

別紙

委託事業仕様書

1 業務名

フレイル対策拠点事業（はくほう拠点）

2 委託期間

契約日から令和8年3月31日

3 実施場所

米子市淀江温浴施設「淀江ゆめ温泉」（米子市淀江町福岡1547番地）

4 業務内容

地域において健康の増進に資する自発的な活動が広く実施されること、及び地域の高齢者が自ら活動に参加し、フレイル予防に向けた取組が主体的に実施される地域社会が構築されることを目的とする。

次表のフレイル対策に関する業務内容を包括的に実施し、健康増進に関する情報を発信する拠点を管理し、運営する。

No.	業務内容
1	フレイル対策拠点の管理及び運営
2	拠点における独自提案及び実施
3	ふらっと、運動体験!!の実施
4	リモート運動体験の実施
5	ふらっと、運動体験!!手数料の徴収

※詳細は別添参照

5 共通事項

- (1) 受託者は事業計画を作成、提出するものとし、市が必要と認める場合、その変更を受託者に指示できるものとする。
- (2) 天候及び非常災害等のため、危険となる恐れがある場合は、受託者が各事業の中止をあらかじめ判断した上で、市に連絡し、市と協議で最終決定するものとする。
- (3) 安全管理の徹底のため、利用者の心身状態について常に気を配る。事故の発生や業務運営に支障をきたす恐れがある場合は、施設管理者と協力し、ただちに必要な措置を取り、状況を速やかに市に連絡し、書面にて報告する。
- (4) 個人情報の取扱いには十分に注意し、業務上知りえた秘密は契約の終了後も第三者に漏らしてはならない。
- (5) 利用者からの苦情対応の体制を整え、苦情が生じた場合は速やかに市に報告するとともに利用者の意見を反映し、各事業の質的向上に務める。
- (6) 受託者の責めに帰すべき事由により、市に損害を与えたときは、賠償責任を負う。
- (7) 業務に関する書類は、事業終了後5年間適切に保存する。
- (8) 利用者の健康と安全を保つため、徹底した衛生管理を行う。また、必要な感染防止対策の徹底に努めるとともに、発生した場合を想定し、感染拡大を最小限にするための措置を講ずることとする。

- (9) 実施内容の検証を行うほか、定めのない事項及び疑義を生じる事項については、その都度協議する。
 - (10) フレイル対策拠点連絡会及び合同イベントに参加すること。
 - (11) フレイル度チェックの実施及びフレイル予防アプリダウンロードの補助
フレイル対策拠点の利用者並びにふらっと運動体験やリモート運動体験等の参加者に対し、フレイル度チェックを実施する。また、フレイル度チェックの為、利用者の希望に応じて、スマートフォン端末等にフレイル予防アプリをダウンロードし、その入力を補助すること。
 - (12) フレイル度チェック後のフィードバック及び実践アドバイス
フレイル度チェックの結果に基づき、フレイル予防教室優待チケットの使用
方法の説明やフレイル予防実践教室への参加を促す。
- ※ (11) (12) については、別途フレイル度チェック業務委託契約を締結すること。(別紙 フレイル度チェック委託業務仕様書を参照)

6 記録作成及び市への報告

- (1) 4業務内容(No.2～4)に記載された業務内容について、毎月の実施状況を指定の様式に従い、市の定める日までに書面にて報告すること。
- (2) 事故発生時は利用者の安全を最優先とし、速やかに市へ連絡すること。保険が適用される場合は、本人または親族とやりとりを行うこと。
- (3) 報告に係る費用は受託者において負担すること。

7 支払方法

- (1) 4業務内容(No.3～5)は、処理件数に応じて毎月支払う。その他の委託料は、年4回(7月、10月、翌年1月、翌年4月)に分けて支払う。

別添

業務内容

1 フレイル対策拠点の管理及び運営

次に掲げる業務を含むフレイル対策に関する事業を包括的に実施するとともに、幅広い世代の市民に向けて健康の増進に関する情報を発信する拠点として、管理及び運営する。

(1) 委託事業仕様書 4 業務内容 (No. 2 ~ 4) について

ア 利用者名簿の作成及び管理

イ 会場の確保及び当日の運営 (準備片付け含む)

ウ 拠点事業における元気ささえあいボランティアの受入及び活動管理

- ・ ボランティア活動の希望があった際に、日程調整を行う。
- ・ ボランティア活動があった際に、ボランティア手帳への押印を行う。
- ・ 活動を個別に管理し、年度末に確認照合のための実績表を提出する。
- ・ ボランティアの役割を設定すること (受付・体力測定補助・準備、片付け等)。

(2) 他の拠点及び圏域地区公民館との連携

他の拠点 (まちなか拠点 (Chukai コムコムスクエア)、ゆみはま拠点 (米子市弓浜地域老人福祉センター)) 及び圏域地区 (箕蚊屋 4 地区、淀江 3 地区、福生 2 地区) の公民館と連携し、良好な関係性を築き、圏域内で行われるフレイル予防に資する取組が進捗する様、積極的に関わること。

また、定期開催する拠点連絡会に出席し、共通した情報認識に努める。

(3) フレイル予防に関する情報案内チラシ等の作成及び発信

フレイル予防に関する効果的な情報発信や地域資源の活用を行うこと。

2 拠点における独自提案及び実施

(1) 拠点にある資源や周辺環境の特性を活かした事業を展開すること。

(2) 原則拠点圏域地区を対象に、フレイル予防における効果的なメニューを企画し、併せて認知機能の向上及び交流機会の拡大等につながるよう、e スポーツ体験会の開催、ノルディックウォーキングの実施、拠点圏域内のリモート会場においての体力測定等、総合的にアプローチすること。

※次年度以降も継続できるような企画を複数回開催する。

(3) フレイル予防実践等に使用する場所を確保すること。

(4) 市より e スポーツ機器一式・エアロバイク 5 台の貸出を行う。

(5) 委託料

900,000円 (税込) を提案上限額とする。

3 ふらっと、運動体験!!の実施

市民の日々の運動習慣の形成に資することを目的として、次に掲げる業務を実

施する。（年４８回程度）

（１）運営体制

ア 運営事務

受付、ボランティア受入及び活動管理、リモート通信用機器の管理、準備片付け等を行うものとする。

※サポートスタッフとの兼任可。

イ 運動指導

理学療法士または作業療法士１人及びサポートスタッフ（健康運動指導士・看護師等）２人の計３人で行うものとする。

ウ 運動指導内容

前半に拠点共通プログラム（よなGOGO体操・今月のネギトレ・ストレッチ等）を行い、後半にオリジナルプログラム（各会場の特性を活かしたトレーニングメニュー）を行う。

※口腔嚥下強化トレーニング・脳活性化トレーニングを組み込むこと。

エ 所要時間

ふらっと、運動体験開催時間（９０分）・準備・片付け含め、おおむね３時間想定とする。

（２）運動機能測定

初参加者及びおおむね６ヶ月経過者に対し、運動機能に関する評価測定を実施する。

ア 測定項目

- ・握力
- ・５回イス立上り
- ・ロコモ度立上りテスト（４０cm）
- ・滑舌テスト（オーラルディアドコキネシス）
- ・オーラルフレイルチェック
- ・食品多様性スコア
- ・フレイル予防実践確認
- ・認知症気づきのチェック

イ 測定機器

健口くんハンディⅡ１台、血圧計５台は市より貸出を行う。握力計、その他必要な備品については拠点で用意する。

（３）リモート配信

ふらっと運動体験のリモート配信（zoom）を行う。また、実施するためのネットワーク環境等を整備する。

※リモート通信用機器（プロジェクター、パソコン等）は拠点で用意すること。

（４）委託料

ア ふらっと運動体験！！

４３，９２０円（税込）に業務を実施した回数に乗じて得た額

※見積書作成時の回数は４８回とする。

※見積書作成時に、下記項目にかかる費用を計上すること。

- ・運営スタッフ（サポートスタッフとの兼任可）
- ・理学療法士または作業療法士 1名
- ・サポートスタッフ（健康運動指導士・看護師等） 2名
- ・機器、ネット整備
- ・事務用品、情報案内の作成及び発信
- ・ボランティア受入、活動管理

イ 運動機能測定

1, 650円（税込）に業務を実施した人数を乗じて得た額

※見積書作成時の人数は150人とする。

4 リモート運動体験の実施

他拠点が発信している「ふらっと、運動体験!!」の中継放映を行う。（年48回程度）

（1）運営体制

受付、ボランティア受入及び活動管理、リモート通信用機器の管理、見守り、準備片付け等を2名で行うものとする。

※リモート通信機器は拠点で用意すること。

（2）所要時間

リモート運動体験開催時間（90分）・準備・片付け含め、おおむね3時間
想定とする

（2）委託料

23, 700円（税込）に業務を実施した回数を乗じて得た額

※見積書作成時の回数は48回とする。

※見積書作成時に、下記項目にかかる費用を計上すること

- ・運営スタッフ 2名
- ・機器、ネット環境整備
- ・事務用品、情報案内の作成及び発信
- ・ボランティア受入、活動管理

5 ふらっと、運動体験!!手数料の徴収

（1）手数料徴収

ふらっと、運動体験!!参加者から手数料150円の徴収を行う。

（2）委託料

150円（税込）に業務を実施した人数を乗じて得た額

※見積書作成時の人数は2, 160人とする。