

令和6年度 亀岡市フレイル予防特化型介護予防事業実施業務委託 仕様書

1 業務名

令和6年度 亀岡市フレイル予防特化型介護予防事業実施業務委託

2 業務の目的

高齢者のフレイルを予防するには、低栄養の予防、体力の維持、社会参加、そして口腔機能向上に取り組むことが有効であるとされている。その中でも、積極的に外出し、様々な活動に参加するなど、社会とのつながりが豊かな方が長く健康でいられ、認知症にもなりにくいと言われている。これらのことから、特に社会参加に主眼をおいたフレイル予防特化型介護予防事業を実施し、事業の利用終了後も利用者同士が社会的なつながりを維持し、地域活動などに継続的に参加することをこの事業の目的とする。

3 業務の期間

契約締結日から令和7年3月31日まで

4 業務の内容

(1) 概要

65歳以上の高齢者を対象にしたフレイル状態予防のための連続型介護予防教室を実施する

(2) 対象者

市内の65歳以上の高齢者

(3) 実施内容

亀岡市内において、介護予防拠点となる活動場所を新設し、介護予防に資するプログラムを実施する。

【実施期間】 令和6年8月～令和7年2月のうち、4か月間

【実施会場数】 市内5か所（市街地のうち2か所、中山間部・山間部のうち3か所）

市街地	亀岡地区、大井町、千代川町、篠町、東つつじヶ丘、西つつじヶ丘、南つつじヶ丘
中山間部	曾我部町、吉川町、蔦田野町、馬路町、旭町、千歳町、河原林町、保津町
山間部	東別院町、西別院町、本梅町、畑野町、宮前町、東本梅町

【実施頻度】 週1回程度（1回あたり1.5～2時間程度）

【利用者負担額】 無料（資料代、保険料等の実費負担あり）

【利用者数】 1回会場あたり20人程度を定員とする

【利用者の募集】 市が行う（自治会組回覧等で広報）

ただし、事業者が募集することを妨げない

【利用手続き】 利用希望者が市に参加意思を伝え、初回講座で申込書を提出する。

※活動場所は、団体で確保することとする。ただし、活動場所を自治会等の公共施設とする場合は、質問期間中に健康増進課へ申し出ること。

※（４）事業の目標を念頭におき、実施計画を作成すること。

※実施計画には、（５）プログラムの必須項目をすべて入れること。

○プログラムの効果測定を行う。

※利用者の計測結果を記録・管理し、市へ提出すること（電子データ）。

※利用者へのアンケート等を行い、その結果をとりまとめ、市へ提出すること（紙文書+電子データ）。

※事業実施後、市の事業評価ヒアリングを受けること。

（４）事業の目標

ア 参加者が自らの身体の状態・体力を把握することができる。

イ 参加者が自らの身体の状態から、必要な専門職（理学療法士・作業療法士、柔道整復師、健康運動指導士、歯科衛生士、栄養士等）への相談を行い、指導を受けることにより、現状の維持・改善について学び実践することができる。

ウ 日常生活動作における身体機能の改善を図ることができる。

エ 参加者同士が交流し、新たな社会的つながりを構築することができ、講座の終了後も継続して地域活動などに参加できる。

オ 以上から、心身の状態の改善につながり、生活不活発病及びフレイル状態を予防することができる。

（５）プログラムの必須項目

ア 健康状態の確認

フレイル基準	身体計測	体力測定	基本チェックリスト	その他
健康チェック	○			
体力測定	○	○		
栄養状態の確認	○		○	

