

令和8年度 介護予防教室運営業務委託 実施要項

(趣旨)

第1 この要項は、参加者の介護予防に関する知識の普及啓発を行い、介護予防の取組を促し、また、教室での人と人とのつながりを通じて、参加者や通いの場が継続的に拡大していくような地域づくりを推進するための機会とする令和8年度介護予防教室運営業務委託（以下「介護予防教室運営業務委託」という。）に関し、必要事項を定めるものとする。

(対象者)

第2 介護予防教室の対象者は65歳以上の盛岡市民とする（なお、要支援、要介護認定者も参加可とする。）。

(開催の目的)

第3 介護予防教室は、健康状態等によって参加者を初級編・中級編に分けて開催することとし、それぞれの教室に係る開催の目的は次のとおりとする。

(1) 初級編

プレフレイルの高齢者を主な対象とし、特別な道具を用いずに自宅でできる介護予防に係る知識等を学ぶことで、活動的・意欲的な生活習慣を定着させ、社会的活動等の参加につなげることを目指すもの。

(2) 中級編

運動習慣がある高齢者（または、元気高齢者に該当するような方）を対象とし、強度の高い運動機会等の提供を通じて、参加者同士が励まし合う（声を掛け合う）機会とすることで、活動的な生活習慣の維持に向けたモチベーションアップを目指すもの。

(開催時間)

第4 介護予防教室の開催時間は次のとおりとする。なお、開催時間には、会場準備、受付、教室開催、撤収の時間を含むこととする。

教室開催の時間は、60分～90分を目安にするが、1回当たりの定員を超える申込みがあった場合は、時間を短縮（45分が目安）し、1日2回（以下「2コース制」という。）開催する。

(1) 初級編

ア 会場ごとに概ね週1回半日コース 全19回

イ 開催日程により前期と後期に分ける。ただし、教室の内容は前期・後期に関わらず同じ内容を実施する。

(2) 中級編

ア 会場ごとに概ね月1回半日コース 全10回

(開催会場及び開催日時)

第5 開催会場及び開催日時は次のとおりとする。

(1) 初級編（前期）

圏域	施設名、会場及び時間	6月	7月	8月	9月	10月	11月
仁王・上田	仁王老人福祉センター	3	1	5	2	7	
	和室	10	8	12	9	14	
	毎週水曜日	17	15	19	16	21	
	10時～11時30分	24	29	26	30		

米内・山岸	愛宕山老人福祉センター 機能訓練・運動室 毎週火曜日 13時30分～15時	2 9 16 23 30	7 14 28	4 18 25	1 8 15 29	6 20	10 17
松園・緑が丘	松園地区活動センター 第1集会室 毎週木曜日 13時30分～15時	4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 20 27	3 10 17 24	1 8 15	
河南	加賀野老人福祉センター 集会室 毎週月曜日 10時～11時30分	1 8 15 22 29	6 13 27	3 10 17 24 31	7 14 28	5 19 26	
見前・津志田・乙部	津志田老人福祉センター 運動室 毎週金曜日 13時30分～15時	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 21 28	4 11 18 25	2 9 16	

(2) 初級編（後期）

圏域	施設名、会場及び時間	10月	11月	12月	1月	2月	3月
西厨川・桜城	桜城老人福祉センター 和室 毎週月曜日 10時～11時30分		2 9 16 30	7 14 21 28	4 18 25	1 8 15 22	1 8 15 29
厨川Ⅰ	青山老人福祉センター 大集会室（2階） 毎週水曜日 10時～11時30分		4 11 18 25	2 9 16 23	6 13 20 27	3 10 17 24	3 10 17
厨川Ⅱ	みたけ老人福祉センター 機能訓練・運動室 毎週木曜日 13時30分～15時	29	5 12 19 26	3 10 17 24	7 14 21 28	4 18 25	4 11 18
盛南	仙北地区活動センター 第2・3集会室 毎週月曜日 13時30分～15時		2 9 16 30	7 14 21 28	4 18 25	1 8 15 22	1 8 15 29
飯岡・永井	永井地域交流活性化センター 第4・5集会室 毎週金曜日 13時30分～15時		6 13 20 27	4 11 18 25	8 15 22 29	5 12 19 26	5 12 19

(3) 中級編

ア 都南老人福祉センター 機能訓練・運動室

第4木曜日 10時～11時30分

6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
25	23	27	24	22	26	24	28	25	25

イ 仙北地区活動センター 第2・3集会室

おおむね第1火曜日 13時30分～15時

6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
2	7	4	1	6	10 (第2)	1	5	2	2

ウ イオンモール盛岡 イオンホール（2階）

第2水曜日 13時30分～15時

6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
10	8	12	9	14	11	9	13	10	10

（教室の内容）

第6 教室の内容は次のとおりとする。

(1) 初級編

高齢者の介護予防に資する講義を交えた実技（参加者が特別な道具を準備する必要がなく、自宅でも取り組めるもの）とする。なお、実技の内容については特に定めない。ただし、次のアに掲げる講座は、開催期間中に3種類以上取り入れ、十分なウォーミングアップを行った後、実施することとする。また、イ～カのうち、1つ以上をアと組み合わせて実施する回を3回以上設けることとする。

ア 運動器の機能向上（筋力アップ体操、ストレッチ、コンディショニング、レクリエーション、太極拳、ヨガ、セラバンド、リズム体操、大人のラジオ体操等）

イ 認知症・うつ予防（認知症・うつ予防に関する講義等）

ウ 栄養改善（食生活に関する講義等）

エ 口腔機能の向上（唾液腺マッサージや口腔体操等）

オ 聴覚機能の知識習得（聴こえに関する講義・実技等）

カ フレイル（フレイルチェック等）

さらに、参加者には、市が準備した目標設定シートを使用し、次に掲げる内容に取り組んでもらうこととする。

キ 初めて教室に参加する際、介護予防教室への参加を通じて達成したい目標を自ら設定し、市が準備した目標設定シートに記入する。

ク 次回の教室参加時、当該シートに振り返り等を記入する。

ケ 最終回の実技等全プログラム終了後、今後の目標等を目標設定シートに記入する。

(2) 中級編

高齢者の介護予防に資する講義を交えた実技（参加者が特別な道具を準備する必要がなく、自宅でも取り組めるもの）で、比較的強度の高い運動内容とすること。参加者同士が励まし合う（声を掛け合う）ような場を提供することで、活動的な生活習慣の維持に向けたモチベーションアップに

つながるような機会となるようプログラム内容等を工夫すること。ただし、参加者全体の日頃の活動量の向上等には十分に注意を払った上で運動内容を企画することとし、当日は十分なウォーミングアップを行った後、実施すること。

なお、口腔機能向上（唾液腺マッサージや口腔体操等）や栄養改善（食生活に係る講義等）、フレイルチェック、その他、介護予防に係る知識習得のための講義を実施する回を3回以上実施すること。

（委託内容）

第7 介護予防教室運営業務委託の内容は次のとおりとする。

- (1) 受注者は、事業の実施にあたっては事前に市と協議し、実施後実施内容を報告すること。なお、受注者にて医療専門職※1を手配しない回においては、状況に応じて、発注者である盛岡市が医療専門職を手配し教室開催時間の一部において講話等（実施例：教室冒頭に講話、休憩中に健康相談コーナーを開設）を行う。

※1 医療専門職とは、医師、歯科医師、薬剤師、保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士を言う。

- (2) 受注者は、教室の周知、参加者の申込受付、連絡調整及び問い合わせ対応等を行うこと。
- (3) 教室の企画、会場準備、受付、教室開催、撤収等を行うこと。なお、初級編については、市が準備した目標設定シートを活用することとし、次に掲げる内容を実施すること。

ア 初めて教室に参加する方に対し、介護予防教室への参加を通じて達成したい目標を設定してもらい、当該シートへの記入を促す。

イ 記入後、当該シートを回収し、次回の教室開催時まで保管する。

ウ 次回の教室開催時、保管していた当該シートを本人に返却し、振り返り等の記入を促し、再び回収した上で、次回の教室開催時まで保管する。

エ 最終回の実技等全プログラム終了後、当該シートへ今後の目標等の記入を促す。

また、初級編の受託者は次の内容に留意すること。

オ 参加者が要支援及び要介護状態になることをできる限り予防し、自立した活動的な生活が送れるよう支援すること。

カ すでに要支援及び要介護状態になっている方や閉じこもり、認知機能の低下、うつ状態の方等も対象とする事業であることを踏まえ、教室内容を企画すること。

- (4) 次に掲げる報告書等を月ごとにまとめ、教室を開催した日の属する月の翌月15日（3月分については令和8年3月31日）までに市（盛岡市保健福祉部長寿社会課）に提出すること。

ア 実施状況報告書：1部

イ 参加者名簿：1部

ウ 参加者に配布した資料：1部

- (5) 発注者からアンケートの配布・回収等の依頼があった場合は、対応すること。

（委託方法）

第8 介護予防教室運営業務委託については、次の方法で実施することとする。

- (1) 市の入札参加者資格者名簿に運動教室等の分類が無いことから、広報等により受注者を公募し第10に掲げる申請書等を提出させることとする。
- (2) 選定委員会が企画書等の内容の審査を実施し、優れた企画を提出した団体を受注者とする。

（受注申請の資格）

第9 介護予防教室運営業務委託は、介護保険法の趣旨を理解し、介護予防事業について実績がある団

体であり、かつ、団体又はその代表者が次のいずれにも該当しない、盛岡市に事務所等を有する法人その他の団体に委託することとする。

- (1) 地方自治法施行令（昭和22年政令第16号）第 167条の 4 第 1 項に該当するもの。
- (2) 盛岡市競争入札参加資格者に対する指名停止基準による指名停止を現に受けているもの。
- (3) 直近の 2 年度分の盛岡市に納付すべき法人市民税、固定資産税、都市計画税若しくは直近 2 事業年度分の法人税又は消費税及び地方消費税を滞納しているもの。
- (4) 会社更生法（平成14年法律第 154号）第17条の規定による更生手続開始の申立てがあるもの又は民事再生法（平成11年法律第 225号）第21条の規定による再生手続開始の申立てがあるもの。
- (5) 法人の場合は、法人の役員（非常勤役員を含む。）又は営業所等の代表者、その他の団体の場合は、団体の代表者、理事等（法人の場合の役員又は営業所等の代表者と同様の責任を有する者を含む。）のうち、暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律（平成 3 年法律第77号）第 2 条第 6 号に規定する暴力団員（以下この項において「暴力団員」という。）又は暴力団員でなくなった日から 5 年を経過しない者があるもの。
- (6) 暴力団員又は暴力団員でなくなった日から 5 年を経過しない者がその事業活動を支配する者。
- (7) 暴力団員又は暴力団員でなくなった日から 5 年を経過しない者をその業務に従事させ、又はその業務の補助者として使用する者。

（受注の申請）

第10 介護予防教室運営業務委託の申請は、申請書（様式第 1 号）に次に掲げる様式を添えて行うこととする。

- (1) 申立書（様式第 2 - 1 号）
- (2) 申請する役員等団体名簿（様式第 2 - 2 号）
- (3) 団体概要書（様式第 3 号）
- (4) 企画書（様式第 4 - 1 号）
- (5) 圏域別企画書（様式第 4 - 2 号）
- (6) 委託料積算書（様式第 5 号）
- (7) その他必要と認めた関係資料

（事業の委託の決定）

第11 第10の申請があったときは、その内容を審査し、介護予防教室運営業務を委託することが適当と認めたときは、別に定める介護予防教室運営業務委託決定通知書により当該申請団体に通知するとともに、別に定める契約書により委託契約を締結するものとする。

（安全管理）

第12 事業の実施に当たっては、参加者の安全管理に万全を期するとともに次の事項に留意すること。

- (1) 利用者の体調管理等
事業参加者の体調等に十分配慮し実施すること。
- (2) 安全管理マニュアルの整備
事故発生時の対応を含む安全管理マニュアルを整備し、従事者に周知すること。
- (3) 緊急時の対応
事業参加者に十分目が行き届くよう適正な人員配置をし、事業参加者の体調不良や事故等の緊急時に対応できるようにすること。
- (4) 事故発生時の対応

事業参加者に対するサービスの提供により事故が発生した場合は、市、事業参加者の家族、事業参加者の介護予防支援又は介護予防ケアマネジメントを行う地域包括支援センターに連絡を行うとともに、必要な措置を講じること。

(5) 緊急時及び事故発生時の記録

事業者は、前項の事故の状況及び事故に際して取った処置について記録すること。

(6) その他

受注者は、利用者に対するサービスの提供により賠償すべき事故が発生した場合は、損害賠償を速やかに行わなければならない。事故発生時に係る傷害保険等に係る経費等は受注者の負担とする。損害賠償に対応するため、受注者の負担において保険に加入すること。

(留意事項)

第13 契約を締結した団体が留意する事項は次のとおりとする。

- (1) 高齢者の保健事業と一体的に実施する。
- (2) 介護予防教室の内容は、参加者の平均年齢が70歳を超える状況にあることから、後期高齢者・要支援者でも行えるレベルの体操などとする。なお、参加受付は事前に行うものとする。
- (3) 事業の効果的な実施及び参加者の安全を確保できる人員を配置すること。
- (4) 個人の趣味を助長するものではないこと。
- (5) 受注者における教室の参加者募集に際しては、可能な限り広範な周知ができる方法によること。
- (6) 市の事業であることを常に念頭において、公平な運営を行うこととし、特定の参加者等に有利あるいは不利になる運営をしないこと。
- (7) 参加者の意見を随時運営に反映させ、参加者の満足度を高めること。
- (8) 企画書、委託料積算書に基づき適正に運営を行うこと。
- (9) 当該業務及び法人・団体等に関する法令等の遵守が十分に確保され、かつ、個人情報適正に管理される体制を整えること。
- (10) 参加者の怪我等に備える傷害保険等に加入すること（実費徴収できるものとする。）。
- (11) 教室の開催に当たっては、感染症等への対策を十分講じること。

(契約の解除)

第14 市長は、受注者がこの要項に定める事項に反するなど、事業を行わせることが不相当と認めたときは、契約を解除することができる。

(補足)

第15 この要項に定めるもののほか、事業の実施に関して必要な事項は別に定める。

(施行期日)

第16 この要項は決裁の日から施行する。