

【介護予防・生活支援サービス 通所型サービス C】
元気運動教室(運動器の機能向上プログラム)委託仕様書

1 目的

加齢に伴う生活機能の低下(運動器の機能低下、閉じこもり、認知機能の低下、うつ病の可能性などの生活機能の低下)等の改善、機能向上により、要介護状態等となることの予防又は要介護状態等の軽減若しくは悪化を防止し、高齢者が住み慣れた地域において自立した日常生活が継続できることを目的とする。

2 対象者

次の①または②に該当し、運動器の機能低下、閉じこもり、認知機能の低下、うつ病の可能性のある高齢者で介護予防マネジメントによって、事業の利用が適切と判断された者

①要支援1または2の認定を受けた者

②基本チェックリスト※により生活機能が低下していると判断され、総合事業の登録をされた者

※生活機能低下のある高齢者を早期発見するために厚生労働省が作成した「基本チェックリスト」は、25の質問項目を本人が主観で回答し、基準に沿って判定する。

3 実施場所

市内の公共施設又は法人等が設置運営する施設等において行う。また、実施の際は、事業実施会場に十分な広さが確保できる場所で行う。加えて、高齢者が運動するために必要な、空調、床面、更衣室なども、安全やプライバシーに配慮した場所で実施すること。運動器械を用いる場合は、事業の効果が望める程度の上体のみ、下肢のみに限局されない器械が揃っている場所とする。

4 実施回数・時間

利用者の過度な負担とならず、効果が期待できる回数とし、1クール12回(月4回×3か月)を基本とする。1回あたりの時間は、90～120分程度とする。

5 運動頻度・強度

運動の頻度は、機能の向上を図るためには、週2回以上のプログラムの実施が必要であることから、自宅での運動メニューを指導し、実施状況のモニタリングを行うこと。また運動頻度は、体力水準の低い高齢者が安全に運動することに配慮して、1ヶ月ごとに負荷レベルを漸増する。

6 スタッフ

理学療法士や作業療法士、保健師、機能訓練指導員、経験のある介護職員等、運動指導や健康管理ができる者(以下「専門スタッフ」という。)とする。継続的に参加者の状態の把握や評価が行える主担当をおき、健康管理のための適正な人材を確保すること。また、参加者が安全に運動を実施できるよう、適正な人員を配置する体制を整えること。

7 事業内容

1回数人～20人程度に対して、ストレッチや有酸素運動、簡易な器具を用いた運動等を行う。「運動器の機能向上マニュアル(第4版)」(令和4年3月)に基づき、主治医や介護予防ケアマネジメントを行う地域包括支援センター職員等(以下「地域包括支援センター職員等」という)と連携をとりながら、(1)から(5)のプロセスにそって実施すること。また、実施にあたっては、地域支援事業等を理解し、介護予防の視点を持って事業を実施すること。

(1) 重要事項の説明

事業に関する事項の説明を行い、本人の同意を得る。

(2) 事前アセスメントの実施

①専門スタッフは、事業開始前に対象者の身体機能の把握及び身体機能を踏まえた事業実施に係るリスク評価を行うとともに、併せて関連するQOL等の個別の状況についても評価・把握する。また、体力測定として、握力・開眼片足立ち時間・Timed Up & Go Test・5m 歩行時間等を測定すること。

②事業者は、地域包括支援センター職員等が招集するサービス担当者会議及び地域ケア会議に専門スタッフ等を出席させ、専門的見地から必要な意見を述べるものとする。ただし、やむを得ない理由があり、出席できない場合は、地域包括支援センター職員等の照会に対し、意見を述べるものとする。

(3) 個別サービス計画の作成

専門スタッフは、アセスメント及びサービス担当者会議等の結果を踏まえ、個別の対象者ごとのプログラム内容、実施期間、実施回数等を記載した個別サービス計画を作成する。

(4) プログラムの実施

個別サービス計画に基づき、プログラムを実施する。自宅での運動の実施について、その必要性や方法を理解できるようプログラムに組み込むこと。また、参加者同士が交流できる機会についてもプログラムに盛り込み、教室後の自主グループを視野に入れた教室の運営を行う。

(5) モニタリング

1か月ごとに目標の達成状況についてモニタリングを行い、適宜プログラムの実施方法等について見直しをすること。

モニタリングの結果を記録し、利用実績とともに地域包括支援センター職員等に報告すること。

(6) 事後アセスメントの実施

プログラムの終了時に、参加状況、目標の達成度、身体機能、関連するQOL等を評価する。その結果を地域包括支援センター職員等に報告する。

8 安全管理体制

必ず傷害保険に加入するとともに、参加者の安全性を十分に考慮し、事故発生時の対応を含めた安全管理マニュアルを整備すること。また、参加者の保有する医学的リスク、運動前・中・後の留意点、安全管理マニュアルの内容及び更新、緊急時対応フローと訓練について定期的に確認を行い、事故に速やかに対応できるようにするとともに、事故発生時には市と担当地域包括支援センターへ速やかに報告を行うこと。併せて市の申し出により事故報告書を提出すること。

9 苦情への対応

トラブルの未然防止に努めるとともに、利用者の苦情には誠意をもって対応すること。

10 会場等の費用

会場や機器等を使用する際に発生する費用は、事業者負担とする。また、利用者から実費を徴収する場合は、事前に市と協議をすること。

11 その他留意事項

(1) 研修、情報交換、自主勉強会等の機会を生かして、常に研鑽に努めること。

(2) 受託者は、業務にあたり、身だしなみ・接遇に留意し、職務に従事している間は名札を着用すること。

(3) 運動器の機能向上についての理解のみならず、老年学や骨折予防及び膝痛・腰痛などの運動器疾患対策に対する理解を深め、また、心理的・社会的にも高齢者を理解した上で、安全にプログラムを提供すること。

(4) 事業実施中に利用者が少なくなったことを理由に、1クール途中での教室の中断は行わないこと。

(5) 各事業所にAED(自動体外式除細動器)を設置し、救急法、AEDの使用法の知識を習得しておくことが望ましい。

【介護予防・生活支援サービス 通所型サービス C】
わっはっ歯教室(口腔機能向上プログラム)委託仕様書

1 目的

高齢者の摂食・嚥下機能の低下を早期に発見するとともに、その悪化を予防し、口腔機能の改善、向上により、要介護状態等となることの予防又は要介護状態等の軽減若しくは悪化を防止し、高齢者が住み慣れた地域において自立した日常生活が継続できることを目的とする。

2 対象者

次の①または②に該当し、かつ口腔機能の低下のある高齢者で介護予防マネジメントによって、事業の利用が適切と判断された者

①要支援1または2の認定を受けた者

②基本チェックリスト※により生活機能が低下していると判断され、総合事業の登録をされた者

※生活機能低下のある高齢者を早期発見するために厚生労働省が作成した「基本チェックリスト」は、25の質問項目を本人が主観で回答し、基準に沿って判定する。

3 実施場所

市内の公共施設又は法人等が設置運営する施設等において行う。また、実施の際は、安全やプライバシーに配慮した場所で実施すること。

4 実施回数・時間

利用者の過度な負担とならず、効果が期待できる回数とし、1クール6回(月2回×3か月)を基本とする。1回あたりの時間は、90～120分程度とする。

5 スタッフ

専門的知識・技術を兼ね備える歯科衛生士、看護職員等。

6 事業内容

1回人数～10人程度に対し、口腔清掃の指導、摂食・嚥下機能訓練を行う。「口腔機能の向上マニュアル(第4版)」(令和4年3月)に基づき、主治医や介護予防ケアマネジメントを行う地域包括支援センター職員等(以下、「地域包括支援センター職員等」という)と連携をとりながら、(1)から(5)のプロセスにそって実施すること。

(1) 重要事項の説明

事業に関する事項の説明を行い、本人の同意を得る。

(2) 事前アセスメントの実施

①専門スタッフは、事業開始前に対象者の口腔機能の状態の把握・評価を行う。

②事業者は、地域包括支援センター職員等が召集するサービス担当者会議及び地域ケア会議に専門スタッフ等を出席させ、専門的見地から必要な意見を述べるようにする。

(3) 個別サービス計画の作成

専門スタッフは、アセスメント及びサービス担当者会議等結果を踏まえ、個別の対象者ごとのプログラムの内容、実施期間、実施回数等を記載した個別サービス計画を作成する。概ね次の①から⑥の内容をプログラムに含むものとする。

① 口腔清掃

② 咀嚼機能訓練

③ 構音・発声訓練

- ④ 嚥下機能訓練
- ⑤ 呼吸法に関する訓練
- ⑥ 食事環境についての指導 等

(4) プログラムの実施

個別サービス計画に基づき、プログラムを実施する。専門スタッフの技量や対象となる高齢者の機能の状態等に応じて柔軟に対応するとともに、対象者が在宅においても口腔清掃や日常的にできる口腔機能の向上のための訓練ができるように指導を行うこと。

(5) モニタリング

1か月ごとに目標の達成状況についてモニタリングを行い、適宜プログラムの実施方法等について見直しをすること。

モニタリングの結果を記録し、利用実績とともに地域包括支援センター職員等に報告すること。

(6) 事後アセスメントの実施

専門スタッフは、計画終了後に、対象者の目標の達成度、口腔機能の状態等を評価する。その結果を地域包括支援センター職員等に報告する。

7 安全管理体制

必ず傷害保険に加入するとともに、参加者の安全性を十分に考慮し、事故発生時の対応を含めた安全管理マニュアルを整備すること。また、対象者の保有する医学的リスク、教室前・中・後の留意点、安全管理マニュアルの内容及び更新、緊急時対応フローと訓練について定期的に確認を行い、事故に速やかに対応できるようにするとともに、事故発生時には市と担当地域包括支援センターへ速やかに報告を行うこと。

8 苦情への対応

トラブルの未然防止に努めるとともに、利用者の苦情には誠意をもって対応すること。

9 会場等の費用

会場や機器等を使用する際に発生する費用は、事業者負担とする。また、利用者から実費を徴収する場合は、事前に市と協議をすること。

10 その他留意事項

- (1) 研修、情報交換、自主勉強会等の機会を生かして、常に研鑽に努めること。
- (2) 受託者は、業務にあたり、身だしなみ・接遇に留意し、職務に従事している間は名札を着用すること。
- (3) 事業実施中に利用者が少なくなったことを理由に、1クール途中での教室の中断は行わないこと。
- (4) 各事業所にAED(自動体外式除細動器)を設置し、救急法、AEDの使用法の知識を習得しておくことが望ましい。