

# 仕 様 書

## 1 業務名称

堺市介護予防「あ・し・た」プロジェクト業務

## 2 業務目的（事業目的）

高齢化の進展に伴い、要介護等認定者数及び介護保険サービス利用者数が伸びており、住み慣れた地域でいつまでも安心して心豊かに暮らし続けられる地域包括ケアシステムを構築する上では、必要な方に必要な支援を行い、元気な状態を維持する高齢者が増えることが重要である。

全国及び府内と比較して要支援の認定率が高い本市においては、特に、要介護状態に至る前の高齢者に対し、介護状態に陥る原因となる加齢に伴う様々な心身機能の低下（フレイル）を予防する取組を推進することが重要となっている。

フレイルは、外出や社会参加などでの日々の活動量アップなどの生活の工夫により防ぐことができるが、元気高齢者の外出や社会参加を促すための事業の展開において、新たな参加者を得る新規性、担い手の確保やモチベーションの維持による活動の継続性、事業の効果検証方法など様々な課題がある。

本業務は、元気高齢者を対象に、あるく（身体活動）・しゃべる（社会参加）・たべる（食生活・口腔機能）のフレイル予防要素に基づく介護予防プログラムを実施することで、介護予防につながる行動変容を促進し、自身で介護予防に取り組むきっかけを作ることを目的とする。さらにプログラム修了生が地域での活動を通じて学んだ知識や経験を地域へ広げることにより、より多くの高齢者が介護予防に取り組める地域づくりを推進するものである。

また事業実施に当たっては、活動メニューの固定化や無関心層への周知、活動場所の確保、担い手不足等の社会的課題の解決を図り、成果に応じて対価を支払う。

## 3 履行期間、事業実施期間、評価期間

### (1) 履行期間

契約締結日から令和 11 年 3 月 31 日まで

### (2) 事業実施期間

契約締結日から令和 11 年 2 月 28 日まで

### (3) 評価対象期間

契約締結日から令和 11 年 2 月 28 日まで

## 4 履行場所

堺市内

## 5 業務対象者

堺市内在住のおおむね 65 歳以上の方のうち、主に要介護認定を受けていない方。特に、普段、介護予防の取組を行っていない、または介護予防の取組に無関心な方が望ましい。

## 6 本市がめざすフレイル予防のための取組『あ・し・た』の概要

加齢とともに、身体的機能や認知機能などの低下が見られる状態のことをフレイルといい、「健康」な状態と「要支援、要介護」の状態の中間的な段階のことをいう。あるく（身体活動）・しゃべる（社会参加）・たべる（食生活・口腔機能）という活動が相互に関与し合い、効果的に循環することで、フレイル予防につながる。それらフレイル予防の取組を推奨するため、それぞれの頭文字を取り、『あ・し・た』をキャッチフレーズとして市民啓発を行っている。

## 7 業務内容

前項の『あ・し・た』の観点を含む、高齢者が主体的に参加できる介護予防プログラムを実施し、プログラム修了後は、修了生が地域で活動するなど、習得した内容を地域へ広げられるようプログラムを展開すること。

介護予防プログラムは、啓発・誘客等を目的とした単発で行うイベント型の啓発プログラム、継続的な参加が可能な継続プログラム、学んだことを主体的に地域で継続できる活躍プログラム等を効果的に組み合わせて実施する。

プログラムの実施に際しては、将来的な地域での自律的なプログラム運営を見据えて、地域の関係者との積極的な連携や、運営の担い手育成に努めること。

また、本業務への参加をきっかけにして、フレイル予防の取組を行っていなかった高齢者に行動変容が起こり、セルフマネジメント（介護予防における自己管理）や社会参加活動などの継続した取組が行えるように支援する。

### （1）業務の広報

実施する介護予防プログラムの周知を行う。市のホームページや広報紙の掲載、受注者が作成したチラシの市施設への配架等は、発注者にて実施するが、その他、啓発・継続・活躍プログラムの集客に必要なものについては、受注者が独自で、チラシやホームページ、SNS など多彩な媒体を活用し、多くの高齢者が関心をもつよう工夫する。広報媒体や広報先については、事前に市の承認を得ること。

### （2）参加者の申込受付と参加基本情報の収集

事前申込が必要なプログラムの場合は、参加者の募集及び申込受付を行う。

また、継続プログラムの開始前あるいは、開始時に、各参加者に対し、下記の基本情報について個別の参加受付票へ記載を求める。啓発プログラムの場合も、本市の介護予防施策に活用する趣旨の理解を得、極力、基本情報を収集するよう努める。電子媒体で受付を行った場合は、手書きの署名の有無は問わない。その他の方法で受付を行う場合は、市に相談の上、市の指示に従う。

#### ア 基本情報

氏名、住所、連絡先、年齢、介護予防政策の立案と効果評価を目的にデータを活用することの同意、手書きの署名

### （3）実施場所の設定

啓発プログラム、継続プログラム、活躍プログラムが効果的に実施できる場所を選定し、プログラムを展開すること。実施場所は、市民が参加しやすいよう地域に身近な場所とし、各区1か所以上とし、単一の区のみとなる等の偏りがないよう設定する。

実施場所の設定にあたっては、受注者があらかじめ場所を限定することなく、広く公募

により応募を受け付けるなど、公平な選定に努めること。

#### (4) 介護予防プログラムの実施

『あ・し・た』の観点を含んだフレイル予防に効果のある教室の実施や、イベント開催、コミュニティ活動の支援、通いの場の創出、情報提供、フレイル予防の取組の技術指導などを行う。

また、全てのプログラムにおいて、参加者がプログラム参加をきっかけとしてフレイル予防活動が継続して行えるよう工夫する。

実施するプログラムは、以下を基本とする。

##### 【啓発プログラム】

###### ア 内容

本業務を広く地域住民や地域関係者に周知し、継続プログラム・活躍プログラムへの効果的な参加につなげるための各プログラムの体験等を行うイベント型のプログラムを実施する。

###### イ 実施頻度、実施期間

実施頻度や実施期間は、本事業目的及び成果指標を達成するために必要なものを受注者において設定する。また、設定にあたっては、事前に本市と協議を行う。

###### ウ 実施場所

市内の高齢者が参加しやすい場所とする。また、実施場所が単一の区のみとなる等の偏りがないように、市全域で複数箇所実施する。

##### 【継続プログラム】

###### ア 内容

『あ・し・た』の観点を含んだフレイル予防に効果的で、従来の介護予防教室に関心の薄い無関心層の参加を促すものとする。さらに、参加者が単にプログラムに参加するだけでなく、プログラムで学んだことを他者に伝えたり講師役を担うなど、地域で活動が継続できるプログラムとする。提供するプログラムに、『あ』『し』『た』の要素全てを直接含んでいなくてもよいが、社会参加は特に重要であるため、『し』の要素は必ず入れること。また、参加者がフレイル予防に関する理解を深められるよう、実施するプログラムにおいては、フレイル予防に関する知識を学べる機会を必ず提供する。加えて、参加者が『あ・し・た』の観点を含んだフレイル予防についてのセルフマネジメントが行えるよう支援すること。

###### イ 実施頻度、実施期間

プログラム参加によるフレイル予防効果及び参加後の継続的な行動に結び付けるために必要な実施頻度、実施期間を受注者において設定する。

ただし、1つのプログラムにおける実施回数は6回程度とし、実施期間は3ヶ月程度とする。またプログラム内容は異なるものを実施するものとし、同一プログラムを複数回実施する場合や、実施回数や実施期間を短縮する場合は、事前に本市と協議を行う。

なお、天候や交通事情等により、やむを得ずプログラムが実施できなかった場合でも、業務実施期間内で日程変更を行い、予定の回数を実施する。

また、参加者の都合により、欠席があった場合は、欠席回のプログラム内容を参加者へ伝達したり、参加者のフレイル予防行動の実施状況を確認する等のフォローを行う。

#### ウ 実施場所

市内の高齢者が参加しやすい場所とする。また、実施場所が単一の区のみとなる等の偏りがないように、市内全域・7区で毎年実施すること。

#### エ 事業展開、事業展望

介護予防プログラムの実施に当たっては、事業参加をきっかけに、高齢者が介護予防プログラム以外にも社会参加回数を増加させるなど、介護予防への取組を促すような、具体的かつ効果的な事業展開や工夫を行う。

事業に必要な資料、備品、消耗品等は受注者が用意すること。ただし、資料の内容については、必要に応じて市と協議する。

なお、受益者負担として、実費相当の金額を徴収することも可能とする。その場合は、事前に市へ相談し、市の指示に従う。

#### 【活躍プログラム】

#### ア 内容

プログラム修了後、修了生が地域で活動を継続し、習得した「あ・し・た」プロジェクトの内容を地域へ広げ、より多くの高齢者が介護予防に参加できるよう、「地域展開拠点」の拡大に向けて、受注者において効果的なプログラムを組み合わせ実施すること。またプログラムの実施にあたっては、地域関係者と連携し、将来的に地域における自律的なプログラム運営が行えるよう実施すること。

本業務における「地域展開拠点の拡大」とは、プログラム修了生が主体となり、通いの場等で、「あ・し・た」プロジェクトに基づく介護予防プログラムを継続的に実施する活動の場が、地域へ波及していくことを指す。

地域展開拠点の拡大は、通いの場等で受注者が直接プログラムを実施するものではなく、修了生が地域において主体的に活動を展開していくことを基本とする。

受注者は、修了生が地域で円滑に活動を開始・継続できるよう、活躍プログラムの構成の工夫、地域関係者との連携、運営ノウハウの提供等を通じて、地域展開拠点の拡大につなげること。

プログラム例：啓発・継続プログラム修了生のフォローアッププログラム、地域関係者向けのプログラム、修了生と地域関係者のマッチングプログラム、市民交流等

#### イ 実施期間

継続プログラム参加者が地域で活動し、「あ・し・た」プロジェクトの内容を地域で展開できるようにするために必要な期間については、履行期間の範囲内で受注者において適切に設定すること。

#### ウ 実施場所

市内の高齢者が参加しやすい場所とする。また、実施場所が単一の区のみとなる等の偏りがないように、市全域で複数箇所実施する。

#### エ 介護予防事業との連携

本市で行っている介護予防事業と本業務の目的を達成するために効果的な連携を行うこと。

#### オ 第1期・2期介護予防「あ・し・た」プロジェクト修了生との協力

本市が提供する修了生の情報をもとに、本事業の目的を達成するために必要な連携を

行うこと。

(5) 参加者アンケートの実施

啓発プログラム・継続プログラム参加者に対してアンケート調査を行う。アンケートの具体的な内容は、市の指示に従って作成する。

啓発・継続・活躍プログラムについては、後に示す成果指標の根拠資料となるため、可能な限り、回答漏れのないようにする。

ア アンケート時期

【啓発プログラム】

啓発プログラム参加時

【継続プログラム】

①継続プログラム参加時

②継続プログラム参加開始から概ね1年後（当該時点が履行期間内の場合）

③継続プログラム参加開始から概ね2年後（当該時点が履行期間内の場合）

【活躍プログラム（地域展開拠点数）】

地域への展開状況に関し、成果指標「地域展開拠点数」を把握するために必要なアンケート項目については、市と協議のうえ作成し、調査結果を提出すること。（別紙アンケート項目イメージの必須項目については、必須とする）

イ アンケート収集方法

特に指定しない。高齢者が回答しやすいものとする。

ウ アンケート集計

アンケートの個別回答データを、市と協議して作成したフォーマットへ入力する。提出期限については市の指示に従う。

(6) 月例報告

毎月の実施状況を市へ書面をもって報告する。報告内容は、プログラム名称、参加人数、参加者属性、参加者の介護予防及び健康づくり関連プログラムへの参加経験の有無、参加者の感想、継続的プログラムの場合は、セルフマネジメント率や外出状況の変化等の行動変容が分かるもの、活躍プログラム後に地域での活動状況が分かるもの、事業開催中の事故の有無等とする。その他、市からの要請があった場合は、参加者のモニタリングを行い、状況を報告する。

(7) 定期連絡会

おおむね2ヶ月に1回、事業に関する情報交換を行うため、市と定期連絡会を開催し、業務運営に関して改善を要する際には、順次取組内容に反映する。その他、必要に応じて、連絡会を開催し、相互の情報共有を密に行う。

8 業務実施報告書

本業務について以下の内容を事業期間中、初期、中間、最終の3回において、実施報告書にとりまとめ、市へ報告する。報告書は紙媒体及び電子データで納品する。

(1) 参加人数・地域展開拠点数の報告

実施する介護予防プログラムへの65歳以上の参加者の実人数。啓発プログラム、継続プログラムそれぞれの実人数を報告する。また地域展開拠点数も同様に実数で報告する。

なお、カウントする際には、下記に留意すること。

#### ア 継続プログラムの参加者について

継続プログラムを開始から終了まで全て参加した人数をカウントする。ただし、参加者の都合で欠席した場合であっても、「7 業務内容 (4) 介護予防プログラムの実施」に記載の欠席者への対応を実施した場合はカウント可能とする。また、後述の「エ カウント基準日」において、プログラムが終了している参加者をカウントする。

#### イ 複数のプログラムへの重複参加について

分野の異なる複数のプログラムに同一人物が参加した場合は、それぞれでカウントすることができる（例：同一人物が、運動教室と音楽のコミュニティに参加した場合は、2名でカウント）。同種のプログラムへ複数回参加した場合は1名にカウントする。重複カウントの可否については市の指示に従うこと。

#### ウ 地域展開拠点数について

本業務における「地域展開拠点数」とは、活躍プログラム修了後、プログラム修了生が主体となり地域の通いの場（地域住民が主体となり、定期的集い、交流や介護予防・健康づくり等の活動を行う場）等において、「あ・し・た」プロジェクトの内容に基づく介護予防プログラムを継続的に実施している活動の場の数をいう。

地域展開拠点数としてカウントするためには、以下の【カウント対象となる条件】をすべて満たすこととする。

##### 【カウント対象となる活動】

- ・プログラム修了生が主体となり、自ら学んだ内容を通いの場等において実施していること。
- ・受注者が実施する講座等への関与ではなく、修了生自身の活動として地域で展開されていること。
- ・同一の通いの場において、修了生が2回以上プログラムを実施していること。
- ・成果発表や単発的な披露を目的としたものではなく、継続的な活動として行われていること。
- ・物品の貸し出し等にとどまらず、地域による主体的な取組として実施されていること。

##### 【カウント対象外となる活動】

- ・受注者が実施する講座やプログラムにおいて、修了生が補助的に関与したに過ぎないもの。
- ・第1期および第2期介護予防「あ・し・た」プロジェクトの修了生による活動。

##### 【カウント時期等】

なお、地域展開拠点数のカウント時期は、修了生が地域において当該プログラムを2回目に実施した時点とする。

また、地域展開拠点数の拡大にあたっては、無関心層を取り込み、これまで地域活動に参加したことのない者が修了生として地域で活躍し、本市の課題である担い手不足の解消につながるよう、その視点をもって取り組むこと。

その他、カウントの可否に関する判断が必要な場合は、取組内容を踏まえ、市と協議のうえ決定するものとする。

#### エ カウント基準日

初期報告書 令和 9 年 2 月 28 日

中間報告書 令和 10 年 2 月 29 日

最終報告書 令和 11 年 2 月 28 日

この時点の数を報告する。

オ 参加者名簿及び参加受付票、地域展開拠点数の資料

Excel 等のデータ検証が可能なファイル形式で参加者名簿を提出する。また、「7 業務内容 (2) 参加者の申込受付と参加基本情報の収集」で収集した参加受付票を提出する。また市と協議のうえ、作成した地域拠点数が把握できる資料を提出する。これを参加者数、地域展開拠点数の根拠資料とする。

(2) アンケートの集計報告

啓発プログラム・継続プログラム・活躍プログラムの参加者に対して行ったアンケート調査をまとめて報告する。

(3) その他の報告

「7 業務内容 (8) 月例報告」で報告した内容をまとめたものを報告する。その他、市の求めに応じた報告を行う。

(4) 実施報告書提出期限

初期報告書 令和 9 年 3 月 15 日

中間報告書 令和 10 年 3 月 15 日

最終報告書 令和 11 年 3 月 15 日

## 9 スケジュール

(1) 業務実施期間

契約締結日から令和 11 年 2 月 28 日まで

上記期間は、周知媒体作成からプログラムの実施までを含む期間とする。

## 10 検査及び支払要件

(1) 支払方法

市は、受注者より業務実施報告書を受領し、これをもって検査を行い、当該業務にかかる支払いを 3 回に分けて行う。

市は、受注者より業務実施報告書を受領後、これをもって検査確認を行い、成果指標に基づく受注者の実績値を受注者に通知する。受注者は、市からの成果指標の評価結果通知受領後、支払表に基づき、請求書を市に提出する。市は、受注者からの請求書を受領後受領日から 30 日以内に、受領した請求書にかかる金額を支払う。なお、受注者は、市による成果指標の評価に必要な資料の提供その他について協力すること。

(2) 評価方法及び評価機関

啓発プログラム参加人数、継続プログラム参加人数、地域展開拠点数、要介護状態進行遅延人数を本業務の評価項目とする。啓発プログラム参加人数、継続プログラム参加人数、地域展開拠点数は、受注者が提出する実施報告書に基づき評価する。また、要介護状態進行遅延人数は、堺市介護予防「あ・し・た」プロジェクト事業実施要綱に基づき市が委託する評価機関が決定する。各人数の定義は以下のとおりとする。

ア 啓発プログラム参加人数

① 内容

実施する啓発プログラムへの 65 歳以上の参加者の実人数をカウントする（カウントの方法は「8 業務実施報告書（1）」参照）。

② 評価時期

初期評価：令和 9 年 2 月 28 日

中間評価：令和 10 年 2 月 29 日

最終評価：令和 11 年 2 月 28 日

イ 継続プログラム参加人数

① 内容

実施する継続プログラムへの 65 歳以上の参加者の実人数をカウントする（カウントの方法は「8 業務実施報告書（1）」参照）。あわせて、男性参加者数及び前期高齢者参加者数についても同様にカウントすること。

② 評価時期

初期評価：令和 9 年 2 月 28 日

中間評価：令和 10 年 2 月 29 日

最終評価：令和 11 年 2 月 28 日

ウ 地域展開拠点数

① 内容

活躍プログラム修了後、修了生が講師となり地域の通いの場で「あ・し・た」プロジェクトのプログラムを実施した場合にカウントする。（カウントの方法は「8 業務実施報告書（1）」参照）。

② 評価時期

最終評価：令和 11 年 2 月 28 日

エ 要介護状態進行遅延人数

① 内容

継続プログラム参加者のうち、令和 10 年 2 月末までに参加された方を対象に、要介護状態進行の遅延が推測された人数をカウントする。その上で、令和 10 年 2 月末までの継続プログラム参加者に対する進行遅延が推測された人数の割合を算出し、令和 10 年 3 月から令和 11 年 2 月までの参加者人数にこの割合を乗じた人数をカウントし、令和 10 年 2 月末までの人数と合算することで、事業実施期間全体を通した要介護状態進行遅延人数とする。

なお、要介護状態進行遅延者とは、7（5）参加者アンケートに記載のアンケート結果において、社会参加に関する項目が良好な方、または、要支援・要介護リスク評価尺度の変化が、参加者と類似の属性をもつ対照群と比較して良好な方など、要支援・要介護リスクに関する項目が良好に推移した方とすることを基本として、第三者評価機関が発注者との協議の上で算出するものとする。

② 評価時期

最終評価：令和 11 年 2 月 28 日

(3) 成果指標及び支払基準

固定支払額に加え、初期評価、中間評価及び最終評価の結果をうけ、契約書別表で示す成果指標から決定される金額を支払金額とする。なお、市が事業休止指示を行った場合は、履行状況を確認の上、固定支払額で賄えない実費負担分を上限として、協議の上、変更契約を行う。

## 1 1 その他の事項

### (1) 個人情報の保護及びプライバシーの保護

本業務を実施するに当たり、個人情報を適切に管理し、個人情報の保護及びプライバシーの保護に努めること。

### (2) 倫理的配慮

参加者が心身の負担、苦痛や不利益を受けないよう、参加者への説明は丁寧に行い、参加に際しての同意の手続きを適切に行うこと。参加に当たっては、本人の体調や意思を尊重し、強要しない。更に、何らかの助けを求める意思の表明があった場合、過度な負担になりすぎない範囲で必要な便宜を図ること。

### (3) 人員体制、組織体制等

この仕様書に基づく業務の実施に当たり、適正な履行が確保できるよう業務責任者、スタッフなどの人員体制、組織体制等を整えること。

### (4) 連絡体制

この仕様書に基づく業務の実施に当たっては、市と十分に協議の上、指示に従うこと。また、事務連絡等の連絡方法及び緊急時における連絡・処置等に対応できる体制を講じること。

### (5) 提案内容の順守

技術提案書に記載した介護予防プログラムの内容や実施回数、参加予定人数、スケジュールなどは業務の実施にあたって順守すること。ただし、相当の理由があり申し出のあった場合、本市との協議のうえに変更することは可能とする。

### (6) 費用負担

業務に必要な資料、備品、消耗品等は受注者が用意すること。

なお、受益者負担として、実費相当の金額を徴収することも可能とする。その場合は、事前に市へ相談し、市の指示に従う。

### (7) 事故防止と緊急時の対応

プログラム実施に際して、緊急時の対応マニュアルを整備しておく。また、業務実施中の参加者の事故防止に努める。参加者の体調に急変が起こった際には、速やかに適切な処置を行い、速やかに本市へ報告すること。

なお、実施事業において参加者に傷害が生じた場合や、実施施設及び設備に損害が生じた場合等の不測の事故に対処するため、受注者が損害保険に加入すること。

### (8) 受注者は本業務で得られた実施内容やノウハウなど、次期介護予防「あ・し・た」プロジェクトの運営に必要な事項を引き継ぐこと。

### (9) 協議

この仕様書に記載されていない事項については、双方協議のうえ定めることとする。

## 1 2 暴力団等の排除について

#### 1. 入札参加除外者を再委託先等とすることの禁止

- (1) 受注者は、堺市契約関係暴力団排除措置要綱に基づく入札参加除外を受けた者又は同要綱別表に掲げる措置要件に該当する者を、再委託先並びに受注者及び再委託先の資材、原材料の購入契約その他の契約の相手方（以下「再委託先等」という。）としてはならない。
- (2) これらの事実が確認された場合、本市は受注者に対し、当該再委託先等との再委託契約等の解除を求めることができる。

#### 2. 再委託契約等の締結について

受注者は、再委託先等との再委託契約等の締結にあたっては、契約締結時には本市の契約約款に準じた暴力団排除条項を加えることとする。

#### 3. 誓約書の提出について

- (1) 受注者（共同企業体にあつては、その全ての構成員）は、堺市暴力団排除条例第8条第2項に規定する暴力団員又は暴力団密接関係者でない旨の誓約書を提出しなければならない。ただし契約書の作成を省略する契約の場合、もしくは受注者が国若しくは地方公共団体その他公共団体又は本市の外郭団体である場合はこの限りでない。
- (2) 受注者は、再委託先等がある場合には、これらの者から堺市暴力団排除条例第8条第2項に規定する暴力団員又は暴力団密接関係者でない旨の誓約書を徴して、本市へ提出しなければならない。
- (3) 受注者（共同企業体にあつては、その構成員のいずれかの者）及び再委託先等が当該誓約書を提出しない場合は、入札参加停止を行うものとする。

#### 4. 不当介入に対する措置

- (1) 受注者は、この契約の履行にあたり、暴力団員又は暴力団密接関係者から、暴力団を利用することとなるような社会通念上不当な要求又は契約の適正な履行を妨げる行為（以下「不当介入」という。）を受けたときは、直ちに本市に報告し、警察に届け出なければならない。
- (2) 受注者は、再委託先等が暴力団員又は暴力団密接関係者から不当介入を受けたときは、直ちに本市に報告し、当該再委託先等に対して、警察に届け出るよう指導しなければならない。
- (3) 本市は、受注者が本市に対し、（1）及び（2）に定める報告をしなかったときは、堺市暴力団排除条例に基づく公表及び入札参加停止を行うことができる。
- (4) 本市は、受注者又は再委託先等が不当介入を受けたことによりこの契約の履行について遅延等が発生するおそれがあると認めるときは、受注者が（1）に定める報告及び届け出又は（2）に定める報告及び指導を行った場合に限り、必要に応じて履行期間の延長等の措置をとるものとする。