

熊本市げんき体操トレーナー養成事業業務委託 基本仕様書

1 業務名

熊本市げんき体操トレーナー養成事業

2 目的

本市では、高齢者自らの積極的な健康づくりや介護予防への取組を推進するため、地域ニーズに応じた活動の担い手となる人材である「介護予防サポーター」を育成している。介護予防サポーターがそれぞれの地域において自主的に活動できるようスキルアップ等の支援を行うとともに、継続的に活動できる体制を整備することで、介護予防サポーター活動の活性化と自主的な地域活動の推進を図ることを目的とする。

3 履行場所

熊本市

4 委託期間

契約締結日から令和9年(2027年)3月31日まで

5 業務概要

(1)げんき体操トレーナー養成講座の実施

① 対象者

介護予防サポーター 20名程度

② 参加料

無料

③ 期間

8日間程度(1回2時間程度)

④ 内容

受講者が自らの健康増進や介護予防に加え、地域の通いの場で指導を行うために必要な知識・技術の習得を目指す。内容は次の内容を含むものとする。

- ・関節ケアに関すること(関節の構造、痛みの原因、負担軽減の方法等)
- ・転倒予防
- ・姿勢と体にかかる負担
 - ・正しい運動方法と注意点
- ・栄養に関すること
- ・実技

(2)地域の通いの場でのげんき体操教室の開催

① 内容

・(1)受講者が地域の通いの場で指導する「げんき体操教室」の企画・開催。

※(1)受講者3～5名を1グループとし、グループで指導する。

・(2)受講者が実際指導する際の助言・指導

② 回数

1グループにつき2か所程度の通いの場を指導。

1か所の通いの場につき4回程度の指導を実施。(4回×2か所)

③ 注意点

当該事業の実施にあたり、各区福祉課及び高齢者支援センターささえりあ等との連携に努めること。

(3)フォローアップ研修

① 内容

これまでの養成者や今年度(2)受講者を対象にフォローアップ研修を実施。

・プログラムの再確認

・グループワーク(指導時の振り返り、情報共有等)

・新たなプログラムの習得

② 回数

8回程度(これまでの養成者対象:5回、今年度受講者対象:3回)

(4)受講者の募集・管理

① 参加者募集のための広報資料を作成すること。

② 参加希望者の受付・管理をすること。

(5)講座の事前準備及び運営

① 講座会場を確保すること。

※会場については、市と協議のうえ決定する。

② 講座に必要な機材・物品等を準備すること。

(6)修了証等の作成

① 修了証(A4サイズ、辞令賞状用紙)を人数分作成(市長印は市で押印する。)し、講座最終日までに準備すること。

② サポーター証(名刺サイズ、ラミネート加工)を作成すること。

(7) 評価・報告

- ① 受講者に対し、満足度や理解度等に関するアンケートを実施すること。
- ② 「実施報告書」を作成し、高齢福祉課へ紙媒体及びデータで提出すること。

6 秘密の保持

受託者は、個人情報の保護に関する法律(平成15年法律第57号)及び別紙「個人情報の取扱いに関する特記事項」を遵守すること。

7 留意事項

(1) 協議・打ち合わせ

業務の実施にあたっては、適宜、高齢福祉課と協議を行うこと。

(2) その他

本件に関して疑義が生じた場合、または本仕様書に記載のない事項については、委託者と受託者との協議を行い決定するものとする。

8 業務の規模

2,760千円以内(消費税及び地方消費税の額を含む。)