

---

## 第 1 章 事業の概要

---

### 1 委託業務名称

盛岡市介護予防教室運営業務委託

### 2 契約期間

契約締結日の翌日（令和 8 年 4 月上旬予定）から令和 9 年 3 月 31 日（水）

### 3 事業の目的

閉じこもりがちな高齢者等を始めとする全ての高齢者が、どんな状態であっても、支援を受けながら自分らしく主体的に生活することができるよう、定期的にフレイル予防、介護予防等に資する教室を開催することにより、地域の人と交流の機会を持つことで、認知機能や生活全般の活性化を図る。

また、本事業の参加をきっかけとして外出の機会が増えるなど、高齢者が要支援、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を送ることができるよう支援する。

### 4 対象者

65歳以上の盛岡市民（なお、要支援、要介護認定者も参加可とする。）

### 5 実施内容

受注者は介護予防教室（以下「教室」という。）開催地域や参加者のニーズを把握し、本事業の目的に沿った①体操・運動、②認知症・うつ予防、③食事・栄養、④口腔機能、⑤聴覚機能、⑥フレイルに関する講話や実習等を取り入れた介護予防等に資するプログラムを実施する。

なお、参加者の身体機能等の状態により、初級編・中級編に分けて教室を開催する。

#### (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、参加者全体の運動能力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。

## 6 開催会場及び開催時間

教室開催の時間は、60分～90分を目安とするが、1回当たりの定員※1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。）開催すること。なお、開催時間には、会場準備、受付、撤収等に必要な時間も含まれる。

※1 受託者は、初回の教室開催前に、市が準備した会場の収容人数等を確認し、教室1回当たりの定員を定め、令和7年4月10日までに市に報告すること。

### (1) 初級編

会場ごとにおおむね週1回開催（全19回）、開催日程により前期と後期に分ける。

#### 【前期】

委託No.	圏域	施設名、会場及び時間	6月	7月	8月	9月	10月	11月
①	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		
②	米内・山岸	愛宕山老人福祉センター	2	7	4	1	6	10
		機能訓練・運動室	9	14	18	8	20	17
		毎週火曜日	16	28	25	15		
		13時30分～15時	23			29		
			30					

③	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	
④	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	
⑤	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	

【後期】

委託No.	圏域	施設名、会場及び時間	10月	11月	12月	1月	2月	3月
⑥	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
⑦	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
⑧	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
⑨	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
⑩	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

(2) 中級編

会場ごとにおおむね月 1 回開催（全10回）とする。

ア 委託No. ⑪

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 委託No. ⑫

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 委託No. ⑬

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

## 7 委託内容

- (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。

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。

## 8 募集团体数

6の表中、委託No. ①から委託No. ⑬の13箇所について、各1団体募集する（同一団体による複数箇所の応募も可。）。ただし、初級編に係る委託に応募する場合、少なくとも前期（委託No. ①～⑤）及び後期（委託No. ⑥～⑬）から1つずつ計2箇所の応募を原則とする。

## 9 委託料等

(1) 委託料は次の額を上限とする。なお、次の金額には消費税及び地方消費税額を含む。

委託No. ①	468,160円	委託No. ⑧	468,160円
委託No. ②	468,160円	委託No. ⑨	468,160円
委託No. ③	468,160円	委託No. ⑩	468,160円
委託No. ④	468,160円	委託No. ⑪	246,400円
委託No. ⑤	468,160円	委託No. ⑫	246,400円
委託No. ⑥	468,160円	委託No. ⑬	246,400円
委託No. ⑦	468,160円		

(2) 委託料については前金払いを可とする。なお、前金払いの金額等については、委託契約の中で取り決めることとする。

(3) 対象経費は講座運営に必要な経費とする。ただし、器具備品の購入は対象外経費とする（必要な器具備品の機材等はレンタル等で対応すること。）。

(4) 対象経費について、他の経費と区分して経理管理すること。

(5) 本事業について、国・県・市町村又は、その他の団体等から補助金等を受けないこと。

### 1 応募資格

- (1) 盛岡市に事務所等を有し、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。
- (2) 団体又はその代表者が次のいずれにも該当しないこと。
  - ア 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
  - イ 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
  - ウ 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
  - エ 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
  - オ 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、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
  - カ 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
  - キ 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

### 2 失格事由

次のいずれかに該当した場合は、審査・選定の対象から除外する。

- (1) 審査・選定に関する不当な要求等を申し入れた場合
- (2) 提出書類に虚偽の記載があった場合
- (3) 受付期間内に提出書類等が提出されない場合
- (4) 本応募要領に違反又は著しく逸脱した場合
- (5) その他結果に影響を及ぼすおそれのある不正行為を行った場合

### 3 応募書類

- (1) 申請書（様式第1号）
- (2) 申請資格を有していることを証明する書類
  - ア 法人登記簿の謄本（法人の場合のみ）
  - イ 定款又は寄付行為（法人以外の団体にあつては、これらに相当する書類）
  - ウ 地方自治法施行令第167条の4第1項の規定に該当しない旨を記載した申立書（様式第2-1号）
  - エ 直近2事業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若しくは消費税及び地方消費税の納税証明書又は納税義務がない旨及びその理由を記載した申立書（様式第2-1号）

オ 申請する団体の役員等名簿（様式第2－2号）

※ 提出された役員等名簿に基づき、1申請資格(2)のオからキの応募資格の有無について、警察署へ照会する場合がある。

(3) 団体概要書（様式第3号）

※ 事業内容のパンフレット等団体の概要が分かるものを添付すること。

(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) 団体の経営状況を説明する書類

ア 前事業年度の収支損益計算書又はこれらに相当する書類

イ 前事業年度の貸借対照表及び財産目録又はこれらに相当する書類

#### 4 質問等

応募方法、応募資格、教室の内容等について質問がある場合は、質問書を令和8年2月20日

（金）午後17時までにメール又はファックスにより提出すること。提出を受けた質問に対する回答は、市公式ホームページにおいて公表する。

#### 5 応募受付期間等

(1) 提出期間

令和8年2月18日（水）から令和8年2月25日（水）までの午前9時から午後5時45分（郵送も可とするが期限必着とする。郵送以外の場合は、土・日曜日及び祝日法に規定する休日を除く。）に**第2章3**の書類を提出すること。

(2) 提出部数

正本1部、副本8部の計9部

#### 6 選考

申請書類及び聴き取りによる審査により選考する。聴き取りによる審査は、令和8年3月11日（水）に実施予定だが、開催場所等は応募者に後日連絡する。なお、聴き取り審査当日は、団体等の代表者又は代表者の代理人に加えて関係者1名が出席すること（聴き取りによる審査は、公開で行われるが、この審査に申請者として出席する方は、他の申請者の審査を傍聴することはできない。）。

また、委託上限は1団体につき初級編及び中級編を合わせて計5箇所までとし、第2章3(1)の申請書（様式第1号）に記載された希望順位の順に決定する。ただし、1団体のみの応募である箇所については、希望順位にかかわらず、当該団体が審査の結果適当と認められた場合は、当該団体に決定するものとし、なお5箇所に足りない場合は希望順位の順に計5箇所まで決定する。なお、1団体において、1団体のみの応募である箇所が6箇所以上ある場合は、委託上限にかかわらず、当該団体に決定する。

## 7 選定基準

委託料に係る積算額が、第1章9(1)に定める上限額を超えないこととし、次の各号に掲げる基準によるものとする。

- (1) 介護予防事業に関する理解が十分にあること。
- (2) 高齢者による地域活動を含む社会参加活動に対して明確な考えがあること。
- (3) 事業目的に合致した企画運営が行われること。
- (4) 事業実施上の条件が満たされ、事業計画の履行が確保されていること。
- (5) 事業を円滑に管理・運営するために必要な組織体制が整っていること。
- (6) 民間の特性が発揮されていること。
- (7) 当該業務および法人・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が適正に管理できる体制が整っていること。

## 8 選定結果の通知及び公表

選定結果は、申請者全員に通知するとともに公表する。ただし、公にすることにより、申請者の権利、競争上の地位その他正当な利益を害するおそれのある事項は、公表しないものとする。

## 9 応募書類・質問書の提出及び問い合わせ先

盛岡市 保健福祉部 長寿社会課 地域ケア係（盛岡市役所本庁舎5階）

〒020-8530 盛岡市内丸12番2号 担当：民部田（みんぶた）

電話 019-613-8144（直通）/FAX 019-653-2839

e-mail: chouju@city.morioka.iwate.jp

## 10 留意事項

- (1) 申請に関して必要となる費用は、申請者の負担とする。
- (2) 申請に当たって提出した書類の提出期限後における差替え及び再提出は認めない。
- (3) 申請に当たって提出された書類は返却しない。
- (4) 申請書類は、情報公開の請求により開示することがある。