

尼崎市フレイル改善通所プログラム・高齢者運動習慣促進事業運営業務仕様書

1 事業の趣旨

令和7年4月1日に新たに供用開始となる武庫健康ふれあい体育館(以下、「体育館」という)において、次の事業を一体的に運営することにより、参加者が、地域資源を活用し、自発的に介護予防・フレイル対策の取組ができるよう支援を行う。

【事業1】フレイル改善通所プログラム運営事業

【事業2】(1) 高齢者運動習慣促進事業(体験型スポーツクラブの運営)

(2) 高齢者運動習慣促進事業(スポーツクラブ利用に対する利用料一部助成)

2 委託期間

令和7年4月1日から令和8年3月31日までとする。

※ 本市が契約の履行状況が良好と判断し、かつ、本事業の関係予算が市議会において承認された場合に限り、引き続き令和9年度(令和10年3月31日)まで、単年度ごとに契約を締結(継続)する。

3 事業の概要

次表のとおり。

事業名	【事業1】 フレイル改善 通所プログラム運営事業	【事業2】 高齢者運動習慣促進事業													
		(1) 体験型スポーツクラブの 運営	(2) スポーツクラブ利用に 対する利用料一部助成												
主な 目的	生活機能の低下が見られる高齢者を対象に、運動メニューを中心に取り入れたフレイル改善のための複合型プログラムを、リハビリ専門職を関与させたいうえで、短期間で集中的に提供することにより、参加者の心身機能・生活機能を改善・向上させる。	高齢者を対象とした体操教室や、転倒予防教室等の介護予防に資するレッスンを提供するとともに、地域の集いの場やスポーツクラブに係る情報提供を行う等、地域資源を活用した自発的な介護予防・フレイル対策の実践に向けた支援を行う。	(1)の修了者に対して、地域資源の一つであるスポーツクラブの利用料の一部を助成することにより、自発的な介護予防・フレイル対策の継続に向けた支援を行う。												
対象者	尼崎市在住の要支援1, 2又は未認定者で生活機能の低下が見られる高齢者のうち、本プログラムの適用が効果的であると判断された者	(ア) 【事業1】の修了者 (イ) 尼崎市在住の65歳以上で、要支援・要介護の認定を受けていない者(過去に参加した者は、原則同年度での参加不可)	(1)の修了者												
定員	12名程度/期	30名程度/期 ※ (ア)、(イ)の合計													
実施 頻度	<table border="1"> <thead> <tr> <th>第1期</th> <th>第2期</th> <th>第3期</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>7～ 9月</td> <td>10～ 12月</td> <td>1～ 3月</td> </tr> </tbody> </table> <p>※ 1期10回のプログラムを実施 ※ 令和8年度以降は年間4期実施予定</p>	第1期	第2期	第3期	7～ 9月	10～ 12月	1～ 3月	<table border="1"> <thead> <tr> <th>第1期</th> <th>第2期</th> <th>第3期</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>7～ 9月</td> <td>10～ 12月</td> <td>1～ 3月</td> </tr> </tbody> </table> <p>※ 1期10回のプログラムを実施 ※ 第1期は、(イ)の対象者のみで実施 ※ 令和8年度以降は年間4期実施予定</p>	第1期	第2期	第3期	7～ 9月	10～ 12月	1～ 3月	
第1期	第2期	第3期													
7～ 9月	10～ 12月	1～ 3月													
第1期	第2期	第3期													
7～ 9月	10～ 12月	1～ 3月													
実施 時間	120分程度/回(受付、健康状態確認、目標達成状況確認等の時間を含む)	90分程度/回													
実施 日時	金曜日 9時～12時(予定) ※ 設営、片付け等の時間含む ※ 受付時間を含め詳細(具体の日付等)は、受託者で設定	火曜日 13時～15時30分(予定) ※ 設営、片付け等の時間含む ※ 受付時間を含め詳細(具体の日付等)は、受託者で設定													

事業名	【事業1】	【事業2】 高齢者運動習慣促進事業	
	フレイル改善 通所プログラム運営事業	(1) 体験型スポーツクラブの 運営	(2) スポーツクラブ利用に 対する利用料一部助成
実施 場所	武庫健康ふれあい体育館 (住所) 尼崎市武庫元町3丁目14番1号		—
	2階 集会・娯楽室 ※ 希望者には、送迎有	1階 第2フロア ※ 送迎なし	
参加者 負担	無料		
助成額 等	—		4,000円/月 最大3ヶ月間
助成 対象 施設	—		<p>次の全てに該当するスポーツクラブ等</p> <p>(ア) 「受付カウンター」及び「更衣室(男女別でカギの掛かるロッカー付き)」を設置している施設で、「プール」「トレーニングジム」「スタジオ」のうち2種以上の室内運動施設を有する施設</p> <p>(イ) 受付対応スタッフの配置があり、かつ、各運動施設にもスタッフ(インストラクター、トレーナー等)をそれぞれ1名以上配置している施設</p> <p>(ウ) 本市の取組である「シニア情報ステーション」として登録できる施設</p> <p>※ 詳細は市ホームページ「シニア情報ステーション」内、確認書を参照</p>
支払い	市⇒受託者		市⇒各助成対象施設

4 業務内容

(1) 事業コーディネーターの配置

- ・ 【事業1】、【事業2】を一括運営するに当たり、両事業の参加者の身体状況や、行動変容のデータ等を一元管理するためのコーディネーターを1名以上配置すること。

《コーディネーターの主な役割》

- ・ 受託事業全体の進行管理。
- ・ プログラム内容を記載したチラシ等を用いて、参加対象者等へ説明を行うなど、事業イメージを理解したうえでプログラムへの参加を促す調整。
※ 作成するチラシ等は事前に市に提出し了承を得ること。
- ・ 【事業2】(2)の助成対象施設の開拓や、当該施設間で構成する協議体の設置を本市と協働で進めるとともに、それらに係る取りまとめの実施。
- ・ 本事業を含む介護予防に関連する他市での成功事例等を含めた情報収集及び本市への事業改善提案。
- ・ 本事業実施結果を踏まえた効果検証及び事業提案。
- ・ 市の広報物や介護予防等に係る啓発資料の参加者等への周知及びそれらに係る調整。

(2) フレイル改善通所プログラム(【事業1】)の業務内容

ア プログラム参加者の選定

- ・ 市内12ヶ所の地域包括支援センターから意見を聴取の上、それぞれ1名程度/期を選出し、事前に本市へ報告を行うこと。
- ・ 参加者の選定に当たっては、本人の同意を得ること。(適宜、候補者の自宅等への訪問を実施。)
- ・ 上記の選定過程に、理学療法士または、作業療法士のいずれかの資格を有する者(以下、「リハ専門職」という)を、介入させること。
- ・ 選定した参加者に対して、案内文の送付のほか、初回問診票、参加承諾書等を事前に徴収すること。

なお、問診票等の内容については、受託者の提案内容を踏まえ、第1期参加者選定の1ヶ月前までに、本市との協議により決定すること。

イ プログラム提供体制

(ア) 連絡体制

参加者との連絡体制を整備すること。

(イ) 人員配置

- ・ 運営スタッフ2名以上で実施すること。
- ・ 運営スタッフのうち1名は、リハ専門職を配置すること。また、残りのスタッフについても、介護保険制度上規定されている機能訓練指導員に相当する者や健康運動指導士、健康運動実践指導者等の資格を有するなど、高齢者に対する運動指導又は機能訓練の実務経験を1年以上有する者を配置するよう努めること。

- ・ 本委託業務契約締結時に、配置する運営スタッフについて、資格を有する書類と実務経験を記載した経歴書及びそれらに準じるものを提出すること。
- ・ 安全にサービスを提供するために、参加者の状況に応じてスタッフを増員する等、必要な人員を配置すること。

(ウ) 設備等

- ・ 実施場所(2階集会・娯楽室)の面積は、約100㎡のため、この広さの範囲で、12名程度がプログラムを実施できるよう創意工夫を行うこと。
- ・ プログラムの提供に必要な備品のうち、机と椅子については、体育館に設置のものを使用可能。
- ・ 上記以外の備品については、受託者で用意を行うこと。ただし、体育館に設置されているもので、体育館指定管理者の了承が得られるものについては、体育館設置のものを使用も可。

ウ 参加者の目標設定

各参加者の「ありたい姿」を聴取した上で、各参加者の心身の状態や主観的健康感及び運動習慣等を加味し、参加者個々の目標設定を行うこと。

また、当該目標達成に向けた進捗管理については、個人用カルテを作成し、毎回利用者の心身状況や行動の変容具合等の健康観察も含めて管理していくこと。

なお、個人用カルテの内容は、受託者の提案内容を踏まえ、第1期参加者選定の1ヶ月前までに、本市との協議により決定すること。

エ プログラムの実施

(ア) プログラム内容

- ・ 運動メニューを中心に取り入れたフレイル改善のための集団プログラムとし、具体的内容は、受託者の自由な発想で、「参加者の心身機能・生活機能の改善・向上」を意識して企画・立案し、実施すること。
- ・ 参加者の目標達成に向けて、フレイル講話やグループワーク等を効果的に取り入れるよう、プログラムを立案し、実施すること。
- ・ 上記ウの目標達成に向けて、自宅等でも実践できる宿題の提案等を行うこと。

(イ) 各種相談

参加者へ、生活相談(生活、住宅等)及び健康相談(疾病の予防、治療等)の聴取を行い、相談があった際は適切な支援(地域包括支援センターや医療機関等の案内等を含む)を行うとともに、個人用カルテへも反映させること。

(ウ) プログラム実施の際の留意点

- ・ 利用者が心身機能・生活機能の改善・向上を実感できるよう効果的な指導を行うこと。
- ・ 姿勢や運動方法、フレイル改善に向けた正しい知識を提供し、普段の生活での継続的なフレイル対策の実践に結び付けること。

オ 体力測定の実施

各期において、初回と最終回を含め、3回以上の体力測定を実施すること。

なお、測定項目及び測定時期は、受託者の提案内容を踏まえ、第1期参加者選定の1ヶ月前までに、本市との協議により決定すること。

カ プログラム終了後の支援

(ア) 参加者アンケートの聴取

参加者に対して、提供したプログラムに関するアンケートを聴取すること。

※ アンケート項目(調査票)及び実施時期は、受託者の提案内容を踏まえ、第1期プログラム終了の1ヶ月前までに、本市と協議の上、決定すること。

(イ) 高齢者運動習慣促進事業(【事業2】)への引継ぎ

4(1)で配置したコーディネーターを中心に、参加者を【事業2】へ移行させるための諸手続(参加者への意向確認、案内等)を行うこと。

(ウ) 地域包括支援センターへのフィードバック

各地域包括支援センターへ、(ア)のアンケート結果を含む行動変容等の結果をフィードバックすること。

キ 送迎の実施

希望者に対しては、原則として自宅からの送迎を実施すること。(利用者負担なし)

具体的な送迎時間等については、参加者の意向を踏まえ受託者で設定を行うこと。

(3) 体験型スポーツクラブの運営(【事業2】(1))の業務内容

ア 参加者の募集・受付

各期の参加者の募集・受付を行うこと。

募集方法等は、受託者の提案内容を踏まえ、契約締結後速やかに、本市と協議の上、決定する。

イ 事業提供体制

(ア) 連絡体制

参加者との連絡体制を整備すること。

(イ) 人員配置

- ・ 運営スタッフ2名以上で実施すること。
- ・ 運営スタッフは、可能な限り高齢者に対する運動指導の経験を有する健康運動指導士等の運動指導に関する資格を有している者を配置するよう努めること。
- ・ 上記3に定める助成対象施設のスタッフ(1名以上)が各期1回以上運営スタッフとして参加するよう努めること。
- ・ 提供するプログラム内容に応じて、医療スタッフを配置するなど、参加者の安全確保に努めること。

(ウ) 設備等

- ・ 実施場所(1階第2フロア)の面積は、約150㎡のため、この広さの範囲で、30名程度がプログラムを実施できるよう創意工夫を行うこと。
- ・ プログラム実施の際に、運動器具等を活用する際は、原則、受託者で用意を行うこと。ただし、体育館に設置されているもので、体育館管理者の了承が得られるものについては、体育館設置のもの使用も可。

ウ 参加者の身体状況管理

- ・ 【事業1】と同様に、各参加者の目標設定を行うとともに、その達成状況を含め、個人用カルテによる管理を行うこと。
- ・ 【事業1】からの継続参加者についても、改めて目標設定を行うこと。
※ 個人用カルテの内容は、受託者の提案内容を踏まえ、第1期募集開始の1ヶ月前までに、本市との協議により決定すること。

エ プログラムの実施

(ア) プログラム内容

a 運動器の機能向上プログラム

転倒骨折の防止、加齢に伴う運動器の機能低下の予防及び運動器の機能向上を重視したストレッチ、有酸素運動もしくはこれらの効果が期待されるリハ専門職監修の身体的プログラムを実施すること。

b 各種相談

参加者へ、生活相談(生活、住宅等)及び健康相談(疾病の予防、治療等)の聴取を行い、相談があった際は適切な支援(地域包括支援センターや医療機関の案内等を含む)を行うとともに、個人用カルテへも反映させること。

(イ) プログラム実施の際の留意点

- ・ 本プログラムには、「【事業1】の修了者」も参加することから、参加者個々の身体状況等に合わせて運動強度を変えるなど、適切な配慮を行うこと。
- ・ 全ての参加者に運動を継続する動機付けを行うとともに、参加者が自宅等でも取り組める内容を含むこと。

オ 体力測定の実施

各期において、初回と最終回を含め、3回以上の体力測定を実施すること。

なお、測定項目及び測定時期は、受託者の提案内容を踏まえ、本市との協議により第1期募集開始の1ヶ月前までに決定すること。

カ プログラム終了後の支援

(ア) 参加者アンケートの聴取

参加者に対して、提供したプログラムに関するアンケートを聴取すること。

- ※ アンケート項目(調査票)及び実施時期は、受託者の提案内容を踏まえ、第1期プログラム終了の1ヶ月前までに本市と協議の上、決定すること。

(イ) 進路支援

各参加者に対して、プログラム終了後の進路を次の中から選択させ、適切な支援を行うこと。

a	スポーツクラブ利用料の一部助成(上記4(2))を活用し、任意のスポーツクラブで、セルフケアを実施。
b	a以外の地域資源を活用。(助成対象外のクラブ、いきいき百歳体操、その他通いの場等)
c	自宅でセルフケアを実践。

【留意点】

- ・ aの場合、各参加者とヒアリングを行い、参加者が希望する施設に係る案内を行うとともに、入会手続等(入会後の施設利用状況の報告内容等を含む)に関する丁寧な調整を行うこと。
- ・ bの場合、本市が発行する広報物を使用し、参加者の状態・興味・関心等を踏まえた選択肢を参加者へ提示すること。

(4) スポーツクラブ利用に対する一部助成(【事業2】(2))の業務内容

ア 運営方針の提案

上記3【事業2】(2)欄を参照し、効率的な事業運営手法を提案し、本市と協働で方針を策定すること。

助成金の支払いに関しては、本市が策定する要綱を根拠とし、各施設との協定締結による運用実施を想定しているが、これに限らず、自由な発想を以って、企画立案し、提案を行うこと。(要綱、協定書のイメージは別添のとおり)

イ その他

助成対象施設と密に連携体制が構築できるような体制を整えておくこと。

5 事業実施に際しての留意事項(【事業1】【事業2】共通)

(1) 安全管理

- ・ 事故等不測の事態に備えて、賠償責任保険・傷害保険等に加入する。
- ・ 事故発生時は、速やかに市に報告する。
- ・ 午前7時現在、尼崎市(兵庫阪神)に「暴風警報、またはすべての特別警報」(以下、「警報」という)が発表中の場合、午前のプログラムは中止することとし、午前10時30分現在、尼崎市(兵庫阪神)に警報が発表中の場合、午後のプログラムは中止する。

なお、中止した回は、特段の事由がない限り別日に振替実施を行う。

(2) 個人情報保護及び守秘義務

- ・ 本事業で使用する個人情報の取扱について、個人情報保護法その他関連法令を遵守し、厳重に取り扱う。
- ・ 本事業で得た参加者の個人情報は、本事業の目的以外には使用しない。

(3) 作成資料の著作権及び報告義務

- ・ 本事業により作成された個人用カルテ等の成果物(電子データを含む。以下、「作成資料」という)の著作権は、本市に帰属する。
- ・ 作成資料は、本市が求めた際は、速やかに提出する。
- ・ 作成資料は、5年間保存する。

(4) 報告、改善指示等

本市は、必要に応じて、事業の実施状況等の報告を求めることができることとする。
また、事業の実施が適正でないとする時は、改善の指示を行うことができるものとする。

(5) 再委託

- ・ 受託者は、業務の全部を一括して再委託してはならない。
ただし、全体としての委託業務の遂行に支障が生じない範囲で業務の一部を再委託するときは、この限りではない。
- ・ 再委託する場合は、あらかじめ本市の承認を得るとともに、再委託先へも本仕様書に規定する遵守事項を厳守させなければならない。

(6) 事業の引継

本事業は単年度契約であることから、受託者が変更となる場合は、翌年度の受託事業者に対し、当該年度末までに事業の引継ぎを行う。

なお、具体的な引継ぎ期間等については、本市及び双方の事業者で調整を行う。

(7) その他条例規則等の遵守等

ア 事業実施場所となる体育館に係る関連規程を遵守する。(尼崎市立健康ふれあい体育館の設置及び管理に関する条例及び同条例施行規則等)

イ 受託者は、上記に掲げた規程以外で、事業実施の際に関連する法令等を遵守することに加え、常に中立性を保持した事業運営を行う。

ウ 受託者は、本業務において知り得た事項について、守秘義務を負うとともに、業務内容、成果等を本市の許可なく使用又は、利用してはならない。

(8) その他

本仕様書に定めのない事項については、本市と受託者の間で協議のうえ決定するものとする。

以 上

別添「要綱、協定書」は、次ページ以降で掲載

本内容は、現時点でのイメージであり、詳細は、受託者の提案内容を踏まえ、本市との協議により決定していくこととします。

別添

尼崎市〇〇〇〇〇〇〇〇〇助成金交付要綱

(目的)

第1条 この要綱は、尼崎市高齢者運動習慣促進事業において、本市の指定するフィットネスクラブ(以下、「クラブ」という)に対する、〇〇〇〇〇〇〇〇〇助成金(以下、「助成金」という)について、必要な事項を定める。

(定義)

第2条 この要綱において「クラブ」とは、次の各号に定める要件をすべて備え、本市が指定する協定書を交わした事業所をいう。

- (1) 「受付カウンター」及び「更衣室(男女別でカギの掛かるロッカー付き)」を設置している施設
- (2) 前号の「受付カウンター」に職員1名以上の配置があること。
- (3) 「プール」「トレーニングジム」「スタジオ」のうち2種以上の室内運動施設を有する施設
- (4) 前号の各室内運動施設において、インストラクター、トレーナー等のスタッフをそれぞれ1名以上配置し、運動器の機能向上等、介護予防に資する助言と実施ができる体制が整っていること
- (5) 本市の取組である「シニア情報ステーション」として登録し、市発行のパンフレットを配布するとともに、困り事等を把握した高齢者を地域包括支援センター等の関係機関につなげる等の対応が可能な施設

(対象者)

第3条 助成の対象となる者(以下「対象者」という)は、本市内に住所を有している高齢者のうち、本市が指定するものとする。

(助成の対象金額及び助成期間)

第4条 助成金は、対象者1人につき月額4,000円を上限とする。

- 2 助成対象の起算時期及び終了時期は、各対象者につき、市が別途指定する日とし、助成する期間は、3ヶ月を限度とする。
- 3 前項の期間を算定する際、1ヶ月は、初日を起点とし、末日を終点とする。

(交付の申請)

第5条 助成金の交付を受けようとするクラブは、市が別に定める方法により交付申請を市長に行わなければならない。

(交付の決定)

第6条 市長は、前条の申請があったときは、当該申請内容を審査し、助成金の交付の可否を決定するものとする。

2 市長は、前項の規定により、助成金の可否を決定したときは、その旨を速やかにクラブに通知するものとする。

(交付の条件)

第7条 この助成金の交付決定には、次の各号に掲げる条件を付すものとする。

- (1) 助成金は、対象者の月会費、入会に関する事務手数料、有料レッスンの参加費用その他市長が認めるものに充当すること
- (2) クラブが実施する各種のキャンペーン割引等の適用を行ったうえで、助成金を充当すること
- (3) 別表に掲げる内容に従い、市が定める方法により適宜、市への報告を行うこと

(助成金の支払い)

第8条 第6条による決定を行ったクラブに対し、所定の手続を経て、決定後30日以内に対象者1人につき12,000円の助成金を概算で支払うものとする。

(実績報告)

第9条 助成金の交付を受けたクラブは、第7条第3号に規定する報告と合わせて、市が定める方法により助成金充当に係る実績報告を市長に行わなければならない。

(交付額の確定)

第10条 市長は、前条の規定による報告内容を審査し、助成金の交付額を確定し、当該確定させた額が第8条で交付した額と異なる場合は、クラブに対しその差額を返納させるものとする。

(交付決定の取り消し)

第11条 適正に事業が実施されていないとき、不正な手段により助成金を受け取ったクラブが判明したとき、その他、本要綱に定める事項に反する事態が認められたときは、市長は交付決定を取り消すことができる。

(助成金の返還)

第12条 市長は、前条の取消しを決定した場合においては、該当するクラブに対して助成金の返還及び市が損害を被った際は当該損害に対する補償を命ずることができる。

(情報管理及び秘密保持)

第13条 個人情報保護法その他関連法令と合わせて、「個人情報・データ取扱特記事項」を遵守し、厳重に取り扱うこと。

(暴力団排除)

第14条 クラブは、本市が定める暴力団排除に係る条例等を遵守し、暴力団を利することとならないよう措置を講じること。

(補足)

第15条 この要綱に定めるもののほか、この要綱について必要な事項は、主管局長が定める。

付 則

この要綱は、令和●年●月●日から施行する。

(別表)

報告時期	報告内容	報告期限
入会時から3ヶ月後	・利用状況(各月の利用頻度) ・その他市が指示する事項	3ヶ月経過日より30日以内
入会時から9ヶ月後	・利用状況(各月の利用頻度) ・今後の目標等に係るアンケート結果 ・その他市が指示する事項	9ヶ月経過日より30日以内
対象者の市外転居、退会等の事象があった場合は、随時報告を行うこと。		

本内容は、現時点でのイメージであり、詳細は、受託者の提案内容を踏まえ、本市との協議により決定していくこととします

協 定 書

尼崎市（以下「甲」という）、（受託者）（以下「乙」という）並びに（スポーツクラブの会社）（以下「丙」という）とは、〇〇〇〇〇〇〇〇助成金交付要綱第2条に規定する協定を次のとおり締結する。

（対象施設）

第1条 この協定の対象とするスポーツクラブの店舗は、次に掲げるとおりとする。

No.	法人名称	店舗名称	店舗所在地

（会議体の設置）

第2条 乙は、丙を構成員とする会議体を設置し、定期的に意見交換を行うものとする。その設置、運営について必要な事項は甲及び乙の協議により別に定める。

（人権尊重努力義務）

第3条 乙及び丙は、「尼崎市人権文化いきづくまちづくり条例」に定める事業者や市民等の責務を遵守し、事業者にあつては「責任あるサプライチェーン等における人権尊重のためのガイドライン」（令和4年9月13日ビジネスと人権に関する行動計画の実施に係る関係府省庁施策推進・連絡会議決定）を踏まえて、人権尊重に取り組むよう努めるものとする。

（有効期間）

第4条 本協定の有効期間は、本協定の締結日からその日の属する年度の末日までとする。ただし、有効期間満了日の2ヶ月前までに甲、乙及び丙から何らの意思表示がないときは、この協定は更に1年間延長されたものとみなし、以後この例による。

2 協定内容の変更を行う場合は、甲、乙及び丙の3者で事前協議を行い、変更後の対応等を決定する。

（その他）

第5条 本協定に疑義が生じた場合及び本協定に定めのない事項等については、その都度、甲、乙及び丙による協議の上、定める。

この協定の成立を証するため本協定書2通を作成し、甲乙が記名押印の上、各自1通を保有する。

（甲）

（乙）

（丙）