

2 運営の安定性・継続性

(1) 従業員の配置についての考え方（【様式 2-2】職員配置等提案書）

■ 人材採用計画

(1) 有資格者や経験者を適材適所に配置

- ・当社では経験豊富な現在の職員を継続して配置することによって、**業務の履行の安全性と確実性を確保**し、更なる利用者サービスの向上に努めます。
- ・さらに、個別業務の責任者及び担当職員は、職務に応じ有資格者や専門の知識・技能・経験を有する者を、適材適所に配置します。

職員雇用の考え方	
▶	地域雇用の推進による地域活性化
▶	高齢者の労働力の活用
▶	障がい者の雇用推進

(2) 新たな雇用者は地域採用を優先して地域雇用創出に貢献

- ・職員の採用は、**高齢者や障がい者**を含めた**地域からの採用を最優先**とし、地域雇用創出の一翼を担います。
- ・新規の採用は、求人広告や WEB サイトを活用した一般募集を行い十分な研修期間を確保の上、配置することとします。
- ・採用にあたっては、有資格者等を優遇しますが、当人の意欲なども含め、総合的に勘案します。

	総人数	うち 区民人数	区民 雇用率
総雇用者数			
(うち高齢者数)			
(うち障がい者数)			

本施設の区民・高齢者・障がい者雇用数(令和4年6月現在)

(3) 無理のない勤務体制と柔軟な職員配置

- ・労働基準法等関係法令に基づき、本施設における雇用・勤務体系を整備することで、職員の長期雇用につなげ、**質の高いサービスを持続的に提供**します。
- ・**責任者は常時配置**し、緊急時等に迅速かつ適切に対応できるようにします。
- ・複数の業務を責任持って遂行できる専門能力を身につける(**スキルミックス**)とともに、**多能化(マルチジョブ化)**を図り、繁忙期や緊急時等においても業務の品質を落とさず、柔軟に対応できるようにします。(※有資格者及び人員配置は、11 ページを参照ねがいます。)

(4) 全職員から誓約書を提出

- ・退職後の秘密保持を含め、「守秘義務」「個人情報保護」「誠実な勤務」について誓約書を、全職員に提出させます。また、**毎月行う個人情報チェックリストによるダブルチェック**も行い、高度なモラル意識の維持に努めます。

■ 指揮命令系統が明確な組織体制

- ・本指定管理業務は、当社単独で一体的に遂行する**一社責任体制**により、**ワンストップサービスを実現**し、迅速かつ確実な業務をお約束します。
- ・**指揮命令系統が明確な組織体制**を構築することで、施設長が全体を統括し、安定かつ円滑に業務を行うとともに、**当社本社によるバックアップ体制**を整えます。
- ・教室やイベント等の事業運営には、施設に配置する職員があたりますが、事業の内容・規模に応じて本社から**スタッフを派遣**し、万全の態勢で事業を遂行します。

世田谷区立健康増進・交流施設 指定管理者事業計画書

■ 職員体制（常勤 7 名、非常勤 25 名、計 32 名）

- ・現在、健康運動指導士や食品衛生責任者、調理師等、各業務に即した有資格者や経験者を配置しています。
- ・引継ぎ経験豊富な現従業員を継続採用することによって、**業務の履行性の安全性と確実性を確保し、サービスの質を向上します。**

職種	人数	主な業務内容	資格等
施設長			
副施設長			
運動指導責任者			
運動指導員			
受付事務責任者			
受付事務副責任者			
受付事務員			
食堂責任者			
食堂職員			

職員体制

■ デイリーシフト例

- ・無理のない勤務形態とし、**質の高いサービスを安定的に提供**できるようにします。
- ・繁忙期や利用者数に応じて、**配置する従業員の増員や最適化**を行い、効率的な運営を行います。

要 員	区分	勤務時間	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
1 施設長																			
2 副施設長																			
3 運動指導責任者																			
4 運動指導員																			
5 運動指導員																			
6 受付事務責任者																			
7 受付事務副責任者																			
8 受付事務員																			
9 受付事務員																			
10 受付事務員																			
11 受付事務員																			
12 食堂責任者																			
13 食堂職員																			
14 食堂職員																			
15 食堂職員																			

デイリーシフト例

(2) 従業員の研修・育成に関する考え方

■ 人材育成の基本的な考え方

(1) 教育研修の基本方針

- ・指定管理者制度に対する理解と公共サービス業務における実務能力のスキルアップを徹底するために、当社では「人材」は「人財」との視点に立ち、マニュアルの整備やOJT、外部講習・研修等を含めた体系的な研修教育のしくみを整備します。
- ・施設の設置目的を正しく理解するとともに、公共施設の平等利用 についての認識を全員が共有し、利用者ニーズに応じたサービスを提供できるよう努めます。

(2) 研修体制の確立

- ・当社では、人材育成の一元管理が必要であると考え、社内に研修管理事務局を設置しており、研修内容の充実を図るとともに、類似施設へと水平展開しながら、会社の方針が行き届いた人材を各地で育成し、各地でのサービス水準を確保しています。
- ・本施設でも研修管理事務局によるサポートのもとに体系的な研修計画を立案しています。

(3) 具体的な研修計画

- ・指定管理者業務における様々な事故・事件やトラブルを検証し、同様の問題を発生させない研修を重視しています。
- ・「公共施設の運営」「人権」及び「接遇マナー」に関する研修をカリキュラムの重要事項に位置付け、真摯に取り組みます。
- ・研修内容は、座学講義だけではなく、集団討論や実践を通じて、指定管理者の職員にふさわしい人材の育成を定期的・計画的に進めていきます。



教育研修の基本方針

研 修 名	研修内容	回 数	予定月	時 間	対象者
指定管理者講習					
人権啓発研修					
顧客満足度 (CS)					
防犯・防災・緊急時対応					
感染予防研修					
個人情報保護及び 業務情報保護					
コンプライアンス (法令遵守)					
トレーナー研修					
受付スキルアップ研修					
清掃実務研修					
食品衛生管理研修					
障害者スポーツ指導員研修					
マネジメントワークショップへの参加					

本施設における職員研修計画

(3) 年間の事業計画について

■ 年間の事業計画策定の基本的な考え方

- ・当社は、これまでの 5 年間子どもから高齢者まで、各施設を使った世代間交流事業に注力し、新規の利用を拡大してまいりました。
- ・今後も実績をベースとした施設の機能を最大限に発揮する事業を計画するとともに、令和 2 年度より区が推進する「高齢者の地域参加促進施策」を実現するための役割を担う施設として、高齢者が利用しやすい機能とサービスの充実を図っていきます。
- ・年間の事業計画の策定にあたり、右表の項目を重点課題として位置づけ、以下にそれぞれの具体的な事業計画をご提案します。

■ 高齢者施設としての機能・サービスの充実

(1) 高齢者の利用を促進する機能・サービスについての基本的な考え方

- ・区の高齢者施設である「ふじみ荘」が令和 2 年度末に閉館したことにより、本施設における高齢者施設としての機能の充実が期待されています。
- ・高齢者の利用が多い施設特性を認識し、区が促進する「高齢者の地域参加促進施策」5 つのプロジェクトにおける居場所づくりや健康づくり、さらには地域参加、地域貢献の場と機会の提供を中心とした事業を拡充していきます。

(2) 具体的な取組み

① 高齢者向け運動機器及び健康増進プログラムの拡充

- ・運動室のトレーニング機器は、高齢者や低体力者が使用しやすい機器を選定し、機器の一部を利用者ニーズに沿ってリニューアルします。
- ・健康増進プログラムでは、介護予防や生活習慣病予防の視点から、体質改善プログラム等の高齢者（シニア）を中心とした事業を拡充し、健康寿命の延伸に寄与します。（詳細は、16.17 ページを参照ねがいます。）

② 高齢者の地域参加を促進する事業展開

- ・高齢者の持つ知識やスキルを地域に還元していただく為、区民講師プログラムや人材バンクの設置、地域活動講座の開催など、積極的な地域活動への参加の機会をつくります。（詳細は、23 ページを参照ねがいます。）

③ 高齢者の学びやコミュニティ形成を目的とする事業展開

- ・高齢者の学びや・コミュニティ作りを目的とした「うたごえ喫茶」や「生け花教室」等を実施し、サークル化を支援することでつながり作りや生きがい作りの場として寄与します。（詳細は、14 ページを参照ねがいます。）

④ 高齢者の利用を促進するレストランメニューや食育講座

- ・高齢者に馴染みのある洋食や和風の健康応援メニューを充実させるとともに、パーティー等の団体利用時にも高齢者向けパーティーメニューをご提案します。
- ・高齢者を対象とした「おいしい食事で健康づくり」講座や栄養指導と運動指導を組み合わせたフレイル予防講座を実施します。（詳細は、15.21 ページを参照ねがいます。）

⑤ 高齢者の居場所づくりの推進

- ・本施設の個人利用で最も人気のある電位治療器（スカイウェル）の利用回数制限拡大を検討し、更なる利用を促進します。
- ・娯楽室での「初心者健康麻雀教室」を新たに展開し、高齢者の利用拡大に努めます。

■ 各施設を使った世代間交流事業等

(1) 世代間交流事業等に関する基本的な考え方

- ・世代間や地域間交流を育む事業を展開し、施設のにぎわいを創出するとともに、区民の活動を活発化させ、地域の活性化に寄与します。
- ・これまでの運営で築いた地域団体等とのネットワークを活用して新たな交流・つながりを広げていきます。

(2) 具体的な教室・イベント事業計画

① 世代間交流・学びプログラム

- ・交流のきっかけとなる「多様な世代・人・組織が集まる交流の場づくり」を行います。
- ・「がやがや村まつり」では、利用団体等の作品展示や舞台発表等、日頃の学習成果の発表の場を創出するほか、地元の物産品の販売を行い、区民と地域をつなぎ、活気あるまちづくりに寄与します。

事業名	内容
がやがや村まつり	・施設全体を活用し、サークルの発表やプログラム体験等、区民のふれあいの場を提供します。
寄席 シニア	・身近に古典芸能に触れる機会を提供します。笑いで日ごろのストレスを解消していただきます。
がやがや館シアター	・昔懐かしい・有名な洋画・邦画をリクエストに基づいて上映します。
がやがや館クリスマスコンサート	・クリスマスソングの演奏やフラダンスショーなど、家族でクリスマスを楽しむ機会を提供します。
防災グッズ作り	・親子で日頃の備えを確認や防災グッズを作り、楽しく防災知識を深めます。
円盤くるくるアニメーションをつくろう	・イラストを回して隙間からのぞくと絵がアニメーションのように動くゾートロープを作ります。
将棋大会	・児童館と協働し、将棋大会を開催します。将棋を通じて世代間交流を図ります。
お月見会	・お月見という風習を子どもたちに知ってもらうとともに、ススキを供えみんなで団子を食べます。
昔あそび	・昔ながらのあそびを通じ、高齢者と子どもがふれあい、親睦を深めます。
七夕まつり	・3F ラウンジに笹を設置し、来館者に願い事を書いた短冊を飾り付けてもらいます。
カラオケ大会	・歌が好きな利用者の皆さんに、日頃の練習成果を発表していただく場を提供します。
生け花教室	・生け花に興味がある方向けに、伝統文化の生け花を基本から学びます。
写真の撮り方講座	・カメラ初心者のための「写真の撮り方」講座を開催します。
初心者健康麻雀教室 シニア	・初心者向けの健康麻雀教室を開催し、気軽な利用を促進します。

② レストランコミュニティプログラムの実施

- ・レストランを地域コミュニティの場として有効活用する事業を展開します。高齢者の生きがいやつながり作りの場を創出します。

事業名	内容
コミュニティカフェ	・子育て、健康等テーマを決めて、お茶を飲みながら、利用者の交流を図ります。
うたごえ喫茶 シニア	・主に団塊世代から上の方々を対象に、愛唱歌等をウクレレ等の伴奏と一緒に歌います。ワンドリンク付とします。

③ 食育プログラムの実施

- ・本施設の独自事業として大人気の「食」をテーマとした各種プログラムを展開します。
- ・利用者同士の交流や日々の健康管理を見直すきっかけづくりとして、楽しく学ぶ機会を創出し、新たな利用を促進します。

事業名	内容
フレッシュジュースを作ろう	・野菜・果物の栄養について学んだ後、数種類の新鮮な果物・野菜からセレクトし、オリジナルのフレッシュジュースを作ります。
アフタヌーンティー	・オリジナルのアフタヌーンティーフードを味わいながら、その歴史や紅茶についても学びます。
マナー講座 ～フルコースを食べながら～	・レストラン「アルトマーレ」のシェフが作る、フルコース料理を食べながら、マナーについて学びます。
子供向け料理教室	・親子で楽しく協力して、ピザやクッキーなどの簡単な料理を作ります。
お菓子作り講座 ～モンブラン～	・洋菓子店のような本格モンブラン作りを体験していただき、皆で試食します。
おいしい食事で健康づくり シニア	・高齢者を対象とし、生活習慣や食事内容を見直した献立により健康づくりにつなげます。



お菓子作り講座

④ がやがや館の魅力を満喫するセットプランの実施

- ・施設全体を横断的に活用し、全体の魅力を満喫するセットプランを展開します。
- ・新規の利用を促進するとともに、参加者同士の交流の場を提供します。

事業名	内容
交流プログラム+食事セットプラン	・食事つきの地域交流プログラムを開催します。
フレイル予防講座 シニア	・レストランでの栄養指導を伴う食事と、運動室での運動指導をセットにしたフレイル予防講座です。

⑤ 地域貢献プログラムの実施

- ・地域を構成する一住民として、高齢者向けの「振り込め詐欺予防講座」や環境意識の向上を図る事業等を実施し、互助・共助のまちづくりに寄与します。

事業名	内容
応急手当講習会	・日常でも役立つケガや急病等の応急手当の講習会を行います。
振り込め詐欺予防講座 シニア	・警察署との連携による振り込め詐欺予防講座を行います。
世界環境デー SDGsを考えよう	・6月5日世界環境デーに因み、身近なSDGsを考える機会を提供します。
紫外線プレスレット作り	・紫外線にあてると色が変わるプレスレットを作ります。環境を考える工作教室です。

■ 運動室の運営

(1) 運動室の運営の基本的な考え方

① 健康運動指導士の配置による利用者に応じた運動指導

- 健康運動指導士及び健康運動実践指導者の資格を有する運動室責任者を配置するとともに、本社スポーツ事業部のサポート体制のもと、高品質な運動指導を実現します。
- さらに、高齢者の利用の多い本施設の特徴を踏まえ、**生活習慣病や介護予防等、利用者ニーズに応じた健康づくり**を提案します。

② スポーツコンシェルジュ機能の充実

- 運動指導員が**健康や運動に関する様々な相談に気軽に対応**できる「スポーツコンシェルジュ機能」を充実させ、利用者個々に応じた**親身な対応**を行います。

③ 運動室の営業時間及び利用単位変更の提案

- 条例上の運動室の営業時間及び利用単位は、9:00～17:00 が個人、18:00～22:00 が団体となっていますが、団体の年間利用者数は非常に少ない状況です。
- 区と協議の上、**事前に団体予約が入っていない場合には、9:00～22:00 全ての時間を個人利用**とすることで、多様なライフスタイルに応じた利用を促進し、**運動室の利用者数を増加**させます。

(2) 健康増進プログラムの実施

- 本施設の設置目的である区民の**健康の維持増進**や**多世代間の交流**に寄与するため、幅広い年齢層の利用者が「**気軽に・継続して**」健康づくりに取り組むことのできる機会を提供していきます。
- 特に、当社は公共施設における高齢者向けの教室プログラムを多く展開しており、健康運動指導士等による**個々の身体状況に応じた運動指導**は、好評をいただいております。
- プログラムの策定にあたっては、**高齢者（シニア）向けプログラムを拡充**しつつ、他施設で人気のある種目や参加者からの要望を取り入れるなど、**適宜入れ替え**を行ってまいります。

(3) 具体的な健康増進プログラム

① 一回制プログラム

- 初めての方でも気軽に参加しやすい一回制のプログラムを開催します。上級カリキュラムの設定や回数の充実等、**利用者のニーズに合わせて変化**を持たせていきます。
- 公共性を重視した参加費の設定**のほか、**無料で参加できるプログラム**を実施し、だれもが気軽に参加し運動を継続しやすい事業を展開していきます。そのため、教室ごとの利益最大化を追求するのではなく、**事業全体で収支バランス**を図り、**利用者にとって実利的な教室を開催**します。

種別	事業名	内容
シニア向け	ストレッチヨガ シニア	・座位、仰臥位を中心にゆったりとしたストレッチで全身の血行を促進しながら、心身の調子を整えます。全身をほぐしたい方にもおすすめです。
	体幹エクササイズ シニア	・用具（小ボールやポール）を使用したエクササイズと呼吸により、体が楽にスムーズに動きます。ひざ痛や腰痛の予防改善にもおすすめです。

健康増進プログラム①

世田谷区立健康増進・交流施設 指定管理者事業計画書

種別	事業名	内容
シニア向け	足腰元気体操 シニア	・転倒予防を目的とした足腰の筋力強化や、バランストレーニングなどを中心に行います。
	さわやか健康リズム体操 シニア	・ストレッチと音楽に合わせたリズム体操、簡単な筋力トレーニングなどを行います。基礎体力アップにおすすめです。
	免疫力を高めるトレーニング シニア	・運動以外の食事や生活習慣など、総合的な視点も交えつつ、運動でできることを行います。体が冷えやすい、疲れやすい、ストレスが多い、夜眠れないなどのお悩みがある方におすすめです。
	体も心もラクな歩き方 シニア	・体のコリやハリを取り除き、歩きたくなる体づくりをしながら歩行姿勢を整えます。正しい歩き方がわからない、美しく歩きたい、ラクに歩きたい方におすすめです。
	肩こり解消エクササイズ シニア	・肩こりからくる様々な不調も視野に入れてエクササイズします。肩がこる、眠れない、目が疲れる、体がだるい方におすすめです。
	冷え予防 シニア	・心地良いエクササイズで全身の筋肉のコリをほぐし、血流のめぐりを良くしていきます。手足が冷える、体がこりやすい、体温が低い、胃腸の調子がよくない方におすすめです。
	腰痛改善 シニア	・人間の8割が経験するといわれる腰痛ですが、多くの場合エクササイズで良くなっていきます。腰痛の理由もお伝えしながらエクササイズします。
リラックス系	リンパを流すエクササイズ シニア	・体の不調の原因は、リンパの流れが滞っていることが原因かもしれません。気持ちの良いエクササイズで全身のリンパや血液の巡りを改善します。
	肩こり腰痛改善ストレッチ	・肩こりや腰痛が起こるメカニズムを学びながら、ストレッチや筋力トレーニングで痛みの予防と解消を目指します。
	週末リセットヨガ	・深い呼吸を意識しながら身体の緊張をほぐし、一週間の心身の疲れをリセットします。
身体調整系	楽しく動くヨガ	・基本のポーズと呼吸法を中心に、立位での動作や連動した動きで全身を使い、心身ともにリフレッシュできるクラスです。
	ピラティス	・呼吸を意識しながら、深層部の筋肉(インナーマッスル)を動かします。ボディラインの引き締めを目指します。
	コアコンディショニング	・体幹部を中心に、ストレッチとトレーニングで肩甲骨や骨盤の動きを調整・改善し、美しい姿勢や軸の安定、筋力アップを目指します。
	太極拳	・基礎代謝を上げる気功の動きや、太極拳の基本動作の歩型・手型を行います。心肺機能を高め、自然な呼吸で自律神経を整えます。
	セルフケアストレッチ	・ストレッチや筋力トレーニング、マッサージを組み合わせたケアを行い、ご自身の体と向き合います。
エアロビクス(有酸素)系	ボディーアートトレーニング	・ヨガ・ピラティス・太極拳などの様々な要素を取り込んだエクササイズです。全身を使いバランスの取れた身体づくりを目指します。
	かんたんエアロ	・エアロビクスの基本ステップをマスターしながら、シンプルな動きで構成していきます。初めての方や体力に少し不安のある方におすすめです。
	中級エアロ	・「かんたんエアロ」より少し速いテンポで行うエアロビクスのクラスです。エアロの基本ステップをベースに応用を加え、楽しく全身を動かします。
	ズンバゴールド	・初心者から障害をお持ちの方までどなたでも楽しめる、優しい強度で構成されたズンバ(陽気な音楽に合わせたダンス&フィットネス)のクラスです。

健康増進プログラム②

世田谷区立健康増進・交流施設 指定管理者事業計画書

種別	事業名	内容
エアロビクス (有酸素系)	サルサ エクササイズ	・サルサダンスの基本のボディームーブメントでステップを構成していきます。ラテン音楽に合わせて動きながら心肺機能の向上を目指します。
	パワーUP スリム	・基礎代謝を上げるための筋力トレーニングと、簡単なエアロやステップなどの有酸素運動も取り入れ脂肪を燃焼し、ボディラインを引き締めます。
	エアロサーキット	・簡単なエアロビクスと筋トレを交互に行うことで脂肪を燃焼させ、美しいボディを目指します。ダイエットをしたい方にもおすすめです。
	キックシェイプ	・エアロビクスの動きにパンチやキックの動作を取り入れながら、音楽に合わせて楽しくエクササイズを行います。ストレス解消におすすめです。
	カーディオF キックボクシング	・有酸素運動とパンチやキックなどの格闘技の動作を融合したエクササイズです。ストレス解消や脂肪燃焼に加え、心肺機能の向上が期待できます。
	フラダンス	・ハワイアン音楽に合わせて、優雅に踊ります。曲に合わせて振り付けを覚えましょう。心も体もリフレッシュします。
	日舞 de エクササイズ	・日本舞踊の型を学びながら楽しくエクササイズを行います。日常動作や姿勢も美しくなります。

健康増進プログラム③

② 無料ショートプログラム

- ・運動のきっかけづくりとして初めての方でも参加しやすい無料の筋力トレーニングとストレッチプログラムを実施します。

事業名	内容
筋力コンディショニング	・正しいフォームを身につけ、自宅でも継続しやすい自重筋トレを行います。低負荷で複数回行うため、低体力者も安心安全です。基礎体力アップを目指します。
すっきりストレッチ	・ゆったりとした呼吸法で血流や気の巡りを良くし、心身ともにリフレッシュします。タオルやボールなどの道具も取り入れながら全身をほぐします。

③ 運動室以外の健康増進プログラム

- ・本施設でのジョギングやウォーキング方法の指導後に、施設の近隣や世田谷公園等を活用し、トレーニングを実践します。また、**幼児や子どもを対象**としたプログラムにより**幅広い利用者の交流や健康づくりの場**を創出します。

事業名	内容
ジョギング講座	・正しい姿勢で効果的なジョギング方法を指導します。また、自宅でもできるストレッチやトレーニング方法もご紹介します。
ウォーキング講座	・ボディラインの引き締め効果的なウォーキング方法を指導します。また、自宅でもできるストレッチやトレーニング方法もご紹介します。
ママとベビーのリフレッシュ体操	・親子のスキンシップを取り入れたエクササイズです。子どもの心身の発育発達にも役立ちます。
ガールズチアダンス	・小学生を対象としたチアダンスです。リズム感やダンスの習得、表現力、チームワークを養います。

世田谷区立健康増進・交流施設 指定管理者事業計画書

④ 健康増進プログラム週間予定（一例）

- 健康増進プログラムは、利用者ニーズや流行等を踏まえ、1ヶ月ごとに変更します。

	月	火	水	木	金	土	日
9:00					受付 9:00-9:40		
30		受付 9:00-9:55	受付 9:00-9:55		9:45-10:45	受付 9:00-9:55	受付 9:00-9:55
10:00	受付 9:00-10:10	10:00-11:00	10:00-11:00	受付 9:00-10:10	ピラティス 箕輪	10:00-11:00	10:00-11:00
30	10:15-11:00 かんたんエアロ 太田	コアコンディショニング 田中	足腰元気体操 加藤	10:15-11:00 かんたんエアロ 鉢嶺	★事前申込	週末リセットヨガ 太田(良)	パワーUPスリム 黒澤
11:00	受付 10:15-11:00	受付 10:15-11:00	受付 10:15-11:00	受付 10:15-11:00	11:00-12:30	受付 10:15-11:00	受付 10:15-11:00
30	11:15-12:15 肩こり腰痛改善 ストレッチ 太田	11:15-12:15 パワーUPスリム 朝比奈	11:15-12:15 太極拳 松島	11:15-12:15 体幹エクササイズ 平出	体質改善プログラム 平出	11:15-12:15 サルサエクササイズ	11:15-12:15 ボディアート トレーニング 染谷
12:00							
13:00	12:45～13:15は新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、運動室一斉消毒・清掃を行う為、休室とさせていただきます。(運動室利用中止)						
14:00	受付 13:00-13:55		★事前申込 13:45-14:45 フラダンス 桜井	受付 13:00-13:55	受付 13:00-13:55	受付 13:00-13:40	受付 13:00-13:40
30	14:00-15:00 楽しく動くヨガ 下川原	受付 13:00-14:10 14:15-15:00 ズンバゴールド IPPEI		14:00-15:00 さわやか健康リズム 太田	14:00-15:00 セルフケアストレッチ さやか	13:45-14:45 エアロサーキット 佳代	13:45-14:45 キックシェイプ 黒澤
15:00	受付 14:15-15:00		受付 14:15-15:00	受付 14:15-15:00	受付 14:15-15:00		
30	15:15-16:00 中級エアロ 中橋	★事前申込 15:45-16:45 日舞deエクササイズ 藤間蘇女丸	15:15-16:15 サルサエクササイズ 堤	15:15-16:15 ストレッチヨガ 横山	15:15-16:15 カーディオF キックボクシング 高橋		
16:00							
17:00							
18:00		夜トレ (個人:運動室利用) 18:00～22:00		夜トレ (個人:運動室利用) 18:00～22:00			
22:00							

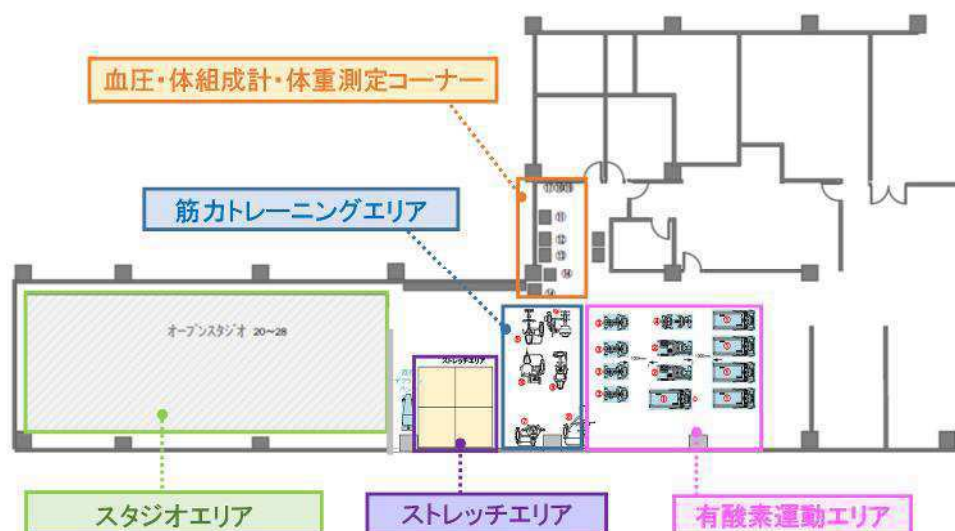
(3) 運動機器の選定

① 運動室レイアウト

- 現在のエリア配置を継続し、運動室の奥にスタジオエリアを設置し、運動機器を配置するエリアと明確に区切ることで、利用者の導線を確保し安全な利用環境を整えます。
- また、有酸素運動エリアには飛沫防止パーテーションを設置し、新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮します。
- また、本施設は運動機器エリアが狭く、多くの台数を配置できないことから、筋力トレーニングエリアは1台で2種目に対応できる機器にリニューアルし、少ない台数で多様なニーズに対応します。



運動室有酸素エリア



運動室のエリア配置

② 運動室の公平利用を目的とした多様な機器・備品の配置

- ・利用者が公平に運動機器を利用できるよう、多種類の運動機器を多く設置します。

	番号	機器名	台数		番号	機器名	台数
有酸素運動マシン	①	トレッドミル	5	筋力トレーニングマシン	⑤	レッグプレス/カーフプレス	1
	②	エリプティカル	2		⑥	アブ/ローバック	1
	③	アップライトバイク	4		⑦	チェストプレス	1
	④	リカンベントバイク	1		⑧	ラットフルタウソ/シートロー	1
					⑨	ヒップアダクター/アタクター	1
					⑩	レッグエクステンション/カール	1

有酸素運動マシンの配置台数一覧

筋力トレーニングマシンの配置台数一覧

	機器・備品名	台数	機器・備品名	台数
配置機器・備品名	台数	1	チューブ（初心者用）	30
	体重計	1	チューブ（中級者用）	15
	体組成計	1	リラクフォームローラー	30
	振動マシン	2	ステップ台	30
	ストレッチマット(180×180)	4	スタジオダンベル（1～5Kg）	20
	スポーツタイマー	1	エクササイズボール	20
	デジタル握力計	1	ポーズステーション	3
	長座位体前屈	1	ヨガブロック	30
	バランスクッション（初心者）	30	ストレッチボール	2
	ストレッチマット（小）	30		

配置機器・備品

③ 運動機器の一部リニューアルと配置する機器の特徴

- ・心肺機能を高める有酸素運動マシンを 12 台、筋力トレーニングマシンを 6 台設置します。
- ・筋力トレーニングマシンは、1 台で 2 種目可能なマシンにリニューアルし、利用できる種目数を増やすことで、多様な利用者ニーズに対応します。
- ・低負荷から高負荷まで対応可能な機器により、高齢者や低体力者から若者まで全世代のニーズに応えられるようになります。

■ 食堂の運営

(1) 食堂の運営の基本的な考え方

① 当社直営による食堂事業

- ・施設の雰囲気づくりや利便性向上に寄与し、施設の魅力を向上させていく食堂の運営を当社の自社ブランド「アルト・マーレ（商標登録済）」にて引き続き実施し、施設特性・地域特性や利用者ニーズに配慮した、利用者に愛される安定的かつ安全な運営を行います。
- ・また、高齢者の居場所づくり等を踏まえ、高齢者向けのメニューを拡充し、利用を促進します。
- ・当社では、様々な施設等における食堂運営を全て建物管理と一体受注により施設や地域特性を活かした営業展開を行いご好評いただいております。（詳細は、7ページを参照ねがいます。）

② 食堂運営のコンセプト

- ・施設の設置目的を踏まえ、食堂では、「楽しく」「おいしく」「健康に」～懐かしの洋食屋さん～をコンセプトとし、高齢者を中心とした利用者満足度の向上を図ることで、利用を促進します。
- ・健康増進や交流機能を効果的に達成するための活用にも努めることで、利用者増及び収益増につなげます。

③ 食堂の営業時間

- ・食堂は 11:00～18:00 を営業時間とし、利用者がくつろぎやコミュニティの場として気軽に利用できるようにします。

(2) 食堂運営の具体的な取組み

① おいしい食事の提供

- ・当社のレストラン事業部によるサポート体制のもと、自社ブランドの食堂運営により、おいしく満足度の高い食事を安定的に提供します。
- ・食材の調達にあたっては、地元業者からの購入に努め、世田谷区農産物「せたがやそだち」の使用など、地産地消型経営を推進します。

② 多彩なメニュー構成

【幅広い年齢層に対応する多彩なメニュー】

- ・「懐かしの洋食屋さん」をイメージした、子どもから高齢者まで、幅広い年齢層に対応する多彩なメニューを提供します。
- ・日替りや、四季に応じた食材を使ったメニュー等、バリエーションと質の充実を図ります。

【高齢者向けメニューの充実】

- ・高齢者に馴染みのあるメニュー構成に重きを置き、生涯大学をはじめとした高齢者の利用促進につなげます。

【健康増進メニューの展開】

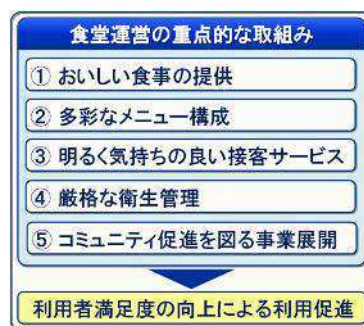
- ・高齢者を中心とした健康増進や多世代交流の場として、自社の管理栄養士が考案した健康管理やカロリーに配慮したメニューを提供します。

【パーティーメニュー】

- ・本施設 1 階の池尻保育園や近隣幼稚園等の謝恩会、また最近では、誕生日会や結婚パーティー等の団体利用も増えてきております。
- ・当社では、新たに高齢者向けパーティーメニューを加えるほか、アレルギー対応メニュー等、様々な利用者ニーズに柔軟に対応するパーティーメニューをご提供します。



本施設レストラン「アルトマーレ」



「懐かしの洋食屋さん」メニュー



地域の新鮮な野菜を使用



パーティーメニュー（一例）

【テイクアウト対応】

- ・コロナ禍での利用者ニーズの高まりを受け、サンドイッチ、ピラフ等のテイクアウトサービスを提供しており、ご好評をいただいております。今後も利用者のニーズに応じ**テイクアウトメニューの充実**を図ります。



テイクアウト人気商品 フルーツサンド

③ 明るく気持ちの良い接客サービス

- ・明るく気持ちの良い接客は、サービス業の基本です。業務内容に関わらず、子どもから高齢者までどなたに対しても、笑顔で対応することを基本に、**接客サービスの品質を向上**させます。

④ 厳格な衛生管理

- ・当社の全レストラン共通の「**食品衛生管理マニュアル**」に基づく厳格な衛生管理により、安心・安全な食事を提供します。
- ・食材の仕入れから保管、調理、提供まで、一連の流れに沿った**管理基準を徹底**します。
(詳細は、41 ページを参照ねがいます。)

⑤ コミュニティ促進を図る事業展開

- ・食堂を活用した**食育**や**コミュニティカフェプログラム**等を展開し、事業と連携した**食と交流の場**を提供します。
- ・また、**健康づくり教室と食事の提供をセット**にしたプランの展開など、**施設を横断的に活用**します。(詳細は、14. 15 ページを参照ねがいます。)
- ・新たに**世田谷区農産物**「せたがやそだち」を活用したレストランイベント「**おいしい食事で健康づくり**」を開催します。

(3) 食堂メニュー例

メニュー	価格	メニュー	価格
パーティーメニュー		サラダ	
パーティープラン（和食）		フライドポテト	
パーティープラン（洋食）		ライス	
飲み放題		パン	
ランチメニュー		喫茶メニュー	
週替わりランチ		こだわりコーヒー（アイス・ホット）	
自家製ビーフシチュー		カフェラテ etc	
オムライスデミグラスソース		リンゴジュース	
白いオムライス		オレンジジュース	
ハンバーグステーキ		コカ・コーラ	
ナポリタン		牛乳	
ミートソーススパゲティ		メロンソーダフロート	
パスタ各種		各種ケーキ	
ポークステーキ		パンケーキ	
ポークジンジャー		パフェ	
ミックスフライ		ピザ	
シーフードピラフ		カツサンド	
海老ピラフ		テイクアウトメニュー	
ロールキャベツ		フルーツサンド	
カレーライス		サーモンアボカドサンド	
肉厚カツカレー		ローストビーフサンド	
洋風カツ丼		アルコールメニュー	
お子様プレート		瓶ビール	
うどん		白ワイン	
健康応援ランチ		赤ワイン	

■ 区民・利用者及び地域資源との協働

(1) 地域資源との協働に関する基本的な考え方

- ・本施設の管理運営にあたっては、**施設の特性を活かした、特色ある事業を提供**していく必要があり、地域のさまざまな団体・企業や人材との連携や協働は不可欠と考えます。
- ・また、**地域の皆さまとの交流**を通じ、職員の事業企画・運営スキルを恒常的に高め、**施設が提供する活動（コンテンツ）を充実**させていく必要があります。
- ・区民の運営参画によって得た**やりがいや充実感**を、新たな活動への原動力とし、**施設と継続的に関われる仕組みづくり**を行います。



連携・協働の基本的な考え方

(2) 地域資源との協働に関する具体的な取組み

① 区民講師の活用

- ・本施設のイベントや教室事業の実施にあたっては、積極的に区民を講師として、活躍していただくように努めます。
- ・さらに、後述の人材バンクへの登録を促進し、学びの**地域への還元**のサイクルを構築します。

② 人材バンク「がやがや館バンク（仮称）」の設置・運用

- ・区の人材の積極的活用と、学びの地域への還元をサポートするために、新たに本施設独自の人材バンク「**がやがや館バンク（仮称）**」を設置します。
- ・この人材バンクは、本施設の教室の講師として活躍していただける方を登録するとともに、利用者からの要望に応じて講師の紹介を行い、**地域の活動を担う人材の育成**に寄与します。
- ・人材バンクの設置にあたっては、区と協議し**要領（案）**を作成するとともに、個人情報の取り扱いを徹底する等、**制度の適切な運用**に努めます。
- ・現在、人材バンクの設置に向けた前段階として、区民講師の活用等を積極的に行い、要領の作成に向けた準備を進めています。

人材バンクの設置・運用

③ 各種ボランティア募集による区民参画・協働型の施設運営

- ・各種イベントの開催時にはボランティアを随時募集し、**積極的に運営に参画**していただきます。
- ・**高齢者等の地域参加を推進**することを目的に**ボランティアの育成**や**地域活動講座**を開催します。

事業名	内容
地域活動講座	・世田谷プレーパークと共同で、屋外の工作を行う地域イベントです。
地域ボランティア活動紹介	・地域ボランティア活動紹介コーナーをラウンジに設置し、ボランティア活動へのきっかけづくりを行います。

④ 区民企画イベントの実施

- ・区民企画によるイベントを募集し、本施設職員とともに協働で実施します。区民の運営への積極的な参画を促し、**地域活動の機会**を創出します。

事業名	内容
区民企画教室・イベント	・区民からイベントの提案を募集し、職員との協働にてイベント等を実施します。

⑤ 区民発表の場の創出

- ・がやがや村まつりでの舞台発表や作品展など、区民の自主的な**活動の成果を発表する場**を設け、利用者同士の**新たな交流**とともに、**自主的な活動**を始めるきっかけづくりの機会とします。

事業名	内容
サークル発表会	・サークル活動での成果を発表していただく機会を設けます。
季節の作品展	・区民が作成した写真や俳句、絵画など季節に合った作品をロビー・廊下に飾ります。

⑥ 地元大学等との協働・連携

- ・ との連携により、食育講座を展開します。
- ・ また、 との実績ある協働イベント「マンドリン演奏会」などを開催し、**施設認知度の拡大とともに、多様な交流を推進**します。

事業名	内容	
地域大学連携講座	・ 地元大学等との連携による、講座やイベント等を実施します。	

⑦ インターンシップ（職場体験）の受け入れ

- ・ 区内中学生・高校生等の皆さんに実際の施設運営業務に接する機会を提供し、職業意識の向上と施設に対する理解を深めていただくことを目的としたインターンシップ（職場体験）を、学校からの要請に応じて実施します。

(3) 本施設における区民・団体等との協働実績

- ・ 当社では、区民や団体をはじめとした地域との連携を積極的に推進し、本施設の独自性ある運営に努めてまいりました。
- ・ 今後も区民等との連携を進め、高齢者をはじめとした区民の**地域活動への参加の機会を創造**します。

区民・団体	協働内容	頻度
池尻児童館・池尻地区会館		
池尻児童館		
世田谷プレーパーク		
地域のボランティア団体		
地域の作家		
地域の団体		
世田谷区民		
せたがやパン祭り事務局		
社会福祉協議会 池尻地区事務局		
世田谷区障害者就労支援センター及び就労移行支援事業所		
三宿消防署		

区民・団体等との協働実績一例

■ その他新規事業

(1) WiFi 環境を活用したオンライン講座を展開 新

- ・前指定管理者期間では、新規事業として、**学びを地域に還元**すると「だがしや楽校」事業、レストランでのコミュニティプログラムの実施等、**地域への貢献**や**利用者との協働**に重点をおいた新規事業を展開してまいりました。これらの事業は、本施設の独自事業として**利用者に浸透**していることから、継続して実施します。
- ・今回は新たに、施設にWiFi環境が整備されたことに伴うオンライン講座を積極的に開催し、普段施設を利用されない方など、新たな利用を促進します。

事業名	内容
だがしや楽校	・「自分見せ」で交流する手法を学んでいただき、がやがや村まつりで交流の場所を設けます。
スマホ講座	・せたがやスマホ研究会と共同で主に高齢者向けのスマホ講座を開催します。WiFi環境を駆使してスマホ操作を身につけます。
英会話教室	・ネイティブ・スピーカーによる英会話教室を開催します。WiFi環境を利用したオンライン・レッスンも実施します。
カラオケ教室	・発声練習から行い、参加者同士交流しながらカラオケでの声の出し方を学びます。オンライン・レッスンも実施します。
代謝アップヨガ	・深い呼吸とポーズを合わせ内側から温めながら代謝をアップさせます。自宅で行うことで、よりリラックス効果を得られます。

(2) 自宅でできるエクササイズ無料動画の配信 新

- ・ホームページ上で**YouTube**を活用した各種エクササイズ動画を掲載し、いつでも好きな時間にご自分のペースで気軽に健康づくりを行っていただく支援をします。

(3) 健康寿命の延伸に向けた「健康増進普及月間」の展開 新

- ・生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の**生活習慣の改善の重要性**についての理解を深め、さらに**健康づくりの実践を促進**することを目的とした「健康増進普及月間（9月1日～9月30日）」（厚生労働省）を踏まえ、本施設においても啓発イベントを開催します。

イベント名	目的	内容	実施時期
健康増進普及月間			

※ アクティブガイド：健康づくりのための身体活動指針（厚生労働省）

健康寿命をのばすために、今より10分多く毎日からだを動かすことを提唱

(4) 売店の充実及び災害支援型自動販売機の設置

- ・利用者ニーズに沿った各種健康づくり・スポーツ用品等を販売し、利便性の向上に努めます。
- ・また、設置する飲料自販機の一部は**災害対策用**とし、メッセージの発信等、緊急対応に備えます。

(4) 安定的かつ継続的な施設運営に向けた考え方・計画

■ これまでの運営実績を基盤にブラッシュアップ

- ・当社では、本施設における 5 年間の指定管理者経験により、利用者をはじめ**地域団体等の様々なネットワークを構築**し、地域に根付いた事業展開に努めてまいりました。
- ・開館 15 周年に向けた次期指定管理者期間では、これまでの**運営をブラッシュアップし、高齢者の居場所づくりや活躍推進**を新たな重点事項として掲げ、リピーターの育成とともに、更なる認知度向上に努め、**新たな利用を開拓**していきます。
- ・安定的かつ継続的な施設運営に向け、**現行の職員を継続的に配置**することで、長期に亘る利用者との信頼関係を構築するとともに、**事業の継続性を確保**し、拡大・発展させていきます。PDCA マネジメントサイクルの管理手法を取入れ、定期的な見直しを行い、運営に反映させます。



更なる機能の充実による安定的な運営

■ 指定管理期間中の主な年度計画

- ・施設の設置目的である**健康増進機能、交流機能、区民の主体的活動の場・機会の提供の充実**に向け、魅力的なイベント・教室プログラム展開を図るとともに、**高齢者が主体的に活躍できる機会の提供や利用しやすい環境づくり**を拡充します。主に当該年度で重点的に取り組む事業、施策は以下の通りとします。

項目	令和 5 年度	令和 6 年度	令和 7 年度	令和 8 年度	令和 9 年度
健康増進機能					
交流機能					
主体的活動の場・機会の提供					
食堂運営					
広報活動					
維持管理					

指定期間中の年度ごとの重点的計画案