

福山市通いの場における出張フレイル予防塾仕様書

本仕様書は、「福山市通いの場における出張フレイル予防塾実施要綱」に基づき、事業の円滑且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 事業内容

事業の内容は次のとおりとし、発注者が提供する各圏域の健康課題等の情報に基づき、対象地域の課題に応じた健康教育・健康相談を実施すること。

(1) 疾病・重症化予防及びフレイル予防に関する健康教育

ア 次に記載している、後期高齢者の特性を踏まえた、疾病・重症化予防に関する教育。

- (ア) 前期高齢者と比較し、加齢に伴い、フレイル状態が顕著に進行する。
- (イ) 慢性疾患とフレイルなどを要因とする老年症候群の症状が混在するため、包括的な疾病管理がより重要になる。
- (ウ) 複数の医療機関受診により、多剤処方や残薬が生じやすい。
- (エ) 健康状態や生活機能、生活背景等の個人差が拡大する。自立度の高い高齢者がいる一方で、多くの疾病を抱え、高額な医療費を要する高齢者が一定の割合存在する。
- (オ) 大半の者が医療機関を受診しており、要介護認定割合が80歳以上から約4割に上昇する等、医療と介護ニーズを合わせもつ状況にある者が増加する。

イ フレイル予防に関する教育

(ア) 運動

筋力・体力が低下している高齢者に対するものであって、身体を動かすことをとおして、健康で生き生きとした身体づくりや認知機能の向上に資するものとし、実技指導を行うこと。なお、実技指導の内容は、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。

(イ) 食生活

フレイル予防に必要なエネルギーとたんぱく質の重要性や、低栄養や骨粗しょう症を予防するための食事、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。

(ウ) オーラルフレイル予防

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。

(エ) 社会参加

社会とのつながりを失うことがフレイルの最初の入口であることの認識をもち、地域の通いの場へ定期的に通い、交流をもつこと。外出ができない場合でも、その他の手段で人とのつながりをもつことが必要であることを伝える。

(オ) 認知症予防

フレイルの状態が続くと認知機能の低下を招き、認知症のリスクも高まることを伝え、社会参加の必要性や、脳血管疾患に伴う認知症の発症予防のため、飲酒を含めた生活習慣の改善を促すよう支援する。また、記憶力や思考力を養う認知症予防の方法について情報提供する。

(2) 福山市フレイル質問票を用いたフレイル状態の把握

福山市フレイル質問票（様式1）（以下「質問票」という。）を用い、回答結果をもとに健康課題等を把握する。

(3) 対象者の状態に応じた健康相談

質問票の結果、フレイルの可能性が高い対象者には健康相談を行い、生活習慣の改善を促すとともに、必要に応じ健診や医療機関への受診勧奨、及び介護サービス等への利用勧奨を行う。

(4) 状況に応じ、身長、体重及び握力等の体力測定を実施し、参加した高齢者の健康状態を把握し、フレイルの評価をする。

2 委託業務の範囲及び内容

(1) 事前準備

ア 通いの場へ訪問する日時、場所及び指導時間は、発注者から情報提供する通いの場の代表者と受注者が調整して決定すること。

イ 使用する教材・テキスト・測定器具等は受注者で準備する。

(2) 事業実施

ア 健康教育は、疾病予防及びフレイル予防の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、参加者がフレイル予防に継続的に取り組めるような内容とする。

また、1(1)イに記載する項目は、時間内になるべく全ての内容を取り入れることとし、(エ)社会参加については、必ず実施すること。

イ 質問票を聞き取る。

ウ 健康相談において、質問票の回答内容により個別相談が必要な場合は、状態に応じた保健指導や生活機能の支援等を行い、質問票の指導欄へ記載のうえ、参加者に渡し、健診や医療の受診勧奨、介護サービスの利用勧奨等を行う。

エ 状況に応じ、身長、体重及び握力等の体力測定を実施し、参加した高齢者のフレイル状態を把握し、フレイルの評価をする。

オ 事業実施中は、参加者の体調の変化等に気を配り、安全管理に十分配慮する。

カ 地域包括支援センターへの相談が必要であると判断した場合は、本人同意を得て、地域包括支援センターへ連携する。また、その旨を質問票に記載する。

(3) 事業報告

事業実施後、福山市通いの場における出張フレイル予防塾実施報告書（様式2）を作成し、次に掲げる書類を添えて発注者へ提出すること。なお、発注者への提出は実施月の翌月10日まで、3月分は3月31日までに行うこととする。

ア 質問票（様式1、福山市控）

イ 請求書（様式3）

3 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。

4 実施回数

通いの場1会場につき年1回とする。

5 実施時間

1回あたり90分以内とし、うち健康教育は30分以内とする。実施時間は、通いの場の代表者と協議のうえ、決定することとする。

6 実施会場

実施会場は、原則として週1回以上の通いの場が開催されている集会所、交流館、コミュニティセンター（館）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。

7 従事者

受注者は、次に掲げる医療専門職により事業を実施しなければならない。

医師、歯科医師、薬剤師、保健師、看護師、管理栄養士、作業療法士、理学療法士、歯科衛生士、言語聴覚士等、生活習慣病の発症や重症化の予防及び心身機能の低下の防止等に関し知識及び経験を有すると認められ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こととする。

8 委託料

(1) 1回あたり30,000円を上限とする。

(2) 担当圏域外で実施する時は、市長が必要と認めた場合、別に1回の往復につき2,750円を加算する。

(3) 走島町において事業を行った場合は、別に1回の往復につき4,920円を加算する。

9 安全管理体制の整備及び事故等に関する対応等

事業の実施にあたっては、別紙「福山市通いの場における出張フレイル予防塾を実施するにあたっての安全管理上の留意点」に従い、参加者の安全確保及び事故防止に務めること。

10 書類の整備及び保存年限

受注者は、事業を遂行するにあたり必要となる次の書類を整備し、委託業務の終了後5年間保存するものとする。

- (1) 質問票（様式1、事業所控）
- (2) 福山市通いの場における出張フレイル予防塾実施報告書（様式2）

1.1 個人情報の保護・守秘義務

講師及び関係機関・団体等のこの事業に従事する者は、事業実施に際して入手した個人情報の管理にあたり、個人情報の保護に関する法律を遵守し、適切な管理を行うこととする。
なお、個人情報の保護の取り扱いについては、事業従事期間終了後も同様とする。

1.2 その他

- (1) 気象警報等の発令があった場合は、発注者と協議のうえ対応を検討すること。
- (2) この仕様書に記述のない事項等については、発注者と協議のうえ定めるものとする。