

【参考】

○白岡市シニア元気アップ教室実施要領

平成28年10月28日

(目的)

第1条 この要領は、白岡市地域支援事業実施要綱（平成19年白岡町告示第117号。以下「要綱」という。）第3条第1項第1号イ（イ）の介護予防普及啓発事業のうち、高齢者の筋力向上、及び高齢者同士の交流により、介護予防を図ることを目的としたシニア元気アップ教室（以下「教室」という。）の実施に必要な事項を定めるものとする。

(対象者要件)

第2条 要綱別表第1の1に規定する市長が定める要件は、次に掲げる全てに該当するものとする。

- (1) 市内に住所を有する第1号被保険者
- (2) トレーニングを行う上で支障がない者
- (3) 通所が可能で家族等の協力が得られる者
- (4) その他市長が必要と認めた者

(事業内容)

第3条 教室は、健康運動指導士等の専門スタッフ（以下「専門スタッフ」という。）の指導の下に実施するものとする。

2 トレーニングプログラム（以下「プログラム」という。）は、次のとおりとする。

- (1) 参加者事前調査
- (2) 開始時における体力測定
- (3) トレーニング負荷量の見極め及び個別プログラムの作成
- (4) 機器を使用したトレーニング
- (5) 中間時及び終了時における体力測定
- (6) 開始時、中間時及び終了時における体力測定に基づく個人評価及び事業評価
- (7) 栄養改善及び口腔機能の向上プログラムの実施

(実施回数及び期間)

第4条 教室の実施回数は24回とし、原則として週2回で3か月程度の実施期間とする。

(フリートレーニング事業)

## 【参考】

第5条 第3条第2項のプログラム終了後、第6条の利用要件を満たし、かつ希望する者に対し、フォローアップを目的としたトレーニング事業（以下「フリートレーニング事業」という。）を実施するものとする。

（フリートレーニング事業利用要件）

第6条 フリートレーニング事業の利用対象者は、第3条第2項に規定するプログラムを修了した者とする。

2 プログラムの修了条件は、当該プログラムにおいて、3分の2以上の出席並びに前条第2項第2号に規定する開始時における体力測定の実施及び同項第5号に規定する中間時及び終了時における体力測定の実施を必要とする。

（フリートレーニング事業利用者事後評価）

第7条 フリートレーニング事業利用者に定期的な体力測定及び口腔機能チェックを行い、個人評価を実施するものとする。

（委託）

第8条 教室は、要綱第5条第1項の規定により適切な事業運営が確保できると認められる事業者に委託するものとする。

（申請）

第9条 教室に参加しようとする者は、様式第1号の白岡市シニア元気アップ教室参加申請書に様式第2号の白岡市シニア元気アップ教室参加者調査票（以下「参加者調査票」という。）を添えて、市長に提出しなければならない。

2 市長は、前項の参加者調査票に基づく調査をした結果、掛け付けの医師等の意見を徴する必要があると認めるときは、申請者に対し、様式第3号の白岡市シニア元気アップ教室参加意見書（以下「参加意見書」という。）の提出を求めることができる。

（参加の決定）

第10条 市長は、前条の申請があったときは、参加者選考会議において、審査を行わなければならない。

2 参加者選考会議は、次に掲げる者をもって構成する。

- (1) 健康福祉部高齢介護課事業担当者
- (2) 保健師又は看護師
- (3) 委託事業者
- (4) その他市長が必要と認めたもの

3 市長は、参加者選考会議において参加者が決定したときは、様式第4号の白岡市シニア元気アップ教室参加（許可・不許可）決定書により、申請者に通知

## 【参考】

するものとする。

(参加の停止)

第11条 市長は、参加者が次の各号のいずれかに該当したときは、教室への参加を停止することができる。

- (1) 第2条に規定する要件を満たさなくなったとき。
- (2) 教室への参加を辞退したとき。
- (3) 特別養護老人ホーム、養護老人ホーム、老人福祉施設その他の施設に入所し、又は医療機関に入院したとき。
- (4) その他参加することが困難又は不適切な事由が生じたとき。

(費用負担)

第12条 教室に係る費用は、無料とする。ただし、参加意見書、傷害保険加入料及び家庭で行う運動に必要な物品等の購入に係る費用は、要綱第6条第2項の規定により、参加者の負担とする。

(記録及び評価)

第13条 専門スタッフは、事業の円滑な運営に資するため、教室に係るトレーニング日誌その他必要な帳票を記録し、及び整備し、利用者的心身上の効果測定を実施するとともに、当該記録に基づき評価を行うものとする。

(補則)

第14条 この要領に定めるもののほか、必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この要領は、平成28年10月28日から施行する。