

## チャレンジシニア教室事業実施要綱

### (目的)

第1条 この要綱は、本市に住所を有する65歳以上の者を対象に、参加者にとってのゆしみ、生きがいとなるような総合型介護予防事業として、多様な実習、趣味活動、教養活動を行うチャレンジシニア教室事業（以下「事業」という。）の円滑な実施のため、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。

### (対象者)

第3条 事業の対象者（以下「利用者」という。）は、市内に居住する65歳以上の者で、事業に参加する意欲を有すると認められ、週1回の教室に通える者とする。

ただし、次の各号のいずれかに該当する者は、事業の対象から除くものとする。

- (1) 介護保険法第19条第1項に規定する要介護認定又は同条第2項に規定する要支援認定を受けている者。
- (2) 事業の運営に支障を及ぼすと認められる者。
- (3) その他、市長が不相当と認めた者。

### (事業内容)

第4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。）の定めるところにより、次の各号に掲げるプログラムを実施する。

#### (1) 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。

#### (2) 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、栄養に関する講話や調理実習等を行う。

#### (3) 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。

#### (4) 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 前項のプログラムを実施するにあたっては、閉じこもりへのアプローチとして、特に男性高齢者の興味・関心をひくプログラム構成に留意する。

### (実施方法等)

第5条 この事業は、1回あたり概ね120分程度、週1回程度実施するものとし、1コース6回とする。  
2 この事業は、千葉市が指定した曜日及び施設で実施するものとする。

(利用の申出)

第6条 この事業を利用しようとする者は、別紙「チャレンジシニア教室参加同意書」の内容について十分理解し同意したうえで、チャレンジシニア教室利用申出書(様式第1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。

(利用の取消)

第7条 市長は、利用者が次の各号のいずれかに該当するときは、事業の利用決定を取り消すことができる。

- (1) 利用者が第4条に掲げる要件に該当しなくなったとき。
- (2) 偽りその他不正の手段により、事業の利用決定を受けたとき。

(補則)

第8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

この要綱は、平成30年 4月 1日から施行する。

様式第1号

令和 年 月 日

千葉市長様

### チャレンジシニア教室利用申出書

ふりがな 氏名		年齢
		歳
生年月日	西暦・明治・大正・昭和	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 ( )	
要介護・要支援の認定の有無		
希望する施設の名称		

※要介護・要支援の認定を受けている方は、この教室を利用することはできません。

別紙「チャレンジシニア教室参加同意書」に同意するとともに、「チャレンジシニア教室」の利用を申し出ます。

## チャレンジシニア教室参加同意書

### 1 チャレンジシニア教室の目的

本市に居住する65歳以上の方が、多様な実習、趣味活動、教養活動を通じて、参加者にとっての楽しみ、生きがいとなるような総合型介護予防事業を展開します。

### 2 実施方法

様々な趣味・創作活動を通し、自然と体を動かしたり、脳の活性化を図ります。また、自宅でも出来る簡単な軽運動も実施します。

### 3 参加者の責務

チャレンジシニア教室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) 教室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。

### 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、千葉市個人情報保護条例などの趣旨を踏まえ、適切に管理します。なお、チャレンジシニア教室の運営を委託する事業者には「チャレンジシニア教室利用申出書」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。また、千葉市あんしんケアセンターには参加者の氏名・住所・電話番号及び事業の参加記録（個別結果票）を提供します。

----- (切り取らないでください。)

私は、チャレンジシニア教室の目的、参加者としての私の責務について理解したうえで、チャレンジシニア教室に参加します。

また、教室の運営に必要な情報及び事業の参加記録（個別結果票）、基本チェックリストの結果を、サービス提供事業者、千葉市あんしんケアセンター、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)