令和８年度生駒市国民健康保険運動指導事業実施業務委託仕様書

１　目的

ロコモティブシンドローム及び生活習慣病予防のためには適度な運動が有効と考えられるが、本市における就労世代の運動習慣のある人の割合は低い状況にあり、気軽に運動に取り組めるような支援と環境整備が必要とされている。そこで、被保険者に対して日常生活に取り入れられる運動の指導を受ける機会を提供することで、運動習慣の定着を図ることを目的とする。

２　事業概要

運動実技指導者による運動の重要性を主とした健康に関する知識の普及と共に、ストレッチや筋肉トレーニング等、日常生活に取り入れられる運動の実技指導を行い、運動習慣が定着するように支援する。

生駒市（以下、「委託者」という。）が委託した事業者（以下、「受託者」という。）は、業務を実施するにあたり、委託者の意図及び目的を十分に理解し、適切な人員を配置して、最高技術を発揮するよう努力するとともに、正確かつ丁寧に行わなければならない。

３　対象者

当該年度の生駒市国民健康保険特定健康診査を受診する（した）人のうち、参加希望申し込みをした人（以下、「参加者」という。）

４　委託場所

受託者が確保する安全に運動が行えるスタジオ等

５　委託期間

契約締結日～令和９年３月３１日

６　委託内容

⑴　運動実技指導者が実施する運動指導に関すること

ア　運動実技指導者の要件

健康運動指導士または健康運動実践指導者の資格を有する者とする。

健康運動指導士とは、個々人の心身の状態に応じた安全で効果的な運動を実施するための運動プログラムの作成及び指導を行う者である。健康運動実践指導者とは、積極的な健康づくりを目的とした運動を安全かつ効果的に実践指導できる能力を有すると認められる者である。それぞれ講習会を受講するか、養成校の養成講座を修了し、認定試験に合格したうえで、健康運動指導士等台帳に登録された者である

こと（講習会、養成校の認定、認定試験、登録いずれも公益財団法人健康・体力づくり事業団が実施）。

イ　運動指導実施日

年末年始（令和８年１２月２９日から令和９年１月３日）を除く平日とする。

ウ　運動指導実施時間

ａ 実施時間は概ね市役所の開庁時間内（９：００～１６：００）とする。

ｂ １回あたりの実施時間は、６０分程度とする。

エ　予定実施者数及び１人あたりの実施回数

３００人　１人あたり６回以上

オ　実施場所

受託者が確保した、参加者が安全かつ適正に運動ができるスペースのあるスタジオ等。

⑵　参加者が選択するコース（日時）への出欠連絡等に対応すること

⑶　運動指導の実施に関すること

ア　ヘルスチェック

運動を行う前後に、参加者の体調を確認すること。

イ　運動指導の心がまえ

運動指導に当たっては、参加者のヘルスチェックの状況や運動経験等を考慮するとともに、下記を踏まえて指導すること。

ａ 健康づくりのための運動の必要性や注意点

ｂ 健康づくりのために実施したい運動の種類とその効果

ｃ 健康づくりのための運動を継続することの大切さ

ウ　運動指導内容

主に椅子の利用による座位や立位での指導とし、身体全体を使った偏りのないものとする。運動指導内容の例は下記のとおりとする。

ａ ストレッチ

ｂ 手軽にできる筋力アップ体操

ｃ ウォーキング

ｄ ロコモティブシンドローム及び生活習慣病予防のための運動

ｅ その他受託者が提案するもの

※必要に応じて、運動指導担当者と委託者が内容調整を行う。

⑷　資料の配布

委託者から示された健康づくり情報の提供がある場合は、参加者へ配布すること。

※受託者が行う営利目的の事業等への勧誘を主としたものは含まない。

⑸　事業の評価

事業効果判定のため、指標を設定し、運動指導終了時にアンケート等を実施し、事

業報告書とあわせて報告すること。

※アンケート及び報告書の様式は、受託者が作成し必要時に委託者と調整する。

⑹　運動指導実施日の日程調整

委託者から受託者へ各コースの申し込み参加者リストの提供を受けた後、参加者の出欠の連絡等は、受託者と参加者間で行うこととし、参加コースの変更希望があった際には、委託者と受託者とで協議の上決定することとする。

⑺　業務報告に関すること

受託者は、委託者に、各コース終了後に、事業報告書を提出し、全ての業務が完了した後、完了届を提出すること。

また、受託者が独自に配布した資料がある場合は、その旨を記載し、配布した資料を添付すること。

⑻　請求に関すること

当該年度の実施予定日における指導が終了した後、委託者から提出された事業報告書及び完了届を確認の上、受託者からの請求書に基づき支払いをする。

なお、実施予定日に指導予定の運動実技指導者を確保した後であっても、受託者の都合により開催が中止となった場合は回数に含まないこととする。

7　業務実施上の注意事項

⑴　運動前のヘルスチェックで異常があると認められる参加者に対しては、運動の中止又は一部制限を行い、当該参加者に対して運動中の注意を怠らないようにしなければならない。

⑵　運動中に異常が認められる参加者に対しては、運動の中止又は一部制限を行い、当該参加者に対する注意を怠らないようにしなければならない。

⑶　運動中に身体にかかる重大な事故等があったときには、速やかにけが人等を医療機関に搬送し、速やかに委託者及び関係者に報告しなければならない。

⑷　運動中に前号にいたらない身体にかかる事故があったときには、運動指導終了後、速やかに委託者及び関係者に報告しなければならない。

⑸　感染症等の拡大防止のため、適切な感染症予防対策を行うこと。また、感染症予防対策について、会場となる各施設から別途指示がある場合はそれに従うこと。

⑹　受託者は施設賠償責任保険に加入しなければならない。

⑺　運動指導内容については、契約締結日までに必ず委託者と受託者とで調整を行い、委託者の事業実施に対する意図を実施内容に反映させること。

⑻　受託者は業務を実施するにあたり、参加者が安全かつ適正に運動ができるスペースのあるスタジオ等を確保しなければならない。

８　再委託の禁止

⑴　受託者は、事業実施にかかる業務の全部または一部について、原則再委託してはならない。ただし、やむを得ない事情が生じた場合で書面により事前に委託者の承諾を得た場合に限り、全部または一部を第三者（以下、「再委託先」という。）に対し再委託できるものとする。

⑵　受託者は、再委託先に対して受託者が負う義務と同等の義務を負わせるものとする。

⑶　受託者は、再委託先の行為について、再委託先と連帯してその責任を負うものとする。

９　損害賠償

運動実技指導者が業務実施にあたり、故意または過失によって受託先の設備、備品等を遺失または破損したときは、受託者の責任において生じた損害を賠償するものとする。また、運動実技指導者が業務実施にあたり、参加者に損害を及ぼしたときは参加者の責めに帰する場合を除き、受託者はその責めを負わなければならない。

10　個人情報の保護

業務の遂行において個人情報を取り扱う場合は、個人情報の保護に関する法律(平成十五年法律第五十七号)の規定及び特記事項に掲げる事項を遵守しなければならない。また、委託業務期間終了後も同様とする。

11　その他

この仕様書に定めのない事項については、両者の協議により決定する。

〔特記事項〕

（秘密等の保持）

第１条　受託者は、この業務に関して知り得た個人情報を他に漏らしてはならない。この業務が終了し、又は解除された後においても同様とする。

２　受託者は、その従業者がこの業務に関して知り得た個人情報を他に漏らさないようにしなければならない。この業務が終了し、又は委託解除された後においても同様とする。

（利用目的以外の目的のための利用禁止）

第２条　受託者は、この業務を処理するため取得、作成等し、又は生駒市から引き渡された資料等に記録された個人情報を、生駒市の承諾なくして本業務の目的以外の目的のために利用し、又は生駒市の承諾なくして第三者に提供してはならない。

（複写、複製の禁止）

第３条　受託者は、この業務を処理するため取得、作成等し、又は生駒市から引き渡された資料等に記録された個人情報を生駒市の承諾なくして複写又は複製をしてはならない。

（事故報告義務）

第４条　受託者は、この業務を処理するため取得、作成等し、又は生駒市から引き渡された資料等に記録された個人情報を漏えい、き損、滅失等した場合は、速やかに生駒市に報告し、その指示に従わなければならない。この業務が終了し、又は解除された後においても同様とする。

（返還義務等）

第５条　受託者は、この業務を処理するため生駒市から引き渡された個人情報が記録された資料等を、委託業務終了後、速やかに生駒市に返還しなければならない。

２　受託者は、この業務を処理するため取得、作成等した個人情報を使用する必要がなくなった場合は、速やかに、かつ確実に廃棄し、又は消去しなければならない。

（従業者への通知）

第６条　受託者は、従業者に対し、在職中及び退職後においても当該業務による事務に関して知り得た個人情報の内容をみだりに他人に知らせ、又は不当な目的に利用してはならないこと、個人情報の違法な利用及び提供に対して罰則が適用される可能性があることその他個人情報の保護に関して必要な事項を周知しなければならない。

（報告義務）

第７条　受託者は、生駒市が必要とする場合、生駒市に対し、この業務の状況を報告しなければならない。

（調査の受け入れ）

第８条　受託者は、生駒市が必要とする場合、調査を受け入れなければならない。

（指導）

第９条　生駒市は、受託者が委託事務の執行に当たり個人情報の取扱いが不適当と認められる時は、必要な指導を行うことができる。

（派遣労働者等の利用時の措置）

第１０条　受託者は、この業務を派遣労働者、契約社員その他の正社員以外の労働者に行わせる場合は、当該労働者にこの業務に基づく一切の義務を遵守させなければならない。

２　前項に規定する場合において、受託者は、生駒市に対して、当該労働者の全ての行為及びその結果について責任を負うものとする。