

【記載例】

令和 年 月 日

広島市

契約者の「法人名（事業所名）」「所在地」「代表者（職名・氏名）」を記載してください。

法人名
(事業所名) 株式会社〇〇
所在地 広島市〇区〇〇
代表者 職名 代表取締役
氏名 〇〇 〇〇



令和8年度短期集中運動型デイサービス業務を受託し、以下のとおり実施したいので、必要書類を添えて委託要件の確認を依頼します。

1 申込区分(該当する方を☑してください。)

- 継続 (令和7年度受託事業者)
- 新規

原則、令和8年4月～10月までの偶数月の1日付の契約となります。

2 実施事業所について(下表に記入ください。)

1 契約締結希望日	令和 年 月 日		
2 事業所の名称	〇〇フィットネス		
3 事業所の所在地	〒 〇〇〇 - 〇〇〇〇 広島市〇区〇〇		
4 高齢者に対する運動指導の実績	※令和7年度受託事業者は記入不要です。 令和〇年度に〇市の介護予防事業を受託 (別添のとおり)		
5 運動機能向上プログラムを行う機能訓練室の面積	m ² 「利用定員×概ね3m ² 」の面積が必要です。		
6 利用定員	人		
7 実施予定日	曜日	〇曜日	
	時間	〇時～〇時	
8 従事予定者	別紙「短期集中運動型デイサービス従事予定者」のとおり		
9 運動機能向上プログラムの実施内容	内容	内容の詳細	所要時間
	受入可能な曜日と時間帯を記載してください。		
※ ¹ 1回の教室当たりの実施内容及び実施時間を具体的に記入してください。 ※ ² 適宜行の追加などしてください。 ※ ³ 内容がわかる資料の添付でも可。		別添のとおり。 「介護予防マニュアル【第4版】(株式会社野村総合研究所発行)」を活用し、短期間で生活機能の向上に効果的な内容とすること。	

【記載例】

<p>10 送迎サービス</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 実施する <input type="checkbox"/> 実施しない</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 中区 (詳細:)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 東区 (詳細:)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 南区 (詳細:〇〇、〇〇、〇〇圏域のみ)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 西区 (詳細:〇〇小学校区は除く)</p> <p><input type="checkbox"/> 安佐南区 (詳細:)</p> <p><input type="checkbox"/> 安佐北区 (詳細:)</p> <p><input type="checkbox"/> 安芸区 (詳細:)</p> <p><input type="checkbox"/> 佐伯区 (詳細:)</p>												
<p>11 連絡先 (契約に関することについての連絡先を御記入ください。)</p>	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 30%;">住 所</td> <td>〒 〇〇〇 - 〇〇〇〇 広島市〇区〇〇</td> </tr> <tr> <td>事業所名</td> <td>〇〇フィットネス</td> </tr> <tr> <td>電話番号</td> <td>〇〇〇-〇〇〇〇</td> </tr> <tr> <td>FAX番号</td> <td>〇〇〇-〇〇〇〇</td> </tr> <tr> <td>e-mail</td> <td>.....@hiroshima.co.jp</td> </tr> <tr> <td>担当者名</td> <td>〇〇 〇〇</td> </tr> </table> <div style="border: 1px solid black; background-color: #e0f0ff; padding: 5px; margin-top: 10px; width: fit-content;"> <p>契約に関する連絡先を記載してください。</p> </div>	住 所	〒 〇〇〇 - 〇〇〇〇 広島市〇区〇〇	事業所名	〇〇フィットネス	電話番号	〇〇〇-〇〇〇〇	FAX番号	〇〇〇-〇〇〇〇	e-mail@hiroshima.co.jp	担当者名	〇〇 〇〇
住 所	〒 〇〇〇 - 〇〇〇〇 広島市〇区〇〇												
事業所名	〇〇フィットネス												
電話番号	〇〇〇-〇〇〇〇												
FAX番号	〇〇〇-〇〇〇〇												
e-mail@hiroshima.co.jp												
担当者名	〇〇 〇〇												

【記載例】

別紙 短期集中運動型デイサービス従事予定者(資格証の写しを添付してください。)

運動器の機能向上プログラム

氏 名	職 種	運動指導の 経験年数	アセスメント、個別 計画作成、評 価の実施
〇〇 〇〇	<input checked="" type="checkbox"/> 理学療法士 <input type="checkbox"/> 作業療法士 <input type="checkbox"/> 柔道整復師 <input type="checkbox"/> 健康運動指導士 <input type="checkbox"/> 健康運動実践指導者 <input type="checkbox"/> 介護予防運動指導員 <input type="checkbox"/> その他 ()	10 年	<input checked="" type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし
〇〇 〇〇	<input type="checkbox"/> 理学療法士 <input checked="" type="checkbox"/> 作業療法士 <input type="checkbox"/> 柔道整復師 <input type="checkbox"/> 健康運動指導士 <input type="checkbox"/> 健康運動実践指導者 <input type="checkbox"/> 介護予防運動指導員 <input type="checkbox"/> その他 ()	5 年	<input checked="" type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし
	<input type="checkbox"/> 理学療法士 <input type="checkbox"/> 作業療法士 <input type="checkbox"/> 柔道整復師 <input type="checkbox"/> 健康運動指導士 <input type="checkbox"/> 健康運動実践指導者 <input type="checkbox"/> 介護予防運動指導員 <input type="checkbox"/> その他 ()		
	<input type="checkbox"/> 理学療法士 <input type="checkbox"/> 作業療法士 <input type="checkbox"/> 柔道整復師 <input type="checkbox"/> 健康運動指導士 <input type="checkbox"/> 健康運動実践指導者 <input type="checkbox"/> 介護予防運動指導員 <input type="checkbox"/> その他 ()	年	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし

アセスメント、個別計画作成、評価が実施できる職種は「理学療法士、作業療法士、柔道整復師、健康運動指導士、健康運動実践指導者又は介護予防運動指導員」です。

※必要に応じて行を追加してください。

【記載例】

【参考】別添「運動機能向上プログラムの内容が分かる資料」の例

所要時間	要素	内容	内容の詳細
5分	安全管理	・体調チェック 問診票記入、血圧・脈拍測定	・体調チェックにより、運動の可否・制限等の判断を行う。 ・前回の運動後の疲労や痛みの状況を確認する。
10分	運動習慣の定着	・継続支援 自宅での実施状況の確認	・前回の宿題や目標達成状況を確認する。
20分	柔軟性の向上 平衡感覚の向上	・ウォーミングアップ ストレッチ、バランス運動	・ストレッチポールを用いた運動
40分	筋力、筋持久力、生活機能等の向上	・トレーニング 筋力アップトレーニング 体調確認（脈拍測定等） ※バランスに課題がある場合、バランス運動もあわせて実施します。	・ゴムチューブを用いた運動 ・マシントレーニング（レッグプレス、滑車運動器）
10分	筋力疲労回復	・クーリングダウン ストレッチ、脈拍測定	・ストレッチポールを用いた運動
5分	運動習慣の定着	・継続支援 自宅等での実施方法の検討 次回までの宿題の確認	・自宅で実施する内容をまとめたプリントを配付する。

合計：1時間30分

使用する機器等を記載してください。

サービス提供時間は1～2時間としてください。