

生活習慣病対策予防教養業務委託仕様書

本仕様書は、警察共済組合茨城県支部長（以下「甲」という。）が受託者（以下「乙」という。）に委託する生活習慣病予防教養業務委託の内容について定める。

1 委託業務名

生活習慣病予防教養業務委託

2 目的

警察共済組合茨城県支部組合員の生活習慣病予防対策として、食事や運動等の生活習慣の指導を通じて自己管理意識の向上を図るため集合教養を実施し、生活習慣の改善に資するもの。

3 委託期間

契約締結日から令和 9 年 3 月 31 日まで

4 対象者

警察共済組合茨城県支部が指定する組合員 200 名程度とする。

5 実施場所

乙は、45 人程度が受講可能で、敷地内に対象者分の無料駐車場を完備している屋内運動施設（体育館、アリーナ、ジム等）を水戸市内に準備し、教養を実施すること。

6 実施内容

専門的知識を有する者による生活習慣病の改善に効果的な次の集合教養を行う（1 回 180 分）。

(1) 食事セミナー（60 分）

食習慣の振り返り、生活習慣病の重症化予防のための具体的な基礎知識の提供、食習慣の改善に向けたアドバイスを実施すること。

(2) 運動セミナー（60 分）

運動の目的、実施タイミング、各種運動方法の紹介、実践指導を実施すること。

(3) 体成分測定（60 分）

筋肉量及び体脂肪量計測を含めた体成分測定を実施し、対象者に対して生活習慣改善への活用等の説明を行うこと。

7 実施方法

(1) 集合教養は、「6 実施内容」の全項目の実施をもって 1 回とし、委託期間中に 6 回計画し、開催の 1 か月前までに甲へ実施計画を書面にて提出すること。

(2) 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 4 時 45 分までの間（午後 0 時から午後 1 時を除く。）に開催すること。

(3) 集合教養は対面で実施し、各項目 60 分とすること。

(4) 対象者を食事セミナー、運動セミナー、体成分測定の 3 グループに分け、順次全項目を実施させ、1 回につき 180 分の集合教養とすること。

(5) 集合教養に当たっては、専門職（医師、看護師、保健師、管理栄養士、理学療法士、

健康運動指導士のいずれか)を毎回1名以上配置すること。

- (6) 食事セミナー及び運動セミナー受講時に使用する資料を作成し、集合教養時に配布すること。

- (7) 体成分測定器は、毎回1台以上準備することとし、測定結果は印刷した上で、本人に交付すること。

なお、体成分測定器使用にかかる費用は全て乙の負担とする。

また、測定の待ち時間を利用してジムの設備や運動器具を利用した運動指導や健康指導を行うこと。

- (8) 生活習慣の振り返り及び3か月間の行動目標設定記入用紙を作成し、集合教養開始時に配布すること。また、対象者の目標設定に対し、具体性があり達成可能目標となるよう助言指導を実施すること。

- (9) 集合教養実施後、対象者に対し、健康意識の変化や実施内容の評価等を目的としたアンケートを実施すること。

なお、アンケートの集計結果については、集合教養最終日から2週間以内に甲に提出すること。

- (10) 集合教養の実施方法、各種資料の内容、アンケートの内容については、集合教養実施の2週間前までに甲の承認を受けること。

8 完了報告

乙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別紙により報告するものとする。

9 その他

本仕様書に疑義が生じた場合及び本仕様書に定めのない事項については、甲と乙が協議の上決定する。

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

(受託者)

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
 生活習慣病予防教養業務委託（●回目）
- 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) 集合教養
 食事セミナー、運動セミナー、体成分測定
 - (2) 実施場所

 - (3) 参加人数