求は1月ごとに行う。

6 事業実績報告

受託機関は、市の求めに応じて随時、地域展開型介護予防教室実施記録表（様式第2号）、地域展開型介護予防教室出欠表（様式第3号）を提出する。

また、年度終了後30日以内に、年間の介護予防教室開催状況を記録した「地域健康づくり事業地域展開型介護予防教室実施状況一覧」（様式第4号）及び「地域健康づくり事業実績報告書」（様式第5号）を市へ提出するものとする。

その他、報告に必要な様式及び提出方法は別途定めるものとする。

7 書類の整備及び保存年限

受託機関は、事業を遂行するにあたり必要な書類を整備し、委託事業終了後5年間保存するものとする。

8 その他

この仕様書に記述がない事項等については、市と協議して定めるものとする。

様式第 1 号

今治市地域健康づくり事業 介護予防教室開催申込書

年 月 日

介護予防教室開催について、次のとおり申し込みます。

団 体 (グループ名)			
希 望 日 時	定 期 開 催	() 月 ~ () 月 第 () 曜 日	
	随 時 開 催	年 月 日 曜 日	
開 催 時 間	時 分 ~ 時 分 (分)		
参 加 者	年 齡 構 成	() 歳 代 ~ () 歳 代	
	人 数	() 人 (男性 : 人 女性 : 人)	
会 場	名 称		
	住 所	今治市	

代 表 者	ふりがな 氏 名	(歳)	
	住 所	今治市	
	電話番号	(自宅)	— —
		(携帯)	— —

※裏面をお読みください。

教室管理 No.

(裏面)

地域健康づくり事業 介護予防教室とは

今治市地域健康づくり事業は、今治市在住の高齢者の閉じこもりを防止するとともに、心身機能の維持回復を図ることにより日常生活の自立を支援し、介護予防の推進を図るものです。

この事業は、一般財団法人 今治市多目的温泉保養館管理公社「クアハウス今治」が今治市から委託を受けて実施しています。

申し込みができるのは

今治市にお住まいの概ね 65 歳以上の方およびその支援のための活動に関わる方で構成されるグループや団体です。

派遣講師

教室内容に応じて、健康指導士等、理学療法士、看護師、栄養士等を派遣します。

派遣講師の個人指名はできません。

講師の都合で、日程を調整させていただく場合があります。

介護予防教室の実施会場の確保や参加者への連絡などはお申込み団体側でお願いします。

開催回数

定期開催のお申込みは、ご要望の回数にお応えできないことがあります。その場合は、別途個別に協議させていただきます。

次のような場合は、申込みをお断りさせていただきます。

- 1 公の秩序を乱し、または善良な風俗を阻害するおそれのあるとき。
- 2 政治、宗教または営利を目的とした催しなどを行うおそれがあるとき。
- 3 介護予防教室の目的に反していると認められるとき。

お問い合わせ先

クアハウス今治

電話番号 0898-47-0606

今治市役所介護保険課

電話番号 0898-36-1528

地域展開型介護予防教室 実施記録表

様式第2号

				教室管理No.	
地域		類型		年度	
開催場所		単位・グループ			

実施日	実施内容	普及啓発・自立支援等	参加人数			
／ ()	○血圧・問診	プログラム … 人		新規	継続	計
	○	体力測定 … 人	男			
	○	情報収集 … 人				
	○	参加支援 … 人	女			
	○	新規獲得 … 人				
		データ管理… 人	計			
		普及啓発 … 人				
		自立支援 … 人	ス:	保:	看:	外:

実施日	実施内容	普及啓発・自立支援等	参加人数			
／ ()	○血圧・問診	プログラム … 人		新規	継続	計
	○	体力測定 … 人	男			
	○	情報収集 … 人				
	○	参加支援 … 人	女			
	○	新規獲得 … 人				
		データ管理… 人	計			
		普及啓発 … 人				
		自立支援 … 人	ス:	保:	看:	外:

実施日	実施内容	普及啓発・自立支援等	参加人数			
／ ()	○血圧・問診	プログラム … 人		新規	継続	計
	○	体力測定 … 人	男			
	○	情報収集 … 人				
	○	参加支援 … 人	女			
	○	新規獲得 … 人				
		データ管理… 人	計			
		普及啓発 … 人				
		自立支援 … 人	ス:	保:	看:	外:

実施日	実施内容	普及啓発・自立支援等	参加人数			
／ ()	○血圧・問診	プログラム … 人		新規	継続	計
	○	体力測定 … 人	男			
	○	情報収集 … 人				
	○	参加支援 … 人	女			
	○	新規獲得 … 人				
		データ管理… 人	計			
		普及啓発 … 人				
		自立支援 … 人	ス:	保:	看:	外:

地域展開型介護予防教室 実施記録表

様式第2号

				教室管理No.	
地域		類型		年度	
開催場所		単位・グループ			

実施日	実施内容	普及啓発・自立支援等	参加人数			
／ ()	○血圧・問診	プログラム … 人		新規	継続	計
	○	体力測定 … 人	男			
	○	情報収集 … 人				
	○	参加支援 … 人	女			
	○	新規獲得 … 人				
		データ管理… 人	計			
		普及啓発 … 人				
		自立支援 … 人	ス:	保:	看:	外:

実施日	実施内容	普及啓発・自立支援等	参加人数			
／ ()	○血圧・問診	プログラム … 人		新規	継続	計
	○	体力測定 … 人	男			
	○	情報収集 … 人				
	○	参加支援 … 人	女			
	○	新規獲得 … 人				
		データ管理… 人	計			
		普及啓発 … 人				
		自立支援 … 人	ス:	保:	看:	外:

実施日	実施内容	普及啓発・自立支援等	参加人数			
／ ()	○血圧・問診	プログラム … 人		新規	継続	計
	○	体力測定 … 人	男			
	○	情報収集 … 人				
	○	参加支援 … 人	女			
	○	新規獲得 … 人				
		データ管理… 人	計			
		普及啓発 … 人				
		自立支援 … 人	ス:	保:	看:	外:

実施日	実施内容	普及啓発・自立支援等	参加人数			
／ ()	○血圧・問診	プログラム … 人		新規	継続	計
	○	体力測定 … 人	男			
	○	情報収集 … 人				
	○	参加支援 … 人	女			
	○	新規獲得 … 人				
		データ管理… 人	計			
		普及啓発 … 人				
		自立支援 … 人	ス:	保:	看:	外:

令和 年度 地域展開型介護予防教室 出欠表

教室管理No.

[illegible]

[illegible]

1 地域展開型

地区	開催型				派遣型			
	教室数	回数(回)	参加人数(人)		教室数	回数(回)	参加人数(人)	
			実人数	延人数			実人数	延人数
今治								
美須賀								
別宮								
日吉								
常盤								
近見								
立花								
鳥生								
城東								
桜井								
国分								
清水								
富田								
日高								
乃万								
波止浜								
センター								
朝倉								
玉川								
波方								
大西								
菊間								
吉海								
宮窪								
伯方								
大三島								
上浦								
関前								
合計								

※ 受託機関が企画した教室のみ計上

2 クアハウス利用型

教室名	回数	参加人数(人)	
		実人数	延人数
転倒予防教室			
自己実践教室			
水中運動教室			
機能向上教室			
合計			

仕 様 書

1 事業の目的

今治市介護予防体操集いの場活動支援事業は、高齢者が容易に通える範囲に「住民主体の介護予防体操」の場を展開することによって、参加者の心身機能の向上を図るほか、定期的に住民同士が顔を合わせる生活の場を構築することを目的とする。

2 事業内容

各地域の介護予防体操集いの場に、住民主体の活動支援を目的として健康運動指導士等を派遣し、集団運動指導等を実施する。

3 委託料

委託料は、事業区分ごとの職種別単価に従事した回数に乗じた人件費、事業実施参加者数に乗じた手数料、島嶼部実施に係る西瀬戸自動車道通行料実費および船舶利用料実費、事業実施に必要な事務費の合計金額とし、その単価は別紙に定めるものとする。

4 安全管理体制の整備

別に定める「今治市介護予防教室安全衛生管理マニュアル」を遵守する。

5 委託料請求

受託機関は、仕様書に定める業務を実施したときに、委託料を二月ごとにまとめて市に請求する。ただし、2月分及び3月分の委託料請求は一月ごとに行う。

6 書類の整備及び保存年限

受託機関は、事業を遂行するにあたり必要な書類を整備し、委託事業終了後5年間保存するものとする。

7 その他

この仕様書に記述がない事項等については、市と協議して定めるものとする。

生活習慣改善事業 仕様書

1 事業内容

(1) 開催型教室の実施業務

クアハウス今治（温泉利用型健康増進施設）を利用した、各種健康教室を実施する。各教室実施については、別紙「開催型教室仕様書」による。

(2) 自己実践個別プログラム提供業務

(1) 開催型教室への参加が困難であって、自己実践型個別支援を希望する市民に対し、以下の自己実践個別プログラムを提供する。

ア 情報提供及び自己実践個別プログラム提供希望把握業務

自己実践個別プログラム提供希望について把握する必要がある際は、「生活調査表」、「自己実践個別プログラム希望調書」を送付し返信用封筒で回収、自己実践個別プログラムの案内とともに提供希望について把握する。その際、「運動習慣普及啓発」資料を送付し、自宅において自ら運動に取り組むことを促す。

イ アセスメント

自己実践個別プログラム支援希望者（以下、利用者という）について、生活調査表の結果のほか、電話等の聞き取りにおいて、健康状態・生活習慣などの個別の状況を把握する。利用者の昨年度における事業参加時の状態を把握している場合は、現在との状態の比較を考慮する。

ウ 自己実践個別プログラムの作成

アセスメントの結果に基づき、自宅でできる自己実践個別プログラム（以下、プログラムという）を作成し、利用者へ送付する。必要に応じて、動画を活用する。プログラムでは目標設定のほか、運動の種類・負荷の強度・頻度・1回あたりの時間・実施形態などの詳細を記載する。

プログラムの実施期間は、対象者に応じ調整する。自己実践の実現に繋がる様、運動内容を考慮したものとする。

利用者の自己実践の意識を向上させるため、プログラムの実施記録用紙を送付する。

エ モニタリングの実施

プログラム提供後、必要に応じ1月に1回程度、利用者への電話連絡等によりその実施状況について確認を行い、記録する。モニタリング結果に応じて、目標設定、プログラムの見直し、動機づけ支援を行う。

オ 事後評価

プログラム終了後、電話連絡等により目標の達成状況を確認する。

(3) 普及啓発業務

既存のDVDを活用し、自己実践個別プログラム利用者に貸し出す、市HPやSNS等で放映する等、市民の運動実践の支援に取り組むこと。また必要に応じて、動画を作成する。概ね15分～45分の長さのものを組合わせる。

(4) その他事項

利用者が、(1)開催型教室の実施業務に参加している時期は、(2)自己実践個別プログラム提供事業委託料を請求できないものとする。

2 委託料

委託料単価は、別紙に定めるものとする。

3 事業実績報告

報告に必要な様式及び提出方法は、別途定めるものとする。

4 書類の整備及び保存年限

受託機関は、事業を遂行するにあたり必要な書類を整備し、委託事業終了後5年間保

存するものとする。

5 その他

この仕様書に記述がない事項等については、市と協議して定めるものとする。

今治市短期集中介護予防教室仕様書

1 事業目的

この教室は、参加者が身体機能の維持・向上を主体的に図り、できるだけ長く住み慣れた地域で生きがいや役割を持って生活していくことができるよう支援することを目的として実施する。

2 対象者

基本的には、今治市在住の65歳以上の住民で、足腰の低下が疑われる者を対象とするが、実施地域の状況に応じて40歳以上の住民も参加可能とする。

3 実施内容

この教室は、リハビリテーション専門職(理学療法士等)の個別指導を中心として、健康運動指導士及びそれに準ずるもの(以下。「健康運動指導士等」という)による集団運動指導、保健師又は看護師による健康講話を多方面から実施する複合型介護予防教室として実施する。

クアハウス今治は、下記の内容について実施すること。

健康運動指導士等派遣型

各開催教室に健康運動指導士等を派遣し、集団運動指導・健康講話(肩・腰・膝等の痛みについて)、体力測定補助を実施する。

- (1) 必要に応じて、参加者の送迎を実施する。
- (2) 教室実施にあたっては、担当市保健師、担当理学療法士等と連携をとること
- (3) 教室参加者が、地域健康づくり事業及び生活習慣改善事業を利用するときは、その参加者の状況に応じて市または地域包括支援センターと連携すること。また、地域健康づくり事業生活習慣改善事業の利用者が当教室の利用が適当と思われる場合も、事業の紹介等適切な連携をとること。
- (4) その他、教室運営の詳細に関しては必要時に協議し決定する。

4 委託料

委託料は、職種別単価に従事した回数を乗じた人件費、事業実施参加者数を乗じた手数料の合計金額とし、その単価は別紙に定めるものとする。

5 安全管理体制の整備

別に定める「今治市介護予防教室安全衛生管理マニュアル」を遵守する。

6 委託料請求

受託機関は、仕様書に定める業務を実施したときに、委託料を2月ごとにまとめて市に請求する。

ただし、2月分及び3月分の委託料請求は1月ごとに行う。

7 その他

この仕様書に記述がない事項等については、市と協議して定めるものとする。

今治市短期集中介護予防教室仕様書

1 事業目的

この教室は、参加者が身体機能の維持・向上を主体的に図り、できるだけ長く住み慣れた地域で生きがいや役割を持って生活していくことができるよう支援することを目的として実施する。

2 対象者

基本的には、今治市在住の65歳以上の住民で、足腰の低下が疑われる者を対象とするが、実施地域の状況に応じて40歳以上の住民も参加可能とする。

3 実施内容

この教室は、リハビリテーション専門職(理学療法士等)の個別指導を中心として、健康運動指導士及びそれに準ずるもの(以下。「健康運動指導士等」という)による集団運動指導、保健師又は看護師による健康講話を多方面から実施する複合型介護予防教室として実施する。

クアハウス今治は、下記の内容について実施すること。

健康運動指導士等派遣型

各開催教室に健康運動指導士等を派遣し、集団運動指導・健康講話(肩・腰・膝等の痛みについて)、体力測定補助を実施する。

- (1) 必要に応じて、参加者の送迎を実施する。
- (2) 教室実施にあたっては、担当市保健師、担当理学療法士等と連携をとること
- (3) 教室参加者が、地域健康づくり事業及び生活習慣改善事業を利用するときは、その参加者の状況に応じて市または地域包括支援センターと連携すること。また、地域健康づくり事業生活習慣改善事業の利用者が当教室の利用が適当と思われる場合も、事業の紹介等適切な連携をとること。
- (4) その他、教室運営の詳細に関しては必要時に協議し決定する。

4 委託料

委託料は、職種別単価に従事した回数を乗じた人件費、事業実施参加者数を乗じた手数料の合計金額とし、その単価は別紙に定めるものとする。

5 安全管理体制の整備

別に定める「今治市介護予防教室安全衛生管理マニュアル」を遵守する。

6 委託料請求

受託機関は、仕様書に定める業務を実施したときに、委託料を2月ごとにまとめて市に請求する。

ただし、2月分及び3月分の委託料請求は1月ごとに行う。

7 その他

この仕様書に記述がない事項等については、市と協議して定めるものとする。

今治市介護予防教室安全衛生管理マニュアル

介護予防教室を、効果的かつ安全に実施するためには、施設・設備・人員・運営において必要な体制がとられていることが不可欠である。介護予防教室は、第1号被保険者及びその支援のための活動に関わる者を対象とすることから、個々の心身の状態を十分に把握した上で、プログラムを実施することはもちろん、医療機関を含め関係機関との連携等、特に安全衛生管理面において十分な体制を整える必要がある。

介護予防教室は、転倒等事故の防止に努めるとともに、感染症等に対する抵抗力が弱い高齢者等に対して集団で事業を実施することから、従事者は感染症に関する知識を習得・感染症を予防する体制を整備し、感染症発生時には迅速かつ適切な対応を図る必要がある。

第1 事故対策

1 事故の防止

(1) 安全衛生管理体制の整備

介護予防教室を安全に実施するために、スタッフ会議を開催するなど安全管理体制を整備し、事業内容が適切であるか、また実施上の注意点等について定期的に確認を行う。

(2) 施設、設備等の安全点検

- ① 安全点検は、定期的に、必要に応じて臨時に行う。安全点検の結果、不具合が発見された場合はそのまま放置せず、施設の管理者に報告し、適切な措置を講じる。
- ② 運動等を実施する上で、器具等を使用する場合、その資材が、対象者にとって適当なものであるかを検討し、使用方法等について熟知しておく。
- ③ 使用する器具は、安全に配慮し、適切な場所に保管するとともに、毎回使用前に安全確認をする。
- ④ 傷害等が発生した場合に、被害を最小限とするための応急手当に必要な用品を救急箱にまとめて用意する。用品は常に点検し、衛生面等確認し、不足していれば補給する。
- ⑤ AED（自動体外式除細動器）を準備しておくことが望ましい。未設置の会館等で実施する場合においては、近隣での設置場所等の確認をしておくこと。また、AEDを必要な時に正しく積極的に救命活動ができるようにその使用方法を熟知しておく。

(3) 参加者の状態把握

- ① 参加者の健康状態は、個人情報に配慮しつつ、十分に観察・把握する。
- ② 参加者の有する疾患及び治療状況は、参加者からの聞き取り等により可能な限り把握するように努めるとともに、運動を実施する際には、毎回実施前に体調をチェックする。

(4) 連絡体制

- ① かかりつけ医及びかかりつけ歯科医師がいる場合は、あらかじめ連絡先等を確認しておく。
- ② 上記医師等がない場合は、事故発生時に受診可能な近くの医療機関の所在地、診療科、診療時間帯、電話番号等を事前に確認しておく。

- ③ 緊急時の家族等への連絡先を事前に確認しておき、変更があった場合には随時更新し、いつでも連絡が取れるようにしておく。

(5) 事業内容の周知

- ① 参加者は、事業の目的、意義、実施する内容と進め方、効果、リスク、緊急時の対応等について説明し、理解を得たうえで参加してもらう。
- ② 参加同意書（資料 1）を必ず得ておく。

(6) 参加者への指導

- ① プログラム内容に応じて使用する器具について、安全に使用できるよう、正しい取扱いについて適宜指導する。
- ② 活動内容や天候も考慮し、服装や靴の選び方、着替えの必要性などについて、適宜指導する。
- ③ 体調を整え、自分が何をするのかを理解し、従事者の注意を十分に聞き行動すること、自分自身で安全を考え行動すること、疑問等があれば指導者に対して質問し理解してから行動すること等について、適宜指導する。
- ④ 運動中に参加者に胸痛、動悸、めまいやふらつき、冷や汗、強い空腹感やふるえ、いつもと違う強い疲れ、関節や筋肉の強い痛み等が起きた場合は、直ちに運動を中止するよう指導し、必要に応じて受診を促す。

2 事故発生時の対処

(1) 事故発生時の従事者等の役割分担

日頃から従事者が共通理解を持ち、緊急時の体制を整えておく（資料 2）とともに、事故発生時には迅速かつ的確に対応する。

- ① 傷害・急病の発生時には、直ちに応急手当を実施するとともに家族や医療機関等に連絡を行う。
- ② 従事者は、軽度の日常的な傷害だけではなく、大量の出血、呼吸停止、心停止等の重篤な種々の状況に対する応急手当の知識が求められる。
- ③ 傷害・急病の状態や程度により医療機関を受診させる。必要であれば躊躇なく 119 番通報し救急車を要請する。その際、場所、連絡先、通報者名、事故の状況、傷害の状況や人数等を落ち着いて連絡する。
- ④ 従事者は状況に応じて医療機関へ同行するとともに、搬送先医療機関の所在地等を把握し、すみやかに家族へ連絡をとる。
- ⑤ 医療機関を受診しなかった場合でも、家族に必ず報告し、帰宅後発生するかもしれない異常について説明し、観察を依頼する。

(2) 状況の確認と報告

- ① 従事者は、事故発生の時刻、状況、応急手当の実施の有無とその内容等を、時間経過を追って記録する。

- ② 必要に応じて、受診先の医療機関名、診療科、担当医師名、傷害等の程度や処置方法、帰宅後の処置の必要性の有無とその方法、薬の服用の有無と飲ませ方、次回受診の必要性の有無と日程等を家族に報告する。
- ③ 事故の発生状況について、すみやかに今治市高齢介護課へ事故報告書（資料 3）を提出する。
- ④ 事故発生後の経過については、状況に応じて随時今治市高齢介護課に報告し、事故経過記録（資料 4）を提出する。

（3）事故原因となった設備や機器等の修理・点検

- ① 設備や使用した器具等により事故が発生した場合は、直ちに使用を中止する。
- ② 事故発生の要因（設備や使用した器具等の構造上の問題、使用方法における問題等）を分析し、結果が明らかになるまでは使用を中止する。
- ③ 破損した場合は直ちに修理を行う。

第 2 感染症対策

1 感染症の防止

（1）実施場所の衛生管理

- ① 実施場所の環境を清潔に保つため、整理整頓・清掃など、実施場所管理関係者と連携をとる。
- ② 自らが感染源にならないよう従事者は手洗い・うがいの励行を心がける。また、参加者へ感染症予防について注意を促す。

（参考）集団感染及び食中毒防止対策マニュアル

http://www.pref.ehime.jp/chu52117/1191343_3051.html

- ③ 最新の感染情報の収集に努め、従事者に周知徹底する。

（参考）愛媛県感染症情報センター

<http://www.pref.ehime.jp/h25115/kanjyo/>

（2）従事者の健康管理

- ① 定期的な健康診断を必ず実施し、健康管理に努める。
- ② 感染症等が疑われる症状を呈した場合には、医療機関を受診させ医師の指示に従う。

2 感染症の発生時の対策

（1）発生状況の把握

感染症が発生した場合やそれが疑われる状況が生じた場合には、参加者と従事者の健康状態を確認する。

（2）感染拡大の防止

感染症が発生した場合やそれが疑われる状況が生じた場合には、速やかに感染拡大防止に努める。

- ① 発生時は、手洗いや排泄物・嘔吐物の適切な処理を徹底する。従事者を媒介して感染を拡大させることのないよう特に注意を払う。対象者の排泄物・嘔吐物を処理する際には、手袋やマスクを着用し、汚染場所その周囲を 0.5%の次亜塩素酸ナトリウムで清拭し消毒する。処理後は十分な手指の消毒を行う。
- ② 必要に応じて、感染症の病原体で汚染された器具や・机・椅子など備品等環境の消毒を適切かつ迅速に行い、汚染拡散を防止する。

(3) 医療処置

「第1 事故対策」の「2 事故発生時の対処」に準ずる。

(4) 行政への報告、関係機関との連携

状況に応じて、健康推進課や保健所に対応策を相談し指示を仰ぐなど緊密に連絡をとり、実施施設内での感染拡大を防止するとともに、事業参加者、家族、関係機関等に情報提供を行う。

今治市介護予防教室参加申込書 兼 同意書 (資料1)

年 月 日

私は、下記の介護予防教室の目的、参加者の責任等について理解し、私の責任において、介護予防教室への参加を申し込み、下記内容を尊重します。

教室名				教室No	
ふりがな			性別	生 年 月 日	
氏名 (自署)			男 女	年 月 日	
住所	今治市				
連絡先	自宅 — — 携帯 — —				
緊急 連絡先	氏名 続柄 ()		電話	— —	
かかりつけ の病院			電話	— —	

1 介護予防教室の目的

今治市介護予防教室は、今治市在住の高齢者の閉じこもりを防止するとともに、心身機能の維持回復を図ることにより日常生活の自立を支援し、高齢者が介護を要する状態となることの予防を目的とするものです。

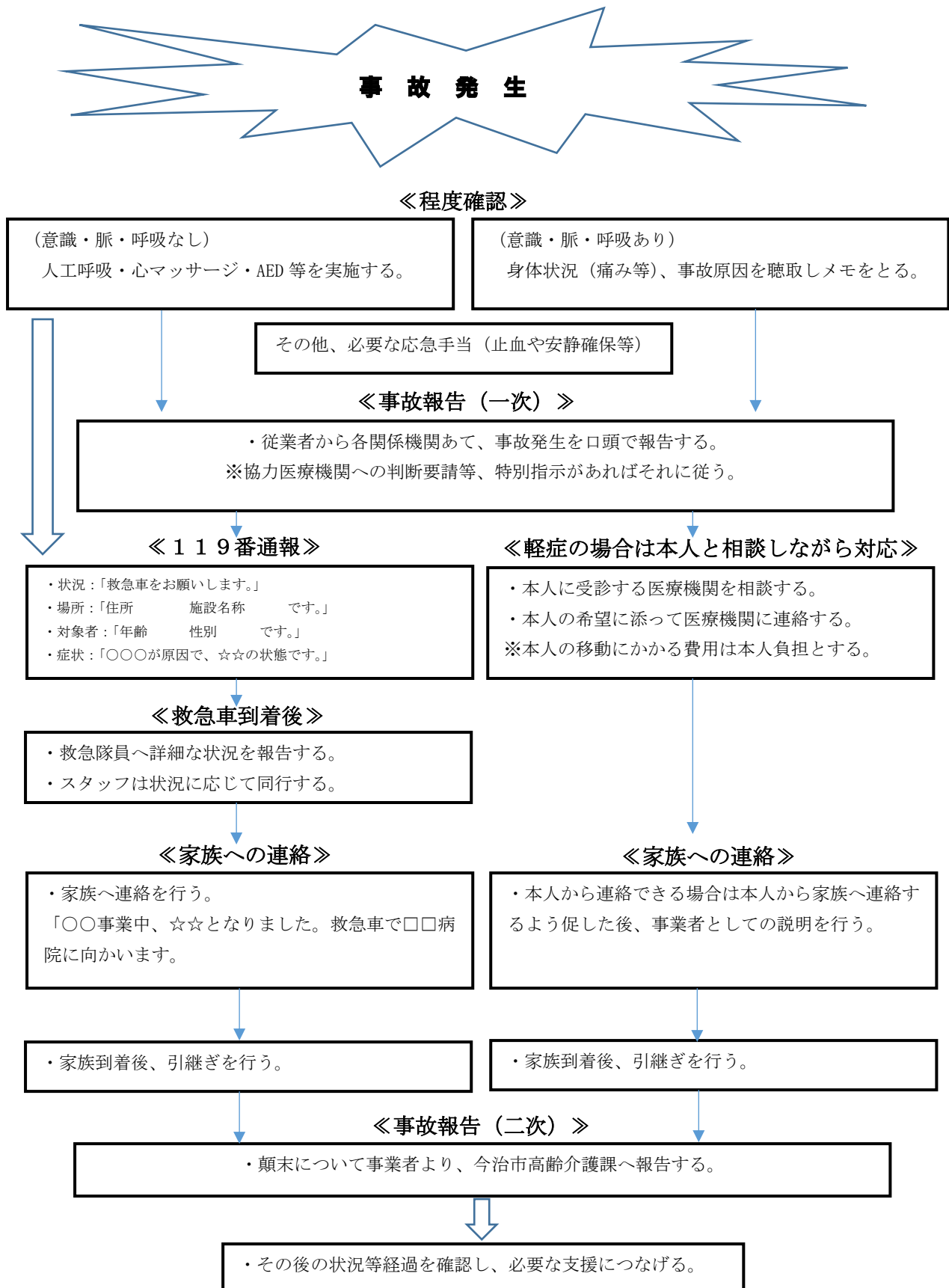
2 参加者の責任

介護予防教室を安全に実施するために、参加者自身が体調を整え、従事者の注意を十分に聞き、次の注意事項を守って介護予防教室に参加します。

- (1) 教室に参加することを主治医に伝え、注意すべき事項等を確認しておく。
- (2) 睡眠不足、体調不良時は無理をしない。
- (3) 体調が悪いときはすぐに従事者に報告する。

緊急体制について

- あらかじめ協力医療機関等と緊急時の体制について連携できるよう、連絡体制等について協議しておくこと。
- 緊急事態への対応について役割を明確にし、連絡体制を含めシュミレーションしておくこと。



事 故 報 告 書

年 月 日

宛先 今治市長

受託者

印

介護予防教室を実施中に事故がありましたので、次のとおり報告します。

教室名		教室N o	
事故発生日時	年 月 日 () 午前・午後 時 分		
教室参加者氏名		性別	男 ・ 女
生年月日	年 月 日	年齢	歳
教室参加者住所	〒 ー 今治市		
事故発生場所			
事故内容			
事故発生後の連絡先 <input type="checkbox"/> 家族等の緊急連絡先 <input type="checkbox"/> 主治医等 <input type="checkbox"/> 119番 <input type="checkbox"/> その他 ()			
処置の内容			
家族等への説明と家族の理解等			
事故後の状況			
再発防止に向けての対応			

[illegible]