

## シニアリーダー養成講座・地域活動支援事業実施要綱

### (目的)

第1条 この要綱は、本市に住民票を有する者を対象として、介護予防の重要性や介護予防に繋がる生活習慣についての知識を学んでもらうとともに、運動指導の技術を習得してもらい、自主的な介護予防活動のリーダーとして活躍できるような人材の育成を目指す「シニアリーダー養成講座」(以下「講座」という。)の実施及び講座修了後の自主活動が円滑に行えるよう地域活動を支援することにより介護予防活動の推進を図ることを目的とした「シニアリーダー養成講座・地域活動支援事業」(以下「事業」という。)について、必要な事項を定めるものとする。

### (実施主体)

第2条 事業の実施主体は、千葉市とする。ただし、事業運営の全部又は一部を適切な事業運営が確保できると認められる社会福祉法人、医療法人、民間事業者等に委託することができる。

### (事業の構成)

第3条 この事業は、「地域支援事業の実施について」の別紙「地域支援事業実施要綱」(以下「実施要綱」という。)の「一般介護予防事業」のうち「地域介護予防活動支援事業」の定めるところにより、講座及び地域活動支援を行う。

### (対象者)

第4条 講座の対象者(以下「参加者」という。)は、本市に住民票を有する者で、地域でのシニアリーダー体操教室の運営に携わる意欲を有し、安全に体操教室の指導及び運営ができる者とする。

ただし、次の各号のいずれかに該当する者は、参加の対象から除くものとする。

- (1) 講座の運営に支障を及ぼすと認められる者。
- (2) その他、市長が不相当と認めた者。

### (事業内容)

第5条 講座は、次の各号に掲げる内容を実施する。

#### (1) 各プログラムの実施

##### ア 運動器の機能向上プログラム

転倒骨折の予防及び加齢に伴う運動器の機能低下の予防及び向上を目的とし、ストレッチや有酸素運動等を行う。

##### イ 栄養改善プログラム

低栄養状態を改善し、自分らしい生活の確立を支援することを目的とし、栄養に関する講話を行う。

##### ウ 口腔機能の向上プログラム

口腔機能の悪化を防止する観点から、口腔機能向上の講習及び摂食・嚥下機能に関する機能訓練の指導等を実施する。

##### エ 認知機能低下予防・支援プログラム

認知機能低下を予防し、認知症の発症を抑制・先送りすることを目的とし、コミュニケーションを図るとともに、認知症に関する知識の普及・啓発を実施する。

(2) 講座終了後に、前項で取得した知識や技術を地域において普及・啓発ができるよう、実技指導の練習やグループワークを実施する。

2 「地域活動支援」は、次の各号に掲げる内容を実施する。

- (1) 講座修了者への地域活動支援及びフォローアップ研修の実施
- (2) 連絡会・交流会の開催
- (3) 事務局の設置

(実施方法等)

第6条 講座は、1回あたり概ね120分程度、週1回実施するものとし、実施期間は概ね3か月程とする。

2 講座は、千葉市が指定した曜日及び施設で実施するものとする。

(参加の申出)

第7条 講座に参加しようとする者は、別紙「シニアリーダー養成講座参加同意書」の内容について十分理解し同意したうえで、シニアリーダー養成講座参加申出書(様式第1号)及びシニアリーダー養成講座自己チェックリスト(様式第2号)を市長に提出しなければならない。

なお、申出内容に変更が生じた場合は、その都度千葉市に報告するものとする。

(参加の取消)

第8条 市長は、講座参加者が次の各号のいずれかに該当するときは、事業の参加決定を取り消すことができる。

- (1) 参加者が第4条に掲げる要件に該当しなくなったとき。
- (2) 公序良俗に反する行為や他者の尊厳を傷つける行為を行ったと千葉市又は本事業を受託した事業者が判断した場合。
- (3) 偽りその他不正の手段により、事業の参加決定を受けたとき。

(補則)

第9条 この要綱に定めるもののほか必要な事項は、保健福祉局長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成27年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成29年4月1日から施行する。

附 則

- 1 この要綱は、平成30年4月1日から施行する。
- 2 この要綱の施行の際、現にこの要綱による改正前の様式により調整された用紙は、当分の間、必要な個所を修正して使用することができる。

附 則

- 1 この要綱は、令和5年4月1日から施行する。
- 2 この要綱の施行の際、現にこの要綱による改正前の様式により調整された用紙は、当分の間、必要な個所を修正して使用することができる。

附 則

- 1 この要綱は、令和8年4月1日から施行する。
- 2 この要綱の施行の際、現にこの要綱による改正前の様式により調整された用紙は、当分の間、必要な個所を修正して使用することができる。

千葉県長様

## シニアリーダー養成講座参加申出書

ふりがな 氏名		年齢
		歳
生年月日	大正・昭和・平成 年 月 日生	
ご自宅住所	〒 ー	
連絡先電話番号	( )	
連絡先電子メールアドレス	@	
緊急連絡先	氏名	続柄
	電話 ( )	
かかりつけ医	医療機関名称 電話 ( )	
希望する施設 の名称		

※主治医から運動制限の指示を受けている方は養成講座に参加することはできません。

※また、健康状態により、千葉県又は運営者が安全の確保が困難だと判断した場合及び公序良俗に反する行為や他者の尊厳を傷つける行為を行った場合には、養成講座の受講をお断りすることがあります。

別紙「シニアリーダー養成講座参加同意書」に同意するとともに、「シニアリーダー養成講座」の参加を申し出ます。

## シニアリーダー養成講座参加同意書

### 1 シニアリーダー養成講座の目的

シニアリーダー養成講座（以下「講座」という。）は、本市に住民票を有する方が、介護予防の重要性や介護予防に繋がる生活習慣についての知識を学ぶとともに、運動指導の技術を習得することを目的としています。

また、修了者が地域において、自主的な体操教室の運営・指導を担う介護予防活動のリーダーとして活躍できるような人材の育成を目指します。

### 2 実施方法

介護予防に関する知識や運動指導の技術を習得してもらうため、実技や講話を行います。また、実技指導やグループワークを実施します。

### 3 参加者の責務

講座を安全に実施するため、以下の注意事項をお守りください。

- (1) 過去の病歴や現在の身体状況を考慮し、自分の責任で教室へ参加すること。
- (2) 講座での事業者の責でない事由での事故等については、自分の責任で対応すること。
- (3) 睡眠不足、体調不良の時には無理をしないこと。
- (4) 身体に何らかの変調や異常が発生した場合は、速やかに担当者へ申し出ること。
- (5) 事業者の規則や指示に従い、安全で充実した時間を過ごすこと。
- (6) 公序良俗に反する行為や他者の尊厳を傷つける行為は行わないこと。

### 4 個人情報の取り扱い

事業実施に際して入手した個人情報については、個人情報の保護に関する法律の趣旨を踏まえ、適切に管理します。なお、講座の運営を委託する事業者には「シニアリーダー養成講座参加申出書」の情報を教室の安全管理の観点から提出いたしますのでご了承ください。

----- (切り取らないでください。)

私は、講座の目的、参加者としての私の責務について理解したうえで、講座に参加します。  
また、講座の運営に必要な情報を、サービス提供事業者、その他事業の実施に必要な範囲で関係する者に提供することに同意します。

令和 年 月 日

\_\_\_\_\_  
(参加者署名)

