

嘉手納町介護予防・日常生活支援総合事業
一般介護予防事業「GOGO うちなーぐちラジオ体操教室」仕様書

1. 事業目的

馴染みのある運動（ラジオ体操）のポイントを理解し、しっかりと習得することで、家庭内または地域で自発的に継続して取り組み、身体機能の維持・向上を図り介護予防につなげる事を目的とする。

2. 事業対象者

町内に住所を有する 60 歳以上の者で、医師から運動を制限されておらず、会場に自ら来所できる者。

3. 実施場所

嘉手納町ロータリープラザ 1 階 シルバー支援センター

4. 委託事業概要

(1) 実施期間

令和 4 年 9 月～ 令和 4 年 12 月

(2) 開催回数

1 教室につき各 12 回×2 教室 全 24 回

ただし、沖縄県において新型コロナウイルス感染症流行に関する緊急事態宣言の発令や蔓延防止等重点措置の指定を受けた場合、または沖縄県の警戒レベル指標が感染蔓延期「レベル 3A」になった場合は、解除または引き下げられるまでの期間は、教室を開催しないものとする。

(3) 事業時間

1 回あたり 60 分（会場準備・運動前後の健康チェック・片付け等含む）。

(4) 利用人数

月曜日クラス 10 名×1 教室

木曜日クラス 10 名×1 教室 計 20 名

(5) 実施内容

- ① 運動前後に健康チェック（体温・血圧測定及び体調確認）を行う。
- ② 毎回の教室で、うちなーぐちラジオ体操（第 1 及び第 2）を運動のポイントを意識できるよう指導する。
- ③ 対象に応じた運動器の機能向上プログラムを実施する。
特別な道具を用いずに継続して行える運動を実施し、主体的に健康づくり・介護予防が行えるよう指導する。
- ④ 利用者が継続して健康づくりが行えるよう、自宅でも行える取り組みを提案する。
- ⑤ 地域での自主活動化にむけた指導内容の工夫を行う。

- ⑥ 感染予防に留意しながら、参加者同士の仲間意識の共有、交流や意欲がもてる内容にする。
- ⑦ 楽しみながら介護予防に取り組めるよう、雰囲気作りに配慮する。
- ⑧ YouTube へのアップロードのための動画撮影を行う。
- ⑨ 地域包括支援センターへの報告・相談。

(6) 参加費用

利用については、無料とする。

5. 実施体制

(1) 人員体制

健康運動指導士または介護予防運動指導員 1 名、及び補助員 1 名以上。

(2) 安全管理

事業が安全に行われるよう、事故防止のため十分な注意を払うとともに、緊急時にも対応できるように体制を整備すること（嘉手納町介護予防事業緊急対応マニュアル参照）。

新型コロナウイルス感染症感染予防ガイドラインを作成し、事業実施者が対策（物品の消毒、換気、会場配置等）を行うこと。

6. 傷害保険

事業実施者において加入すること。

7. 個人情報の保護

- (1) 業務の遂行にあたり、嘉手納町個人情報保護条例（平成 14 年条例第 25 号）に従い、個人情報の漏洩、滅失及び毀損の防止、その他の個人情報の適切な管理のための措置を図ること。
- (2) 業務に従事している者及び従事していた者は、当該業務に関し知り得た個人情報を他人に知らせ、又は不当な目的に使用してはならない。

8. 実施報告

受託事業者は、実施報告書を 1 月毎に提出すること。その際には、委託料請求書とともに実施翌月 10 日までに提出すること。また、事業終了時には評価を含めた実施報告書（プログラムの概要、実施場所、参加人数、実務担当者名、総評、考察、課題等がまとめられたもの）を提出すること。

9. 委託料の支払い

委託料の支払いは、委託料請求書が適法なものであるときには、委託料請求日から 30 日以内に支払うものとする。

10. 契約

契約期間は、契約締結の日から令和 5 年 3 月 31 日までとする。

1 1. その他

この仕様書に定めのない事項等、疑義が生じたときは、誠意をもって協議を行い、定めるものとする。

(別紙)

令和4年度 嘉手納町一般介護予防事業 GOGO ラジオ体操教室 開催日

クラス	開催日
月曜日クラス 午前10時～11時	10/3、10/17、10/24、10/31 11/7、11/14、11/21、11/28 12/5、12/12、12/19、12/26
木曜日クラス 午後1時30分～2時30分	9/29 10/6、10/13、10/20、10/27 11/10、11/17、11/24 12/1、12/8、12/15、12/22

※開催日が祝日と重なる場合は、その日は開催しないものとする。