

## 2026年度（令和8年度）福山市一般介護予防事業（健康教室）仕様書

本仕様書は、「福山市一般介護予防事業（健康教室）実施要綱」（以下「要綱」という。）に基づき、事業の円滑かつ適正な実施に向けての必要な事項を定めるものとする。

### 1 事業の目的

福山市一般介護予防事業（健康教室）（以下「事業」という。）は、地域の互助を活かし高齢者を年齢や心身の状況等によって分け隔てることなく、住民主体の通いの場を充実させ、人と人のつながりを通じて、参加者が継続的に拡大していくような地域づくりを推進するとともに、介護予防に資する体操等を実施する中で高齢者の自主性を育て、可能な限り住み慣れた地域で健康で自立した生活を送ることができるよう推進することを目的とする。

### 2 事業内容

要綱第4条に定める事業の内容は、次のとおりとする。

#### (1) 運動に関する教室（以下「運動教室」という。）

筋力・体力が低下している高齢者に対するものであって、からだを動かすことを通して健康でいきいきとしたからだづくりや認知機能の向上に資するものとする。なお、運動内容は高齢者が日常的に行えるもの且つ効果が実感できるものとする。また、フレイル予防に関する啓発等を行うものとする。

#### (2) お口の健康に関する教室（以下「口腔教室」という。）

口腔清掃、摂食機能訓練や嚥下機能の維持・向上を図ることを目的とし、元気で健康な口腔を保ち、自立した生活を送ることができるよう支援するものとする。また、フレイル予防に関する啓発等を行うものとする。

#### (3) 食に関する教室（以下「栄養教室」という。）

低栄養や骨粗しょう症を予防するための食べ方や減塩の工夫などを楽しみながら学び、栄養状態の向上を目指すものとする。また、フレイル予防に関する啓発等を行うものとする。

#### (4) 追加プログラム

運動教室を拡充し、地域における介護予防の効果を高めることを目的として実施するものとする。内容については、前期高齢者のニーズや興味関心に配慮し、参加意欲の向上及び継続的な参加を促進する内容とし、事業者の提案により定めるものとする。

### 3 委託業務の範囲及び内容

委託業務の範囲及び内容は次のとおりとする。

#### (1) 事前準備

ア 開催の年間予定を記載したチラシを必要部数作成し、5月と10月に各会場へ配布するものとする。なお、必要部数は「2026年度（令和8年度）一般介護予防事業（健康教室）実施スケジュール表」（以下「スケジュール表」という。）で確認するものとする。また、チラシの様式については市が指定したものを基本とし、問い合わせ先は事業者と高齢者支援課の連絡先を記載するものとする。会場が交流館で、単位町内会等でのチラシの仕分け要望のある場合は、仕分けたものを配布するものとする。

また、1つの会場について、2つ以上の事業者で事業を実施する場合は、事業者間で相談及び調整を行い、チラシを作成するものとする。

イ 追加プログラムのチラシの作成、印刷、配布等には受託事業者の負担において行うものと

- する。チラシの様式については任意様式とし、問い合わせ先は事業者の連絡先を記載する。単位町内会等でのチラシの仕分け要望のある場合は、仕分けたものを配布するものとする。
- ウ 事業実施に必要な物品等は、会場に備えており利用できるものを除き、受託事業者で準備するものとする。

## (2) 事業実施日

- ア 会場の設営及び後片付け、参加者の受付、問診票（安全管理チェック表）によるバイタルチェックを行う。
- なお、1会場で、同日に2つ以上の事業者で事業を実施する場合、事業者間で参加者の体調等に関する情報の共有を図り、安全管理に十分配慮すること。
- イ 教室の実施中は、参加者の体調の変化等に気を配ること。
- ウ 各プログラムについて、目的や効果などを分かりやすく説明しながら実施するとともに、参加者が継続して楽しく参加できるよう事業者の特性を活かした内容とすること。
- エ 運動教室においては、5月及び10月にフレイルチェック（イレブン・チェック）を実施し、参加者に自分の状態像を把握してもらい、健康教室を受講にあたり、個人の目標の参考にしてもらうこと。また、フレイルチェック（イレブン・チェック）を実施の際に、健康推進課が実施しているフレイルチェック会等を健康推進課作成のチラシ等により紹介すること。

## (3) 事後報告

- ア 事業実施後、実施会場ごとに福山市一般介護予防事業実施報告書兼完了通知書を作成し、請求書に添えて市へ提出すること。
- なお、市への提出は事業実施後、翌月10日までにを行うものとする。
- イ 事業実施にあたり、開催の予定を記載したチラシ又は問診票を作成した場合は、福山市一般介護予防事業チラシ等作成報告書兼完了通知書を作成し、請求書を添えて市へ提出すること
- なお、市への提出は5月分から翌年3月分をまとめて2027年（令和9年）3月31日までにを行うものとする。
- ウ 上記イは追加プログラムのチラシには適用しない。ただし、問診票には適用するものとする。

## 4 人数・実施形態

- 1会場1回あたり、概ね10人から30人程度の参加者を対象に実施するものとする。

## 5 実施回数

- (1) 運動教室は1会場につき月1回、年11回とする。そのうち、年4回は運動教室に加えて口腔教室または栄養教室を併せて実施するものとする。
- (2) 口腔健康及び栄養教室は1会場につき年2回とし、運動教室開催日に実施するものとする。ただし、会場によっては実施しない場合もあるので、スケジュール表を確認すること。
- (3) 追加プログラムはスケジュール表に記載の実施回数に基づき実施するものとする。

## 6 時間

- 1教室1回あたりの実施時間は次のとおりとする。

教室名	実施時間
運動教室 (走島町の会場及び瀬戸老人福祉センター以外)	90分
運動教室及び口腔教室	120分 (各教室60分ずつ)
運動教室及び栄養教室	120分 (各教室60分ずつ)
追加プログラム	90分

- (1) 走島町の会場で実施する運動教室及び追加プログラムは、1回あたり40分とする。  
(2) 瀬戸老人福祉センターで実施する運動教室は、1回あたり60分とする。

## 7 実施会場

実施会場は、原則としてふれあいプラザ、老人福祉センター、交流館又は集会所等とし、事業が円滑に実施できるスペースが十分に確保できる場所で行うものとする。

運動教室、口腔教室及び栄養教室の会場の確保及び実施スケジュールの決定は、地域の関係機関・団体との調整を図るなかで、高齢者支援課が行うものとする。

追加プログラムの会場確保及び実施スケジュールの決定は、実施事業者が行うものとする。なお、日程が決定した場合は、福山市一般介護予防事業追加プログラム実施予定報告書を市へ提出すること。

## 8 従事者

受注者は、次に掲げる従事者により事業を実施しなければならない。

### (1) 運動教室

健康運動指導士、作業療法士、理学療法士又は医療・介護の専門職（注1）が高齢者の特性等をよく理解し、安全にサービスが提供できる者により実施することとし、1回あたり2名以上の従事者により事業を行うものとする。

### (2) 口腔教室

言語聴覚士、歯科衛生士の資格を有する者又は医療・介護の専門職（注1）や健康運動指導士が高齢者の特性などをよく理解し、安全にサービスが提供できる者により実施することとし、1回あたり2名以上の従事者により事業を行うものとする。

なお、1回あたり最低1名は、言語聴覚士又は歯科衛生士の資格を有する者が従事するものとする。

### (3) 栄養教室

管理栄養士、栄養士の資格を有する者又は医療・介護の専門職（注1）や健康運動指導士が高齢者の特性などをよく理解し、安全にサービスが提供できる者により実施することとし、1回あたり2名以上の従事者により事業を行うものとする。

なお、1回あたり最低1名は、管理栄養士の資格を有する者が従事するものとする。

### (4) 追加プログラム

高齢者の特性等をよく理解し、安全にサービスが提供できる者により実施することとし、1回あたり2名以上の従事者により事業を行うものとする。

(注1) 医療・介護の専門職とは作業療法士、理学療法士、言語聴覚士、歯科衛生士、管理栄養士、栄養士、介護予防運動指導員、訪問介護員、介護福祉士、介護支援専門員、生活相談員・支援相談員、機能訓練指導員、柔道整復師等とする。

## 9 委託方法

- (1) 事業は年間を通じて実施するため、委託期間は年間契約とする。
- (2) 実施会場は、事業者からの応募会場に基づき、市が定めた会場とする。なお、審査後の結果通知後に契約を辞退する場合は、応募エリア内の全会場分を辞退するものとし、一部の会場の辞退は認めないものとする。
- (3) 追加プログラムは運動教室の実施事業者が行うものとする。

## 10 気象警報等の発令があった場合の対応

- (1) 対象となる警報
  - 「暴風警報」「大雨警報」「洪水警報」
  - \*その他「高潮警報」「暴風雪警報」「大雪警報」については、地域によって状況が異なるため高齢者支援課へ相談をすること。
  - \*気象情報は、テレビ・ラジオ・広島県防災ネット等で確認すること。
- (2) 基準時間
  - 次の時間を基準に警報が発令されている場合は「事業中止」とし、各会場（集会所は代表者）へ電話連絡をすること。また、高齢者支援課へ事業を中止した旨と会場へ連絡した旨の連絡を行うこと。

ア 午前に事業を実施する場合：午前7時
イ 午後に事業を実施する場合：午前10時
ただし、走島町の会場については、午後の場合でも午前7時の時点とする。
- (3) 事業実施中に警報が発令された場合は、天候をみて参加者を帰宅させること。
- (4) その他
  - 地域によって気象状況が異なるため、警報が出ていない場合であっても、気象状況により事業を中止したほうがよい場合は、高齢者支援課に相談すること。

## 11 安全管理体制の整備及び事故等に関する対応等

- (1) 事業実施にあたっては、「福山市一般介護予防事業（健康教室）を実施するにあたっての安全管理上の留意点」（別紙1）（以下「別紙1」という。）の1及び2に従い、参加者の安全確保及び事故防止に務めること。
- (2) 事業実施中に利用者に緊急を要する事態及び事故が発生した場合は、別紙1の3及び4に従い、速やかに利用者の家族及び市に報告するものとする。市への報告は、電話連絡及び事故報告書で行うものとする。

## 12 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となる次の書類を整備しなければならない。

- (1) 問診票（安全管理チェック表）
- (2) 福山市一般介護予防事業実施報告書兼完了通知書
- (3) 福山市一般介護予防事業追加プログラム実施予定報告書  
運動教室の実施事業者が作成するものとする。

### 13 その他

この仕様書に記述のない事項等については、市と協議して定めるものとする。