

## 仕 様 書

松島町が管理する健康体操教室・健康水中運動業務委託の内容は、本仕様書の定めるところによる。

1. 業務委託名 健6委第045号 健康体操教室・健康水中運動業務委託
2. 履行場所 松島町高城字動伝一34-1地内、他1か所
3. 履行期間 契約日から令和7年3月31日まで
4. 業務委託内容
  - (1) 安全管理マニュアルの策定  
事業の運営、人員、設備について必要な体制を整備するとともに、事故発生時の対応を含む安全管理マニュアルを策定すること。
  - (2) 介護予防及び転倒予防のための運動プログラムの作成  
高齢者の健康管理に必要な知識と技術を有する健康運動指導士を中心に、運動指導員及び看護職員、介護職員等が協働してプログラムを考案し、その内容等に関する書類を提出すること。
  - (3) 運動の実技指導および生活改善指導  
教室名は「健康体操教室」「フレイル予防教室」及び「健康水中運動教室」とし、有酸素運動やストレッチ、バランストレーニング、筋力トレーニング等の介護予防に効果的な運動指導並びに生活改善指導を行うこと。  
なお、事業実施に際しては、看護職員又は介護職員が体調管理および運動補助を行い、高齢者の安全確保に努めること。
  - (4) 参加者の送迎  
送迎を必要とする者に対しては、受託者が責任を持って送迎すること。ただし、独自の送迎が困難な場合には、安全に送迎できる他の事業者に委託できるものとする。  
なお、参加者の送迎時間、送迎場所等に関する詳細については、事前に連絡・確認するものとする。
  - (5) 業務実施計画書および業務実施報告書の作成  
業務実施計画書および業務実施報告書（業務日報）を作成すること。
  - (6) 年度途中参加者への対応  
事業は年度を通しての実施とし、年度途中に参加希望があった者に対し滞りなく教室に参加できるよう対応すること。
5. 実施報告  
実施計画に基づく実施報告は、業務完了後にすみやかに提出すること。

6. そ の 他

- イ. 業務にあたっては仕様書の定めるところにより善良な管理の注意義務をもって完全な業務を行うものとし、正当な利用が無く履行しないとき、又は、虚偽の実施報告を行ったときは、直ちに契約の解除を行うものとする。
- ロ. 本仕様書は業務の大要を示したものであるので疑義が生じた場合は、直ちに協議し、指示を受けるものとする。
- ハ. 参加者自己負担金は受託者が徴収すること。(送迎あり1回当たり上限400円。送迎なし1回当たり上限300円。)

業務委託名	健6委第045号 健康体操教室・健康水中運動教室業務委託
履行場所	<p>松島町高城字動伝一34-1地内 松島町温水プール美遊</p> <p>松島町高城字動伝一34-1地内 松島町温水プール美遊シルパートレーニングルーム</p> <p>松島町高城字町東二20-3 高城避難所</p>
実施体制	<p>① 教室の名称は「健康体操教室」「フレイル予防教室」及び「健康水中運動教室」とする。</p> <p>② 教室の運営管理は、健康運動指導士の資格を有する者が担当する。</p> <p>③ 高齢者の身体及び心理を理解し、安全にプログラムを提供できる人員を配置する。</p> <p>④ 教室の指導者は専任とし、経歴書を提出すること。指導者を変更する場合は事前に健康長寿課と協議する。</p> <p>⑤ <u>事業実施に際しては、運動指導者および看護職員、介護職員等が従事し、高齢者の健康管理と安全確保に努める。</u></p> <p>⑥ 事故発生時の対応を含む安全管理マニュアルを策定する。</p> <p>⑦ 健康長寿課と年3回以上の連絡会議を実施するとともに、定期的に担当者との打ち合わせを行い、適切な教室運営を図る。</p> <p>⑧ 教室で使用する物品（机、椅子、用具等）については会場のものを使用し、その他の必要な物品については受託者が用意する。</p> <p>⑨ <u>教室の参加者の身体状況等により必要と認められる場合は、原則として自宅周辺から会場まで送迎を行うものとする。</u></p> <p>⑩ 受託者は、故意または過失により物品の破損、事故等の損害を第三者に与えたときは、その損害を賠償しなければならない。また、その内容を直ちに健康長寿課に報告し、事故報告書を提出するものとする。</p> <p>⑪ 事業は年度を通しての実施とし、年度途中に参加希望があった者に対し滞りなく教室に参加できるよう対応する。</p>
業務内容	<p>① 健康運動指導士がプログラムを考案し、健康運動実践指導者等と協働してロコモティブシンドローム（運動器症候群）及び生活不活発病（廃用症候群）の予防に効果的な運動指導を行う。</p> <p>② 運動前後に看護師が対象者の健康チェック（血圧測定・体調の確認・服薬の有無など）を行う。</p> <p>③ 看護職員または介護職員等が対象者の運動を補助し、適切かつ安全に運動できる体制をととのえる。</p> <p>④ 1回あたり60分間の実技指導を行う。</p> <p>⑤ 介護予防及び転倒予防のための講話、生活習慣改善指導を行う。</p> <p>⑥ 健康体操教室は週1回計24回、フレイル予防教室は週1回計24回、健康水中運動教室は週1回計16回で実施する。</p> <p>⑦ 各教室は年間64回の実施となるが、開催日時は健康長寿課が指定する。</p> <p>⑧ 対象者は、後期高齢者20人程度。フレイル予防教室は10人程度とする。</p>

実施回数	<p>健康体操教室            週 1 回    計 2 4 回実施</p> <p>フレイル予防教室        週 1 回    計 2 4 回実施</p> <p>健康水中運動教室        週 1 回    計 1 6 回実施</p>
特記事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 本事業の遂行に必要と見込まれる全ての経費（人件費、事業費（備品費・消耗品費）交通費、送迎費）を積算し、その合計金額から参加者自己負担金を差し引いた額を委託料として計上すること</li> <li>・ 参加者自己負担金は受託者が徴収すること。（送迎あり 1 回上限 4 0 0 円。送迎なし 1 回上限 3 0 0 円。）</li> </ul>