

筑紫野市総合保健福祉センタートレーニング健康測定室及び 歩行訓練プール運動指導業務委託仕様書

この仕様書は、筑紫野市総合保健福祉センタートレーニング健康測定室及び歩行訓練プール運動指導業務について、企画提案書作成のために、基本的な仕様を定めたものである。

本委託業務の受託候補者として選定された者と筑紫野市（以下「市」という。）は、協議を行い、受託候補者の企画提案内容にあわせて仕様書を変更の上、契約を締結する。受託候補者が企画提案した内容はすべて実施しなければならないことを基本とするが、市が不要と判断したものは実施しない場合があることに留意すること。

1. 業務名

筑紫野市総合保健福祉センタートレーニング健康測定室及び歩行訓練プール運動指導業務

2. 目的

市民に各自の健康、体力度にあった適切な運動指導を行うことにより、運動の習慣化を図り、市民一人ひとりが、健康への関心を高め健康づくりの実践に結びつけることができるように導く。
また、運動の実践によって生活習慣病の発症や重症化予防及び介護予防を図ることで、生活の質の向上ひいては健康寿命の延伸に寄与する。

3. 業務概要

- (1) 委託場所 筑紫野市総合保健福祉センター「カミーリヤ」内
2階トレーニング健康測定室、1階歩行訓練プール及び更衣室
住 所 筑紫野市岡田三丁目11番地1（カミーリヤ内）
- (2) 対 象 者 18歳以上の市民（市外居住者の利用可）
※安全かつ自立して運動を実践することができ、指導員の指示内容を理解することができる者
- (3) 委託期間 令和8年4月1日から令和11年3月31日まで
休 日 毎週月曜日、年末年始（12月28日から1月4日まで）
※業務その他の事情により不定期に開室及び閉室する必要がある場合は、市と協議の上実施する。
- (4) 業務時間及び利用時間
業務時間：火曜日～金曜日 8時30分～19時30分
土曜日～日曜日、祝祭日 8時30分～17時30分
利用時間：火曜日～金曜日 9時00分～19時00分
土曜日～日曜日、祝祭日 9時00分～17時00分

4. 職員の配置基準

職員の配置人数等については、(1)～(4)を遵守したうえで、受託業務を安全かつ効率的、効果的に運営をすることができるよう配慮して配置すること。

- (1) トレーニング健康測定室は、利用者の多い9時から17時までの時間帯は、運動指導を担当する者を最低2名は常駐させること。
- (2) 歩行訓練プールは、最低1名以上の指導員を常駐させること。

- (3) 集団運動指導、特別企画事業等を行う際には、必要に応じて別途に配置を行うこと。
- (4) 全般的な監督の任にあたる現場責任者を1人定め、週3日（1日8時間）以上の勤務とすること。
なお、現場責任者の異動については、事前協議の上実施すること。

5. 業務従事者の資格要件

(1) 現場責任者…次の①～④を満たすものとする

- ①受託者の常勤職員であり、健康運動指導士の資格を有する者であって、運動指導の実務経験が5年以上である者。
- ②成人及び高齢者を対象とした運動指導の実務経験があり、健康づくり、生活習慣病予防改善及び介護予防のための運動指導業務を効果的かつ安全に遂行できる者。
- ③委託業務の企画、円滑な運営、評価・分析を的確に実施することができる者。
- ④従事する職員の指導監督及び市との連絡調整等を適切に実施することができる者。

(2) 指導員…次の①～⑤を満たす者とする

- ①健康運動指導士又はこれと同等以上の資格を有する者。なお、同等以上の資格とは次の資格を指す。ただし、列挙している資格以外の場合は、市と協議の上、決定すること。
【資格】健康運動実践指導者、保健体育教諭、理学療法士、作業療法士
- ②生活習慣病予防、介護予防の理論を学び、医学的、運動生理学等の基礎知識を習得している者。
- ③個人の体力や疾患を考慮した個別運動指導及び集団運動指導を安全かつ効果的に遂行できる者。
- ④事故等が発生した場合は、適切かつ迅速に応急処置を行うことができる者。
- ⑤運動機器を使用した運動指導の方法や、運動機器の日常の点検及び管理方法等について習得している者。

(3) その他

- ①勤務中清潔な服装を着用し、名札を胸に付け、言語、態度に注意し、利用者に対して不快、不信の念を与えないように接客渉外活動に臨むこと。
- ②公の施設を運営する当事者としての自覚のもと、利用者に対して適切な指導を行うとともに、常に安全管理に努め、事故防止を図らなければならないこと。また、利用者の異常や不慮の事故が起きた場合には責任を持って救急処置を講ずるとともに市や関係機関等と連絡を取り早急な対応を行うこと。
- ③3年に1回救命救急講習を受講し、AEDについて取り扱いを習熟すること。
- ④業務上知り得た個人情報、他に漏らすことがないよう、厳重に取り扱うこと。
- ⑤苦情が発生した場合は誠意をもって対応し、速やかに市に報告した上で、7日以内に再発防止策を書面にて提出すること。

6. 共通事項

(1) 初回の運動指導

初回利用者が安心して利用ができるよう、次の内容について初回指導を実施すること。ただし、「7 運動指導に関する主な業務（1）新規利用者増加に向けた普及啓発及び継続的な利用の支援」のうち、①～④の業務を除く。

・会員登録手続き

新規利用者には登録手続きを行い、以降は、1年毎に登録内容の更新を行うこと。

本人確認書類と照合し、氏名、性別、生年月日、年齢、住所、医療保険の種類の記載内容に誤りがないか確認すること。

※最終利用日から1年を経過した利用者については、登録情報を削除し、利用再開した場合は、再度新規で会員登録すること。

- ・基礎疾患や体調、運動機能障がい等の聞き取り、国保加入の有無（問診）、介護認定の有無（問診）
- ・施設利用や運動機器等の使用方法の説明
- ・過去1年以内の健康診査結果の確認（確認できない場合は、健康診査の受診を促すこと。）
- ・身体計測（身長、体重、腹囲）、血圧測定
- ・体組成成分測定の実施

※初回指導の際に利用者の健康状態に問題があると判断した場合は、運動の遂行における主治医からの助言を求めるとともに、医療機関の受診を勧めるものとする。また、同意書による本人からの同意を取ることとする。

（2）データ管理

利用者ごとに次の必要項目を蓄積して電子データにて管理すること。電子データについては、いかなる事態が発生した場合でも復元可能な状態にするために、毎日外部媒体にバックアップを保存すること。なお、市にデータを提供する際には、1人に対して唯一のIDを付番し、年度ごとに、最新情報を一行に並べて提供すること。

＜必要項目＞

・基礎情報

ID、氏名、フリガナ、性別、生年月日、年度末年齢、住所、連絡先、緊急連絡先、医療保険の種類（市国保加入の有無）、運動時に注意が必要な事項、現在の運動状況、民間の運動施設の利用状況、最終利用日、市内利用者には市が提供する管理用番号

・身体情報

測定日、身長、体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、腹囲、血圧等

※体力測定会参加者については、追加で最大酸素摂取量（ml/kg/分）、握力、開眼片足立ち、30秒立ち上がりテスト等の測定結果の情報も管理すること。

・トレーニング健康測定室及び歩行訓練プールの月ごとの延利用回数

（3）トレーニング健康測定室や歩行訓練プールの設備や機器の管理

- ・使用する設備や機器及び機器の点検、清掃を定期的実施し、常に良好な状態を保持すること。
- ・設備の危険箇所や機器の不具合・異常等があった場合は、速やかに市に報告するとともに、関係機関と連絡を取り対応を行うこと。

（4）歩行訓練プールの更衣室等の環境整備

簡易な清掃やバスタオル等の交換、洗濯を行い、利用者が気持ちよく利用できる環境づくりに努めること。

（5）広報・啓発活動

- ・市民の健康づくり意識を向上させるよう、広報活動や啓発活動に努めること。また、市の広報誌、その他参加募集のチラシ等の原稿を作成し、提供すること。
- ・健康の保持増進・介護予防につながるよう、自宅で活用できる媒体を作成し、市に提供すること。

と。

(6) 事業計画・報告書の作成

- ・翌年度の年間計画書及び月間計画書を毎年度12月末までに提出すること。その他、新規企画を提案する際には計画書を提出し、市の許可のもとに実施すること。
- ・日報及び月報を別表1のとおり作成し提出すること。また、毎月連絡会を開催すること。連絡会の回数が増減する場合は、市と協議の上、決定すること。
- ・年報を事業ごとに指定された部数を作成して別表1のとおり提出すること。その際、体力測定や身体状況（体重・体脂肪率・筋肉量・血圧等）の変化などの科学的データに基づいた評価及び今後に向けての課題提案を行うこと。

(7) 利用者の施設使用料の取り扱い

- ・施設使用料は、利用者各自がカミリーヤ1階ロビーに設置している券売機で購入した券を受託者が回収することとする。
- ・歩行訓練プール利用においては、利用者からロッカー鍵の提示を受け、目視確認を行うこと。
- ・受託者は、回収した利用券をまとめて、業務日誌と一緒に市へ提出を行うこと。

(8) 安全対策

- ・受託者は、利用者の急な病気、怪我等に対応できるように、救急対応マニュアルを作成し、市に提出すること。

(9) 65歳以上の者の運動時の注意事項

- ・高齢者の運動時には、個々の疾患や体調の変化に注意し、安全に運動実施ができるよう配慮すること。
- ・高齢者に必要な筋力向上や転倒予防等、個々の体力レベルに合った効果的な運動を積極的に取り入れること。
- ・高齢者について、運動を通して生きがいや仲間づくりに結びつくよう個別指導と併せ、集団指導の企画を作り積極的な働きかけをすること。
- ・高齢者支援課の保健師等と連携を図り、認知機能の低下や利用中断者で気になる高齢者等の情報を適時、情報提供すること。

7. 運動指導に関する主な業務

(1) 新規利用者増加に向けた普及啓発及び継続的な利用の支援

①体力測定

対 象 者：基本健康診査や特定健康診査、後期高齢者健康診査等の健康診査を受診した者で、今後本格的に運動を始めたいと考えている市民や、運動により生活習慣の改善を図る必要がある市民

対象人数：1回あたり60人程度

実施回数：カミリーヤで年6回・地域のコミュニティセンターのいずれかにおいて年2回以上とし、実施日は市と協議の上、決定する。

配置人員：実施に必要な人員を確保すること

測定項目：

<必須項目>

(a) 問診、血圧測定

(b) 体組成測定（身長、体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、基礎代謝量等）

※体組成測定器については、受託者で確保すること。

(c) 運動機能検査（筋力、柔軟性、敏捷性、バランス能力等）

(d) 結果説明（測定結果の説明と個々人に応じた運動プログラムの提案・指導）

※結果説明は後日、日程を設けて実施すること。

<追加項目>

・上記のほか、有効と考えられる測定については追加項目として実施できるものとする。ただし、市と協議の上、決定すること。

・日程によって市の健診結果個別説明会と連携して実施する場合もある。ただし、その際は市と協議の上、実施すること。

② 18歳以上を対象とした運動指導セミナー

多目的ホールや屋外ウォーキングコース等を活用し、有酸素運動やストレッチ、筋力トレーニング等の講話及び運動体験を組み合わせたセミナーを月1回以上開催すること。

③ 65歳以上を対象とした老人福祉センター内の健康体操等の指導

老人福祉センター利用者を対象に、老人福祉センター開館時間内において、週4回以上、1回あたり15分間の、安全で簡易な健康体操等を行うこと。

なお、実施にあたっては、より多くの利用者が参加できるように実施内容や時間帯、周知等の工夫を行うこととし、必要時は高齢者支援課と協議を行うこと。

④ ふくおか健康ポイントアプリの活用

スマートフォンを持つ利用者に対し、市が提供した登録マニュアルを参考に、日常生活における運動習慣が継続できるよう、ふくおか健康ポイントアプリの登録及び利用を促すこと。

⑤ 新規利用者及び利用中断者への支援

・運動初心者が利用しやすい環境づくりを行い、継続的な利用につながるよう支援を行う。一定期間、本事業を利用したことにより、運動実践の習慣化が身についた者については、家庭や地域等での自立や継続に向けた運動指導を行う。

・2ヶ月以上利用がない者については、トレーニング健康測定室の利用促進や再開を促す架電を実施すること。電話が繋がらない者については、曜日・時間帯を変えて3回以上架電を実施すること。また、架電日、対応結果、利用意向、今後の利用予定がない者についてはその理由を、電子データにて管理すること。なお、未利用の理由については、データを集計・分析し、分析内容を市へ報告するとともに、事業運営に活かすこと。

(2) トレーニング健康測定室内及び歩行訓練プール内における個別運動指導

① 個々の体力や健康状態、利用者の目的に合った個別運動メニューを処方し、運動指導を行うこと。

個別運動メニューの処方にあたっては、身体計測や血圧測定、体組成測定等を実施し、安全で効果的な処方に努めること。

② 6ヶ月～1年ごとに体重や体脂肪率、筋肉量、血圧、腹囲等による身体状況の変化について資料を作成し、個人へ還元すること。また、測定の結果を基に個別運動メニューの評価・見直しに努めるとともに事業評価等の指標として反映させること。

③ 運動機能障がい等の理由により測定が実施できない場合は、実施可能な項目へ変更するなど、本人の目的や身体状況に合わせて対応すること。

- ④利用者の利用状況については個人毎に帳票を作成し、管理すること。
- ⑤利用者の体重や血圧については利用の度に測定を行い、測定結果を電子データにて管理すること。

(3) 18歳以上を対象としたトレーニング健康測定室や歩行訓練プールにおけるミニレッスン
カミーリヤ内の他スペース（場合によってはトレーニング健康測定室内のフリースペース）において、有酸素運動やストレッチ、筋力トレーニングを取り入れた楽しく運動実践できるプログラムまたは体力レベルに合わせて参加しやすい運動強度別プログラムを企画し、提供すること。
また、歩行訓練プール内において整形外科疾患予防や運動強度別プログラムを企画し、提供すること。
なお、各プログラムの時間や回数、内容については市と協議の上、決定する。

(4) 40歳以上74歳以下の市国民健康保険被保険者に対する生活習慣病の発症・重症化予防に関する支援

対 象 者：市が情報提供をする40歳以上74歳以下の市国民健康保険被保険者で、特定健康診査を受診した結果、特定保健指導対象者に該当または生活習慣病の発症もしくは重症化のリスクがある者で、継続的な運動による生活改善が必要とされる者

方 法：市の健診結果個別説明会の日程に合わせて、体組成分測定等を組み合わせ、運動指導を行う。また、測定結果の説明やトレーニング健康測定室の利用説明、市の健康増進事業の案内等を行う。

対象人数：市と協議の上、決定する。

実施回数：土日を含めて年間40回を上限とし、実施日は市と協議の上、決定する。

測定内容：体組成分測定、体力測定、血管年齢測定、骨密度測定

測定を実施した者の情報については、電子データで次の必要項目を管理すること。

(a) 共通情報

名前、フリガナ、性別、生年月日、年度末年齢

(b) 体組成分測定

身長、体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、基礎代謝量

(c) 体力測定会

身長、体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、最大酸素摂取量 (ml/kg/分)、握力、開眼片足立ち、30秒立ち上がりテスト等

そ の 他：市が保健指導を行う者で、トレーニング健康測定室の未登録者については、トレーニング健康測定室の空き状況に応じて、無料券によるトレーニング健康測定室のお試し利用を促すこと。

(5) 18歳以上の健康診査受診者で生活習慣病リスクが高い者への生活習慣病の発症・重症化予防に関する集団教育支援

対 象 者：市が情報提供をする18歳以上の者で、健康診査を受診した結果、生活習慣病の発症もしくは重症化のリスクがあり、継続的な運動による生活改善が必要とされる者

方 法：集団健康教育にて、参加者に生活習慣改善のための最適な運動指導を行う。また、体組成分測定やトレーニング健康測定室の利用促し等を行う。

対象人数：1回の教室の参加者30人程度

実施回数：カミーリヤで年3回・地域のコミュニティセンターのいずれかにおいて年3回以上とし、実施日は市と協議の上、決定する。

(6) 後期高齢者医療被保険者（主に75歳以上）へのフレイル予防に関する支援

対 象 者：75歳以上の者

方 法：新規会員登録時と1年毎の登録更新手続き時に、後期高齢者健康診査質問票（15項目）を取り、市保健師・管理栄養士と連携し、年齢や身体状態に合わせた内容・方法で運動指導を行うこと。聴取後は、質問票の写しを市へ提出すること。また、市が保健指導を行った者で、トレーニング健康測定室の利用希望者については、トレーニング健康測定室の利用調整後、無料券によるトレーニング健康測定室のお試し利用を促すこと。

8. 事業の実施内容に係る評価・分析業務

(1) 利用者情報の管理データを活用し、市が提供する健診・医療・介護データと合わせて、次のとおり運動による利用者の身体的変化や事業全体の評価を行うこと。

- ①利用者情報（利用者の基礎情報や運動履歴、体重、BMI、腹囲、血圧等の情報管理）
- ②利用状況の集計（市国保加入の有無、年代、性別、曜日、時間帯など様々な条件で集計）
- ③体力測定や体組成成分測定結果（身長、体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、最大酸素摂取量（ml/kg/分）、握力、開眼片足立ち、30秒立ち上がりテスト）等）
- ④運動指導効果分析（運動指導前後での身体状況の変化（体重・体組成成分測定結果・血圧、腹囲等）及び運動指導の有効性や事業内容を評価する。
- ⑤歩行訓練プールの利用者については、アンケートを用いた主観的指標（膝や腰痛等の度数の変化や活動量の変化等）及び客観的指標（ロコモティブシンドローム・サルコペニア・フレイルの度合いのチェックや筋力・柔軟性等の変化、基本チェックリストや後期高齢者健康診査質問票（15項目）等）にて評価・分析を行い、電子データで管理すること。また、その結果を市へデータや文書で報告すること。

(2) 評価・分析業務において、第三者に委任し、または請け負わせ（以下、「再委託」という。）ようにするとき、あらかじめ書面により市の承認を得ること。

(3) 市の承認を得て第三者に再委託する場合、受託者は、当該第三者に対し本仕様書に記載された事項を遵守する義務を負わせるとともに、当該第三者の行為については受託者が責任を負うこと。

9. その他

(1) 損害賠償保険

- ①受託者は、本業務遂行に当たって生ずる損害賠償請求又は求償権行使に備え、賠償責任保険に加入すること。なお、加入した保険証書の写しを指定した日までに提出すること。加入する保険の内容は、対人1名1事故1億円以上・治療費全額支給、対物1事故500万円以上とすること。
- ②人身事故並びに建物及び付帯設備等に破損、事故等の箇所を発見した際は、直ちに文書で報告すること。

(2) 情報セキュリティに関すること

個人情報データ及びその他のデータのやり取りは、データにパスワードを設定した状態で、CD-Rで納品すること。納品する記録媒体については受託者が用意すること。

委託業務が終了した場合は、受託者がもつ事業に関する個人情報及びその他の情報資産は、市立ち合いのもと、適切に廃棄すること。

情報セキュリティポリシーが遵守されず、情報セキュリティインシデントが発生した場合は、受託者が損害賠償を負うものとする。

(3) その他

- ①市は、業務上必要な施設及び備品を提供するほか、光熱水費及び消耗品費について負担する。
- ②市は、受託者が持ち込むトレーニング機器等のうち業務上必要と認める物については、協議の上、使用料を支払うものとする（委託料に含む）。なお故障時の修理代金については受託者が負担するものとする。
- ③電話・ファックス等の機器の設置及び使用料の支払いは受託者で行うこと。
- ④市が実施する健康づくりイベントには、可能な範囲内で積極的に協力するものとする。
- ⑤委託期間が終了する際は、業務が滞らないように次期受託者と連携し、十分に事務引継ぎを行うこと。事務引継ぎに最低限必要な事項は、登録・利用者情報（氏名、フリガナ、性別、生年月日、年度末年齢、住所、連絡先、緊急連絡先、医療保険の種類（市国保加入の有無）、身体的情報や運動時に注意が必要な事項、利用状況等利用者から収集した情報はすべて）、事業実施方法（予約や受付の方法、各事業の使用物品、物品の使用方法及び点検のあり方、実施の流れやスタッフの指導内容等）、今までの登録・利用者の健診・医療・介護データの分析方法及び結果等とする。また、市及び次期受託者が利用可能なデータ形式にて引き渡しを行うこと。
- ⑥市の介護予防事業で使用する際は、運動器具等の提供に協力すること。
- ⑦その他、仕様書に定めのない事項及び疑義が生じた場合は、市と協議の上、決定するものとする。

別表 1

	報告内容の提出及び注意事項
日報	①1日の市内・市外の利用者状況統計 ※時間別・性別・国保加入の有無 ※年齢別は、10代、20～24歳、25～29歳、30～34歳、35～39歳、40～44歳、45～49歳、50～54歳、55～59歳、60～64歳、65歳～69歳、70～74歳、75歳以上で分けて出すこと。 ※年齢は年度末年齢とする。 ②事業内容ごとの参加人数や実施内容の報告 ③連絡事項等 ④翌日に提出。(ただし、金曜日・土曜日・日曜日分は火曜日に提出。ただし火曜日が祝日の場合は火曜日以降の平日に提出。)
月報	上記日報の内容を月ごとにまとめ、電子データにて翌月5日までに市へ提出すること。
年報	①年間の市内・市外の利用者状況統計 ※時間別・性別・国保加入の有無 ※年齢別は、10代、20～24歳、25～29歳、30～34歳、35～39歳、40～44歳、45～49歳、50～54歳、55～59歳、60～64歳、65歳～69歳、70～74歳、75歳以上で分けて出すこと。) ※年齢は年度末年齢とする。 ②事業内容・事業評価及び課題分析をまとめること。 ③利用者の健診・医療データの分析結果を報告すること。 ④翌年5月末までに冊子及び電子データにて市へ提出すること。 ただし、受託終了年度の報告については、年度末に業務終了次第、翌年4月上旬までに速やかに市へ報告書を提出すること。
その他	①市民からのトレーニング健康測定室や歩行訓練プールに関しての意見・苦情等があれば、その内容とスタッフの対応についてまとめた報告書を提出すること。(様式は問わない・随時提出) ②会員登録票(翌日に提出。(ただし、金曜日・土曜日・日曜日分は火曜日に提出。ただし火曜日が祝日の場合は火曜日以降の平日に提出。)) ③後期高齢者健康診査質問票の写しを提出(翌日に提出。(ただし、金曜日・土曜日・日曜日分は火曜日に提出。ただし火曜日が祝日の場合は火曜日以降の平日に提出。))