

生活習慣病予防運動セミナー業務委託契約書

警察共済組合茨城県支部長（以下「甲」という。）と受託者（以下「乙」という。）とは、生活習慣病予防運動セミナー（以下「運動セミナー」という。）業務委託について、次の条項により契約を締結する。

（総則）

第1条 乙は、別紙1「仕様書」に基づいて、運動セミナーを実施しなければならない。

（委託業務）

第2条 甲が乙に委託する業務の内容は、別紙1「仕様書」のとおりとする。

2 乙は、運動セミナー完了後、別紙3「業務完了報告書」を作成し、遅滞なく甲に送付しなければならない。

（契約期間）

第3条 契約期間は、契約締結の日から令和9年3月31日までとする。

（契約保証金）

第4条 地方公務員等共済組合法施行規程第32条及び地方公務員等共済組合法施行規程運用方針第32条関係により免除する。

（委託料の請求）

第5条 甲が乙に支払う委託料は別紙2「委託料内訳書」のとおりとする。

（委託料の請求）

第6条 乙は、別紙2「委託料内訳書」で定める委託料に実施回数等に乗じて算出した金額に、消費税及び地方消費税の額を加算した額とする。ただし、1円未満の端数が生じた場合はこれを切り捨てるものとする。

（委託料の支払い等）

第7条 甲は、乙から前条の請求があった場合は、その内容を点検し、適法と認めたときは、受理した日から30日以内に乙に請求額を支払うものとする。

（再委託の禁止）

第8条 乙は、甲が乙に委託する業務の全部又は一部を第三者に委託してはならない。ただし、あらかじめ甲の承諾を得たときは、この限りでない。

（権利義務譲渡の禁止）

第9条 乙は、甲の承諾を得ないで、この契約に基づいて生じる権利及び義務を第三者に譲渡し、継承させてはならない。

（損害賠償責任）

第10条 乙は、本委託業務実施中に乙の責めに帰すべき事由により、甲又は第三者に対して損害を与えた場合は、乙がその損害を賠償するものとする。

（個人情報の保護）

第11条 乙は、業務の実施に当たり知り得た個人情報について、関係法令を遵守することに加え、別紙4「個人情報取扱注意事項」や茨城県が定める個人情報の取扱いに係る条例等に基づき適正に取り扱うものとする。

（契約の解除）

第12条 甲は、乙が次の各号に該当するときは、この契約の全部又は一部を解除することがで

きる。甲は、この場合において、生じた損害を乙に請求することができる。

- (1) 乙がこの契約に違反したとき。
 - (2) 乙がこの契約を履行しないとき、又は履行することが困難であると甲が認めたとき。
 - (3) 乙の行為に詐欺その他不正の行為があると認めたとき。
 - (4) 乙が故意又は過失により甲に重大な損害を与えたとき。
 - (5) 乙がこの契約に定める事項に違反し、又は違反するおそれがあると甲が認めたとき。
- 2 甲は、第1項の規定により契約を解除しようとするときは、その理由を記載した書面により、乙に通知する。この契約を解除した場合、契約解除までの業務実績に応じて、乙に委託料を支払うものとする。

(秘密の保持)

第13条 乙は、この契約による業務の遂行に際し、知り得た事項を他人に漏らしてはならない。この契約が終了し、又は解除された後においても同様とする。

(疑義の決定)

第14条 この契約に定めのない事項が生じたときは、必要に応じて、甲乙誠意を持って協議の上決定するものとする。

この契約を証するため、本書2通を作成し、甲乙記名押印の上、各1通を保有するものとする。

令和8年 月 日

甲 茨城県水戸市笠原町978番6
警察共済組合茨城県支部
支部長 滝澤幹滋

乙 受 託 者

生活習慣病予防運動セミナー業務委託仕様書

- 1 委託業務名
生活習慣病予防運動セミナー業務委託
- 2 委託期間
契約締結日から令和9年3月31日まで
- 3 実施場所
警察共済組合茨城県支部が指定する茨城県内の警察関連施設
- 4 実施日時
月曜日から金曜日（祝日及び12月29日から1月3日を除く。）までのそれぞれ午前9時から午後8時までの間で警察共済組合茨城県支部が指定する日時
- 5 業務内容
生活習慣病の改善に効果的な運動に関する専門的知識を有する者による実技指導
- 6 実技指導及び講義の内容（プログラム）
 - (1) 体力トレーニング（講師1名 1レッスン60分 30名程度）
正しいストレッチ、筋力トレーニング及び有酸素運動を体験し、体力の向上を導くプログラム。
 - (2) ボールエクササイズ（講師1名 1レッスン60分 30名程度）
直径20cm程度のピラティスボール（同等品可）を使用し、筋力トレーニング、ストレッチ及びセルフマッサージを体験し、運動の楽しさを学ぶプログラム。
必要となるボールは受託者が持参し、参加者に配布する。
 - (3) ウォーキング基礎（講師1名 1レッスン60分 30名程度）
正しい姿勢、歩幅、スピードで歩くコツを学び、消費量を高める効果的な歩き方を習得して、通勤や日常生活の中での歩きをエクササイズに変えることでメタボ対策に効果的なプログラム。
 - (4) 椅子又はマットヨガ（講師1名 30名程度）
椅子ヨガは1レッスン30分のみ、マットヨガは1レッスン30分又は60分
椅子又はヨガマットを使ったヨガにより、リラックス効果で心と身体の調子を整える方法を学ぶプログラム。
必要となるヨガマットは受託者が持参し、参加者に貸し出すが、実施場所が武道場（畳）の場合は、ヨガマットは不要とする。
 - (5) 女性のための運動・リラクゼーション（講師1名 1レッスン60分 30人程度）
女性の健康課題（月経前症候群や更年期障害など）や症状について対処方法を知り、運動を取り入れた自分なりのリラックス方法を見つけるプログラム。
 - (6) 肩こり・腰痛エクササイズ（講師1名 1レッスン30分又は60分 30名程度）
肩こり・腰痛についての要因を知り、日常生活でできる対策や、予防に役立つストレッチ

チ及び筋トレを学ぶプログラム。

- (7) 転倒及び労働災害予防のためのエクササイズ（講師1名 1レッスン60分 30名程度）
年齢を重ねることで起こる体の変化と労働災害を学び、体操の実践とセルフチェックを通じて、転倒を未然に防ぐ体づくりを学ぶエクササイズ。

7 アシスタントの追加

各プログラムとも参加予定人数が30名を超える場合、必要に応じてアシスタント1名の配置を認めるものとする。

8 完了報告

セミナー実施者は業務を完了したとき、警察共済組合茨城県支部に対して、遅滞なく業務の完了を書面により報告するものとする。

9 留意事項

各プログラムについては、ソーシャルディスタンスを十分に確保できるプログラム構成とし、特殊な道具を用いず、セミナー参加者がセミナー実施後に自宅等において個人で実践可能なものとする。

委託料内訳書

項 目	単位	金額 (消費税及び地方消費税を除く。)
1 体力トレーニング (60分)	回	円
2 ボールエクササイズ (60分)	回	円
ボール	個	円
3 ウォーキング基礎 (60分)	回	円
4 マットヨガ (60分)	回	円
5 椅子又はマットヨガ (30分)	回	円
ヨガマット	枚	円
6 女性のための運動・リラクゼーション (60分)	回	円
7 肩こり・腰痛エクササイズ (60分)	回	円
8 肩こり・腰痛エクササイズ (30分)	回	円
9 転倒及び労働災害予防のためのエクササイズ (60分)	回	円
アシスタント1名追加	回	円

※ 各金額には実施場所までの交通費等1回あたりに要する全てを含む額とする。

※ 参加予定人数が30名以上となった場合に、必要に応じてアシスタント1名を追加する。

業務完了報告書

令和 年 月 日

警察共済組合茨城県支部長 殿

下記の業務が完了しましたので報告します。

記

1 委託業務名

生活習慣病予防運動セミナー業務委託

2 契約締結日

令和8年 月 日

3 実施日

令和 年 月 日

4 実施内容

(1) プログラム名

(2) 実施場所

(3) 参加人数

個人情報取扱注意事項

(基本事項)

第1条 乙は、個人情報の保護の重要性を認識し、この契約に関わる業務（以下「業務」という。）の実施に当たっては、個人の権利利益を侵害することのないよう、個人情報の取扱いを適正に行わなければならない。

(秘密の保持)

第2条 乙は、業務に関して知り得た個人情報を他人に漏らし、又は他の目的に使用してはならない。この契約が終了し、又は解除された後においても同様とする。

2 乙は、その使用する職員に対し、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。

(収集の制限)

第3条 乙は、業務処理に関し、個人情報を収集する場合は、業務目的を達成するために必要最小限の範囲で、適法かつ公正な方法により行わなければならない。

(目的外利用及び提供の禁止)

第4条 乙は、甲の承諾を受けた場合を除き、業務に関して知り得た個人情報を契約の目的以外のために利用し、又は第三者に提供してはならない。

(漏えい、滅失及び毀損の防止等)

第5条 乙は、業務に関して知り得た個人情報の漏えい、滅失及び毀損の防止その他個人情報の適切な管理のために必要な措置を講ずるよう努めなければならない。

(資料等の返還等)

第6条 乙は、業務を処理するため、甲から提供を受け、又は自ら収集し、若しくは作成した個人情報が記録された資料等を、業務完了後直ちに甲に返還し、又は提供しなければならない。ただし、他の法令等による規定がある場合又は甲が別に指示した場合は、この限りでない。

(複写又は複製の禁止)

第7条 乙は、業務の実施に著しい支障を及ぼすおそれがある場合を除き、甲から提供された個人情報が記録された資料等を甲の承諾を得ないで複写し、又は複製してはならない。

(再委託の制限)

第8条 乙は、業務を処理するに当たりその個人情報の取扱いは自ら行うものとし、甲が承諾した場合を除き、第三者にその取扱いを委託してはならない。

(事故発生時における報告)

第9条 乙は、この個人情報注意事項に違反する事態が生じ、又は生じるおそれのあることを知ったときは、速やかに甲に報告し、その指示に従うものとする。