

# 令和6年度 宮崎市フレイル予防健幸塾事業

受託事業者の募集について

宮崎市 福祉部 地域包括ケア推進課

令和6年度

宮崎市フレイル予防健幸塾事業

## ①事業の目的

フレイル状態またはプレフレイル状態にある高齢者が、要介護状態になることを防止し、自立した在宅生活を継続するために、

- (1) フレイル予防の正しい知識と実技を学ぶ内容
- (2) 習得したものを生活の中に取り入れて習慣化できる内容

を提供

令和6年度

## 宮崎市フレイル予防健幸塾事業

### ②受託事業者

- (1) 介護サービス事業所を運営する事業者
- (2) 健康増進を目的とした運動プログラム及び関連プログラムを提供する事業者
- (3) その他、事業の実施が可能と市長が認める事業者

のうち、実施要領「7. 参加資格」に規定する要件をすべて満たす者

令和6年度

## 宮崎市フレイル予防健幸塾事業

### ③事業の対象者と状態像

宮崎市内に住所を有する概ね65歳以上の高齢者のうち、介護保険のサービスを利用していない者で、フレイル又はプレフレイル状態になっている、またはその疑いがあり、以下の項目のいずれかに該当する者とする。

- (1) 別紙「宮崎市フレイル予防健幸塾事業」参加申込書（裏面）の質問項目において、市の基準に該当する者
- (2) その他、市長が参加が必要と認める者

(1) 「フレイル」とは、要介護状態に至る前段階で、身体的脆弱性のみならず精神・心理的脆弱性や社会的脆弱性等の多面的な問題を抱えた、自立障がいや死亡を含む健康障がいを招きやすいハイリスク状態

(2) 「プレフレイル」とは、フレイルに至る前段階で、身体的脆弱性や精神・心理的脆弱性、社会的脆弱性等の問題を抱えた状態

# 令和6年度 宮崎市フレイル予防健幸塾事業

別紙

「宮崎市フレイル予防健幸塾事業」参加申込書（裏面）の質問項目

以下の質問について、右側の選択肢のいずれか一つを○で囲んでください。		
1	6か月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	①はい・②いいえ
2	以前に比べて握力が低下したと思いますか 例) ペットボトルのフタが開けづらくなった 等	①はい・②いいえ
3	以前に比べて疲れやすくなったと感じますか	①はい・②いいえ
4	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	①はい・②いいえ
5	ウォーキング等の運動を週に1回以上はしていますか	①はい・②いいえ
6	あなたの現在の健康状態はいかがですか	①よい・②まあよい ③ふつう・④あまりよくない・⑤よくない
7	毎日の生活に満足していますか	①満足・②やや満足 ③やや不満・④不満
8	1日3食きちんと食べていますか	①はい・②いいえ
9	半年前に比べてかたいものが食べにくくなりましたか ※さきいか、たくあんなど	①はい・②いいえ
10	お茶や汁物等でむせることがありますか	①はい・②いいえ
11	この1年間に転んだことがありますか	①はい・②いいえ
12	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるといわれていますか	①はい・②いいえ
13	今日が何月何日かわからない時がありますか	①はい・②いいえ
14	週に1回以上は外出していますか	①はい・②いいえ
15	ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	①はい・②いいえ
16	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	①はい・②いいえ

令和6年度

宮崎市フレイル予防健幸塾事業

## ④目標とする到達点

《参加者の理解》フレイル自体やフレイルにならない取組への理解

《生活習慣》

ア. 運動：身体機能の改善・向上、運動の習慣を持つ

イ. 栄養：自分の食傾向への気づき、好ましい食生活への理解

ウ. 口腔：口腔体操、口腔清掃、定期健診

エ. 社会参加：自宅近くの通いの場について知り、利用できる

《目標設定》教室が終了した後の行動目標を設定、目標達成のために必要な取組の設定

令和6年度

## 宮崎市フレイル予防健幸塾事業

### ⑤実施内容（頻度、定員数等）

- (1) 週1回、同一の曜日・時間帯・場所を実施
- (2) 4か月間を1クール、年間3クール実施
- (3) 1クルールの定員は15人が上限
- (4) 1回の実施時間は2時間以上
- (5) 初回及び14回目に、参加者の評価を行う
  - 調査票及び体力測定（体重、身長、TUG、握力、CS-30テスト）
  - 前・後の評価データを整理し、市へデータで提出
- (6) 事業所の可能な範囲で送迎を実施
- (7) 欠席した場合は振替や補講は行わない

令和6年度

宮崎市フレイル予防健幸塾事業

## ⑥具体的な仕様

(1) 実施場所は市内15か所

※参加者は、居住地区に関わらず事業所や曜日を選択

(2) 送迎は、事業所が可能な範囲で実施する

(3) 1クールは一斉スタート、一斉終了

(4) 参加希望者は、事業所へ直接申込み

(5) 終了後は、地域の通いの場へつなぐ



# 令和6年度 宮崎市フレイル予防健幸塾事業

## ⑦申込区分の選択方法（対象地区選択方法）

区分	地域自治区名	送迎範囲地区数
申込区分①【実施】 （右記のエリア内で実施できる場合のみ）	佐土原、田野、高岡、木花・青島	左記の4地区の中から 1地区のみで可
申込区分②	A 中央東、中央西、小戸、大宮、 東大宮、大淀、大塚、穂、大 塚台、生目台、小松台、赤江、 生目、清武	原則4地区以上
	B 佐土原、田野、高岡、木花、 青島、住吉、本郷、北	※Bのいずれかの地区を含 む場合は、2地区以上でも可

○受託候補者の選定は、以下の2つの区分に分けて実施する。

1. 「申込区分①」（佐土原、田野、高岡、木花・青島）の選定（4事業者）  
エリア内で事業が実施可能な提案者について、4地区それぞれに総合得点が最も高い提案者1者を受託候補者として決定。
2. 「申込区分②」の選定（11事業者）  
送迎範囲を4地区以上を選定した提案者について、総合得点が最も高い順に受託候補者を決定。ただし左記Bのいずれかの地区を選択した場合は、2地区以上での提案ができるものとする。

### 【留意事項】

※実施場所は、自社の施設に限らず、公民館等も可とする。ただし、公民館等との事前調整は事業所が行うこと。

※事業を実施する際の送迎範囲は、受託候補者選定後の協議において調整を行う場合がある。

令和6年度

宮崎市フレイル予防健幸塾事業

## ⑧契約期間・委託料・支払い方法

期間は1年間

250万円を上限に提案いただく。選定された事業者は、市と委託金額や仕様内容の協議確認を行い、調整が整った場合に契約締結となる。

(※提案どおりの内容、金額とならない場合がある)

支払い方法は実績払い

各クール終了後に支払う。(年3回)

# 令和6年度 宮崎市フレイル予防健幸塾事業

## ⑨応募の流れ

1 参加申込書等を提出 

2 参加申込の結果通知 

3 企画提案書の提出 

4 プレゼンテーション 

5 選定結果の通知 

6 仕様、金額について協議調整後、随意契約締結 

令和6年度

宮崎市フレイル予防健幸塾事業

## ⑩応募の際の留意点

- 企画提案書及び見積書は、1者につき1提案に限る。ただし、1者が複数の実施場所で行う場合は、実施場所ごとに企画提案書及び見積書を提出する。
- 同一の実施場所で、2提案以上の提案をすることはできない。

例) 実施曜日のみが異なる提案

# 令和6年度 宮崎市フレイル予防健幸塾事業

受託事業者の募集について

宮崎市 福祉部 地域包括ケア推進課