

調査		改算		設計		設計者氏名	
----	--	----	--	----	--	-------	--

令和 8 年度

下田市健康教育・健康相談業務（健康教室）

実施 設計書

金

円 也

1. 事業名

下田市健康教育・健康相談業務（健康教室）

1. 納入場所

下市内

1. 概要

健康教室実施 3 回

内 訳 表

[illegible]

第1号明細書

下田市健康教育・健康相談業務（健康教室） 明細書

金 円也

1/1

名 称	形 状 寸 法	数 量	単 位	単 価	金 額		摘 要
					全 体	特殊二次製品	
保健師・管理栄養士等専門職の報酬	4人×3回	12.00	式				
保健師・管理栄養士等専門職の報酬（打ち合わせ）	2人×4回	8.00	式				
交通費		20.00	式				
需用費	消耗品費（一般事務用品他）	1.00	式				
	印刷製本費（チラシ、資料、封筒印刷他）	1.00	式				
役務費	セキュリティ便4回	4.00	回				
	郵送料4,100円+120円（教室）	4220.00	式				
	教室参加者への案内等郵送料	90.00	式				
	傷害保険料	3.00	式				
計					0		

令和 8 年度 下田市健康教育・健康相談業務（健康教室）仕様書

1 業務委託名

令和 8 年度 下田市健康教育・健康相談業務（健康教室）

2 目的

生活習慣の改善による医療費の抑制を目的に、生活習慣病予防教室を実施する。

3 履行期間

契約日から令和 9 年 3 月 15 日まで

4 受託条件

（１）生活習慣病予防対策業務の実績等

本業務を実施する業者は、本業務と同種業務の受託実績を過去 3 年以内（令和 5 年 4 月以降）に有すること。

（２）プライバシーマーク等の取得

本業務は、個人の健診結果情報を取り扱う性質上、ISMS 認証又はプライバシーマークを取得しており、情報セキュリティの確保に努めること。

（３）業務に関するすべての印刷物（教室の募集チラシ等）の作成

各種印刷物について再委託する事なく、自社内で企画、編集、デザインを行い、フリーのイラストを使用することなく、市の要望に対してスピーディーに対応し、効果の上がる企画案を提示出来ること。

また、高齢者や色弱者などすべての人に情報を正しく伝えるユニバーサルデザイン（ユニバーサルデザインフォント使用）に配慮すること。

なお、校正は 3 回以上または市が承認するまで行うこと。

5 委託内容

下田市国保被保険者を対象に、生活習慣病重症化予防のために健康教育を実施する。内容は、高血圧予防に関することを主とする。

また、受注者にて、生活習慣病予防教室の運営全般（参加者募集、予防教室の講師、スタッフの手配、健康測定機器による測定、運動改善指導など運営業務全般、保健指導と継続的支援、評価を含む事業）を行うこととする。

(1) 対象者

通知対象者 下田市国保被保険者（約 4,100 人）

教室規模 各回 30 人程度

(2) 通知の作成及び発送業務

国保被保険者に対し広く周知及び募集をかけるため対象者に対し個別に封書又はハガキによる通知を行うこと。通知物の作成及び発送は、受注者にて行い、発送用封筒は、受注者にて用意する。

市が指定する対象者へ対面で周知するために、教室の広報ツールを作成、印刷したもの（200 枚）を市に渡すものとする。

(3) 開催回数 年 3 回

(4) 教室内容

- ・ 血圧に関する基礎知識の説明
- ・ 血圧を下げる運動の実習
- ・ 減塩の効果とポイントの説明

減塩やカリウム摂取量を増やすために必要なことを考えるための媒体を工夫し行動変容に繋がる内容とし、また塩分チェック表などを活用し 1 日の塩分摂取量を推計するなど工夫する。

- ・ 生活改善や服薬の効果と必要性の説明
- ・ 講座終了後に行動変容を促すためのアンケートを実施する。
- ・ 3 週間後に記入する行動変容と受診状況を確認するためのアンケートと返信用封筒を配布し、意識付けのための説明を行う。返信用封筒は、受注者にて用意する。
また、アンケートの返送がなかった者に対しては、電話により行動変容と受診状況の確認を行う。架電した日時、ヒアリング内容を記録して報告する。
- ・ 教室の効果を高めるため、参加者からの波及効果を狙って、参加者から友人、近隣の人、職場の人などに配布してもらえるよう教室で使用した資料を 100 部多く用意する。
- ・ 教室で実施する内容は、市が必要に応じて実施する取組の中で広く活用できるものとし、市が行う健康づくりや介護予防を目的とした事業でも活用できるよう、関係する機関や団体にも情報提供できるものとする。
- ・ 全体の健康教育終了後に、希望者や必要な人には個別指導を行う。

(5) 健康教育のポイント

- ・ 市の特性や特徴を理解したうえで、地域性を活かした企画とする。
- ・ 参加者の気づきを促すため、実習を多くし、考える時間を織り交ぜ、受け身ではなく能動

的に参加できるように働きかける。

- ・最後に、行動変容を促すためのアプローチをしっかりと行う。
- ・服薬が必要な人が受診につながるように支援する。

(6) 市と受託者との打ち合わせについて

進捗状況を確認し、短期でPDCAサイクルを回し、事業の効果を高めるために、市と受託者との打ち合わせを3回以上実施する。

(7) 事業の目標値と評価

- ・アウトプット

教室に90人程度が参加する。

- ・アウトカム

教室参加者のうち、80%以上が生活習慣改善の意思を示す。

(8) 各回30名(計90名)の参加を目指すこと

(9) 教室の実施にあたり、保健指導の従事者として保健指導や教室運営経験のある者(管理栄養士及び健康運動指導士の資格を有する者)を配置する。

6 データの提供について

- (1) データの提供は、原則として、LGWANを通じて提供するものとする。
- (2) (1)の運用ができない場合は、受注者が指定するセキュリティの担保されたファイル共有サービス、または追跡可能な配送サービス(レターパック、書留、特定記録郵便、ゆうパックなど)の利用により発注者と受注者の間でデータの授受を行う。
- (3) (1)、(2)とも運用ができない場合は、発注者と受注者にて協議の上、個別に提供方法を決定する。

7 その他

- (1) 業務を推進するに当たっては下田市業務委託契約約款を遵守すること。
また、約款に定めていないことについては、両者協議のうえ決定すること。
- (2) 本業務に要する費用については、すべて本業務の委託料に含むこと。
- (3) 市は、本業務に必要な資料等を受注者に無償で提供すること。
- (4) 本業務の委託料の請求は、すべての業務が終了後に行うものとする。

【特記事項】

受注者は国(厚生労働省保険局)が示した「特定健診・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き(2026/03/09 Ver4.3)」:「4-1-2 特定保健指導の外部委託に関する基準(告示 第

2)」の要件を満たしていること。

その他、仕様書に定めないことについては、その都度、市の担当者と協議をすること。