

第 1．事業概要

本事業の概要は以下のとおりである。

図表 1 事業概要

事業名	PFS（成果連動型民間委託契約方式）を活用したフレイル予防運動プログラム事業
地方公共団体	岐阜県各務原市
サービス提供者	RIZAP 株式会社
事業内容	高齢者の健康維持を目的として、従来事業では行き届きにくかったフレイル予防無関心層を取り込める、効果的な広報及びフレイル予防プログラムを実施する。
対象者	各務原市内在住の 65 歳以上の方のうち、運動習慣がない方。 対象人数 50 名（定員 25 名×2 会場）
事業費	4,593,000 円(上限)
事業期間	令和 6 年 7 月～令和 7 年 3 月

第 2．事業目的

（1）背景

高齢化の進展に伴い、要介護等認定者数及び介護保険サービス利用者数が伸びている。住み慣れた地域でいつまでも安心して心豊かに暮らし続けられる地域包括ケアシステムの構築においては、必要な方に必要な支援を行うとともに、持てる力を活かし、健康な状態を維持する高齢者が増えることが重要である。そのためには、高齢者に対してフレイル予防につながる行動変容を促進していく必要があるが、従来の事業では、フレイル予防への無関心層へ行き届きにくいという課題がある。

（2）目標

PFS を活用し、高齢者に対して運動を中心としたフレイル予防プログラムを実施することとする。これまでのフレイル予防事業への参加がみられなかった、前期高齢者や男性などのフレイル予防無関心層が参加できるような魅力的な教室とすることで、無関心層に対してフレイル予防につながる行動変容を促す。また、事業終了後も継続して自身でフレイル予防に取り組めるようにする。

第3. 事業内容

(1) 事業対象者

■対象：市内在住で、教室開始時点において65歳以上の方のうち、運動習慣※がない方。

■実施数：事業者サウンディングを通じて、50名（定員25名×2会場）に決定。

定員を超える229名の申込があったため、抽選にて参加者を決定した。なお、本事業では、事業期間終了後に参加者に対して行うアンケートについて、落選者に対しても実施し、非参加群と介入群との比較分析を実施することを、事業計画当初から位置づけている。

※運動習慣の定義

運動習慣とは、厚生労働省国民健康栄養調査における定義を参照して、「1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している」こととした。また、行動変容ステージは厚生労働省eヘルスネットを参照して、下記のとおり定義した。

「無関心期」：6か月以内に週2回、1回30分以上の運動を取り入れようと思っていない

「関心期」：6か月以内に週2回、1回30分以上の運動を取り入れようと思っている

「準備期」：1か月以内に週2回、1回30分以上の運動を取り入れようと思っている

「実行期」：週2回、1回30分以上の運動を始めて6か月未満である

「維持期」：週2回、1回30分以上の運動を始めて6か月以上である

本事業では、申込者に対して、運動習慣の有無、行動変容ステージのアンケート調査を実施。

(2) 実施内容

1. 事業の広報

チラシの作成・配布、ポスターの作成・掲示を行い、多くの高齢者が関心を持つよう、フレイル予防運動プログラムについて周知を実施。

2. 教室の実施

フレイル予防の取組を行っていなかった高齢者に行動変容が起こり、セルフマネジメント（フレイル予防における自己管理）の継続した取組が行えるきっかけとなるよう、運動機能の向上効果が期待されるトレーニングの指導を実施。また、運動と複合的に取り組むことによりフレイル予防の相乗効果が期待される、食事法の実践指導を実施。

教室は市内の公共施設を会場として、9月に4回、10～11月に各2回の計8回実施された。

3. アプリによる食事管理

フレイル予防に向けて、参加者自身が食習慣を振り返り、かつ健康的な食事方法を指導するため、アプリによる食事管理を実施。

【令和7年3月時点】

【各回のプログラムは以下のとおり】

回数	プログラム
1回目	測定、講義・目標設定について、運動
2～7回目	セミナー、運動
8回目	測定、講義・今後について、運動

（３）実施体制

実施体制は以下のとおりである。各務原市が発注者となり、RIZAP 株式会社が受託者となる。各務原市においては、広報、申込受付と参加者決定、終了後アンケート調査、成果評価、支払を行い、RIZAP 株式会社が広報、教室運営、体力測定、教室期間中の問い合わせ対応を行う。また、教室実施日には、市民サポーターが参加し、会場準備、受付、体力測定の補助を行う。

図表 2 本事業の実施体制

関係者	役割
各務原市	広報、申込受付と参加者決定、(問い合わせ対応)、終了後アンケート調査、成果評価、支払
RIZAP 株式会社	広報、教室運営、体力測定、教室期間中の問い合わせ対応

（４）実施期間

■令和6年7月から令和7年3月（契約期間）

*教室実施期間：令和6年9月4日から令和6年11月20日（全8回）

第4．評価計画

（１）ロジックモデル

本事業を通じて達成を目指す最終的なアウトカムは、高齢者が住み慣れた地域で、健康に自立した暮らしを営むことができることである。そのための初期アウトカムとして、フレイル予防に対する関心を高めること、体力・筋力を維持・向上すること、フレイル予防の生活改善ができることを、事業の直接の目標とする。

以上を整理した本事業のロジックモデルは、以下のとおりである。

図表 3 本事業のロジックモデル



(2) 成果指標

1. 男性前期高齢者の申込者の割合

これまでの事業では行き届きにくかったフレイル予防無関心層に対して、フレイル予防への関心を持ってもらうことが事業目的の1つであることから、申込者数に対する男性前期高齢者の申込者数の割合を成果指標として設定した。

2. 体力測定結果の改善者の割合

フレイル予防教室への参加を通じた体力・筋力の維持・向上を測る指標として、体力測定結果の改善者の割合を成果指標として設定した。体力測定項目は、市と RIZAP 株式会社が協議のうえ、前後ステップ（俊敏性）、椅子座位体前屈（柔軟性）、30 秒椅子立ち上がり（筋力）となっている。このうち、2 項目以上について（教室最終回の測定値）＞（教室初回の測定値）となることを改善と定義している。

3. 教室終了後の運動継続者の割合

フレイル予防の生活改善を実現する目標に対しては教室終了後3か月経過後の運動継続者の割合を成果指標として設定した。

運動継続の判定基準は以下のとおり。

- 受付時に「無関心期」「関心期」「準備期」と回答した方が、教室終了後アンケートにて「実行期」または「維持期」と回答した場合。

【令和7年3月時点】

4. 体力年齢が10歳以上若返った者の割合

事業者からの提案に基づき、教室の実施目的に即した効果を判定できる成果指標として、体力年齢※が10歳以上若返った者の割合を成果指標として設定した。

※体力テストの測定結果と暦年齢を掛け合わせて算出（計算式は非公開）

出典：RIZAP ホームページ（<https://rizap.jp/formula>）

（3）支払条件

1. 最低支払額

最低支払額（固定費分）は事業の実施に要する固定的な経費に相当する額であり、公募型プロポーザルによる採択事業者との協議の結果、2,918千円を設定している。

2. 支払上限額

支払い上限額の合計は、別途算定した事業効果額の最大額（5,600千円、後述）を上回らない水準として設定した。支払上限額から最低支払額（2,918千円）を差し引いた金額が成果連動支払額の上限（1,452千円）となる。

3. 支払基準

各成果指標の支払条件は以下のとおりである。

各成果指標の支払上限は363千円となっており、達成率を5段階の達成度で評価し、達成度に対応する金額が支払金額となる。達成度3は、市の既存事業における現状値の水準として設定された。達成度5（上限値）については、明確な根拠に基づき設定された目標値（閾値）ではないものの、事業条件の検討にあたって実施した民間事業者サウンディングに基づき、市が求めたいかつ達成が非現実的でない水準として設定されたものとなる。なお、小数点以下端数については、各成果指標の支払金額を合算後、切り捨てるものとする。

市の既存事業では、男性前期高齢者の申込者の割合は2.7%である。また、教室の評価として、初日および最終日に「開眼片足立ち」「握力」の測定を実施しており、両項目改善している割合は19.4%、1項目以上改善している割合は71.2%である。また、フレイル予防教室での取り組みを教室終了後に継続している割合は、64.3%である。

図表 4 成果連動支払額の支払基準

	達成度 1	達成度 2	達成度 3 (基準値)	達成度 4	達成度 5 (上限値)
①男性前期高齢者の申込者の割合	0%～	1%～	3%～	10%～	20%～

【令和 7 年 3 月時点】

②体力測定結果の改善者の割合	0%～	40%～	75%～	80%～	85%～
③教室終了後の運動継続者の割合	0%～	30%～	65%～	75%～	85%～
④体力年齢が 10 歳以上若返った者の割合	0%～	50%～	70%～	80%～	90%～

図表 5 成果連動支払額の算定式

	達成度 1	達成度 2	達成度 3	達成度 4	達成度 5
契約金額における成果連動分のうちの支払額・割合	0 円	90,750 円	181,500 円	272,250 円	363,000 円

4. 事業効果額

先行研究となる「介護予防事業の経済的側面からの評価 介護予防事業参加群と非参加群の医療・介護費用の推移分析 吉田裕人ほか」では、在宅高齢者を対象とした介護予防事業の効果を経済的側面から評価している。新潟県与板町において平成 13 年～15 年の 3 年間に介護予防事業に 1 度でも参加した者を介護予防事業参加群、参加していない者を介護予防事業非参加群と定義し、2 群間における平成 12 年度～15 年度における老人医療費及び介護費用の推移から、介護予防事業の費用抑制効果を算出している。結果として、参加群と非参加群における、医療費と介護給付費を合計した 1 か月 1 人あたりの平均費用の増加額の差は 3 年間で 28,004 円となった。これを本事業に当てはめると、事業効果額は $28,004 \text{ 円} \times 50 \text{ 人} \times 12 \text{ カ月} \div 3 \text{ 年} = 5,600,800 \text{ 円}$ となる。

なお、先行研究では 3 年間でフレイル予防教室に一度でも参加すれば「介護予防事業参加群」と定義していたのに対して、本事業では 3 か月間のフレイル予防教室に参加した者を「参加群」と定義している。また、先行研究当時より一人あたり介護給付費、医療費は増加していることから、実際には 5,600,800 円を上回る効果額が見込まれるとしている。

5. 支払要件

受注者は、業務完了後速やかに業務実績報告書（体力測定結果を含む）を提出しなければならない。受注者より業務実績報告書を受領後、発注者は成果指標に基づく実績値を測定し、当該結果を受注者へ通知する。支払額は、支払表に基づき協議書により確定することとする。受注者は、支払額の協議終了後、速やかに完了届を提出しなければならない。発注者は完了届等を受理した日から 10 日以内に検査を行わなければならない。発注者は、適法の支払い請求書を受理した日から 30 日以内に支払うこととし、支払い方法は一括払いとする。なお、これによる変更契約は行わないこととする。

【令和7年3月時点】

（４）評価方法

成果指標②④は、RIZAP 株式会社が測定し、実績報告書等により市が評価を行う。なお、適切に測定が執り行われるよう、体力測定時は市が立ち会うこととしている。成果指標①③は、市が直接評価を行う。

1. 男性前期高齢者の申込者の割合

市において、氏名、生年月日、年齢、性別、住所を申込受付表として作成し、受付を行う。

2. 体力測定結果の改善者の割合

教室開始時および終了時に各参加者に対し体力測定を実施。RIZAP 株式会社が評価を行い、改善者の割合を求める。体力測定の項目は、「前後ステップ」「椅子座位体前屈」「30 秒椅子立ち上がり」とする。

3. 教室終了後の運動継続者の割合

教室参加者に対して教室終了3か月後を目安に、市がアンケートを実施する。運動継続状況について、行動変容ステージを参考に判定する。

4. 体力年齢が10歳以上若返った者の割合

教室開始時および終了時に各参加者に対し体力測定を実施。RIZAP 株式会社が評価を行い、体力年齢を算出する。体力測定の項目は、「前後ステップ」「椅子座位体前屈」「30 秒椅子立ち上がり」とする。

第5. 実施結果

（１）事業を通じて確認された介入の有効性

1. 事業の実施実績及び成果指標の実績

以下では①男性前期高齢者の申込者の割合、②体力測定結果の改善者の割合、③教室終了後の運動継続者の割合、④体力年齢が10歳以上若返った者の割合について、RIZAP 株式会社が各務原市に提出する業務実施報告書に基づき整理する。

1) 成果指標① 男性前期高齢者の申込者

実績は以下のとおりであり、支払基準に基づく達成度5を達成した。

申込者数	うち、男性前期高齢者	割合
229 人	55 人	24.0%

【令和7年3月時点】

2) 成果指標② 体力測定結果の改善者の割合

実績は以下のとおりであり、支払基準に基づく達成度5を達成した。なお、市が過年度に従来型の委託事業として実施した際には、初回と最終回のいずれも出席し、体力測定を実施した方の人数を母数として達成度の計算を実施していた。そのため、本事業でもその考え方を踏襲し、定員50人のうち参加辞退を申し出た5人および体力測定が未測定だった4人を除く、41人を参加者数と定義している。

参加者数	改善者数	割合
41人	37人	90.2%

＜補足：各項目の参加者実測値の性別平均＞

前後ステップ（午前男性）7.37回→10.87回（午後男性）5.88回→8.11回
（午前女性）7.25回→9.00回（午後女性）6.75回→8.08回
座位体前屈（午前男性）4.00cm→7.75cm（午後男性）-0.96cm→5.00cm
（午前女性）11.71cm→15.53cm（午後女性）10.80cm→15.25cm
椅子立上がり（午前男性）19.75回→24.62回（午後男性）19.66回→23.83回
（午前女性）19.25回→24.46回（午後女性）17.95回→22.16回

3) 成果指標③ 教室終了後の運動継続者の割合

実績は以下のとおりであり、支払基準に基づく達成度5を達成した。なお、アンケートは成果指標参加者41人に対し、発注者にて実施した。

アンケート回答者数	教室終了3か月後に運動を継続していた人数	割合
36人	32人	88.9%

4) 成果指標④ 体力年齢が10歳以上若返った者の割合

実績は以下のとおりであり、支払基準に基づく達成度3を達成した。

参加者数	体力年齢が10歳以上若返った人数	割合
41人	31人	75.6%

2. 介入の有効性に関する考察

1) 成果指標① 男性前期高齢者の申込者

成果指標① 男性前期高齢者の申込者は達成度5となった。従来の市の事業では申込数の少なかった層からの申し込みが多い結果となり、事業者の特性を生かした事業周知や宣伝効果を通じて新たな対象者層にリーチしたものと評価できる。

【令和7年3月時点】

2) 成果指標② 体力測定結果の改善者の割合

成果指標② 体力測定結果の改善者の割合は達成度5となった。RIZAP 株式会社のノウハウを活用したセミナー、トレーニングに付け加えて、アプリによる食事法の実践等が実施されることで、市の既存事業を上回る事業効果があったと評価できる。

3) 成果指標③ 教室終了後の運動継続者の割合

成果指標③ 教室終了後の運動継続者の割合は達成度5となった。教室での講義や実践を通じて運動継続に役立つメソッドへの理解が促され、運動が習慣化した。市がこれまで実施してきた既存事業での定着率を上回る水準であり、本事業の効果として評価できる。

4) 成果指標④ 体力年齢が10歳以上若返った者の割合

成果指標④ 体力年齢が10歳以上若返った者の割合は達成度3となった。市の従来事業の算出基準に基づいて、教室の初回と最終回に参加して、体力測定を実施した人数を参加者の母数と定義したことで、教室への参加回数が相対的に少ない方も評価対象に含まれたことが要因と考えられる。達成度の基準はRIZAP 株式会社との事前協議により決定したものであるが、一定回数以上の教室に参加した方を母数として算出した数値が支払基準のベースとなっており、母数の定義が異なるため見込みが立てづらい側面があったと思われる。

(2) PFS 事業の効果

1. 課題解決に係る効果

フレイル予防教室終了3か月後に市が実施したアンケートでは、アンケート回答時点で運動を継続していた人の割合が教室参加者では約85%となっているのに対して、非参加者では48.7%に止まっている。非参加者との比較に基づくと、フレイル予防の習慣化という目的を達成できたことは、PFS 事業の効果として評価できる。また、事業の実施に伴い多くの成果指標が「達成度5」として評価されるなど、従来事業を上回る成果があがったことも評価できる。

2. 本事業実施による便益の総額の推定

前掲のとおり、本事業において50人がプログラムに参加した場合の事業効果額の最大値は
 $28,004 \text{ 円} \times 50 \text{ 人} \times 12 \text{ カ月} \div 3 \text{ 年} = 5,600,800 \text{ 円}$ として整理されていた。

本事業を通じた参加者数は41人であったことから、

事業効果額は $28,004 \text{ 円} \times 41 \text{ 人} \times 12 \text{ カ月} \div 3 \text{ 年} = 4,592,656 \text{ 円}$ として推定される。

第6. 課題

(1) 事業実施上の課題

本事業では、市と事業者の契約後、プログラムの実施の手順（開始前準備や片付け、事故発生時の対応等）や体力測定方法について丁寧な調整が実施された。そのため、事業の実施及び成果の測定には、大きな混乱なく実施することができた。

(2) PFS 事業としての検討課題

1. 成果評価に係る課題

1) 成果指標及び目標水準の妥当性

本事業で効果額を試算するうえで論拠にしていた学術研究は、介護予防事業参加群と非参加群の医療費の差異を分析した論文であった。そのため、本事業では、効果額の総額は学術研究に基づいて算出されているが、成果指標①～④の個々の効果額は算出されておらず、総効果額を4分割した金額が各成果指標に割り当てられている。

4項目設定された成果指標のうち、指標④については事業者提案に基づき設定された。事業実施上の裁量の幅の大きいPFS事業においては、一部の成果指標や達成目標を事業者提案に基づき設定することも可能である。一方で成果指標②と④が同じ体力測定項目に基づいて評価が実施される点は、成果評価全体の分かりやすさの観点からは課題といえる。

また、各成果指標について、達成度3が既存事業の平均値、達成度2が既存事業の最低値に対応する点は明確であった。達成度5（上限値）については、明確な根拠に基づき設定された目標値（閾値）ではないものの、事業条件の検討にあたって実施した民間事業者サウンディングに基づき、市が求めたいかつ達成が非現実的でない水準として設定されたものである。成果水準の達成とそれに対する対価の支払意思額の検討がされた事例といえる。

2) 評価指標値のデータ把握の正確さ

成果指標②④は事業者自身が測定することとなっている。そうしたなかで、体力測定の実施方法について、事前に事業者側から市へ丁寧な説明を実施する、体力測定には市が立ち会う等、可能な限り客観的で偏りのないデータ測定をできるよう、工夫がされたといえる。

成果評価にあたっての母数の定義について、市と事業者の間で認識の齟齬があったが、早期に調整のうえで方針を確定したことは評価できる。一方で指標④については、事業者側の提案に基づく成果指標及び目標値であったが、目標値設定の背景となる母数の定義について、市と事業者の間で認識に当初齟齬がみられるなど、情報共有や協議のあり方には課題がみられた。

3) 成果指標への事業実施内容以外の外部要因の影響の程度

特に成果指標③については、利用者に対しての調査を行うのと併せて、抽選の落選者にも調査をおこない、教室参加群と非参加群における運動の習慣化状況を比較分析されたことが、本事業

【令和7年3月時点】

の大きな特徴といえる。

「①運動を始めて6か月以上である」「②運動を始めて6か月未満である」と回答した方の合計が、教室参加群では85%となっているのに対して、非参加群では、48.7%にとどまっている。また、申込時点では無関心期（⑤）で、プログラムを経て実行期及び維持期（①②）に移行した人が4人（10%）いたが、非参加者では無関心期から変化した人はいない。このように、運動の習慣化には明確な違いがみられ、事業者が実施した事業の有効性に対する参考資料となっており、他の団体に対しても参考になる取組といえる。

プログラム終了後の運動習慣に関するアンケート調査結果（運動習慣の変化）							
	R7.2月回答 R6.7月回答	①運動を始めて6か月以上である		②運動を始めて6か月未満である		③1か月以内に運動を始めようと思っている	
		④6か月以内に運動を始めようと思っている		⑤6か月以内に運動を始めようと思っていない		計	
参加者	③1か月以内に運動を始めようと思っている	n	13	4	2	0	19
		%	32.5%	10.0%	5.0%	0.0%	47.5%
	④6か月以内に運動を始めようと思っている	n	8	5	0	1	16
		%	20.0%	12.5%	0.0%	2.5%	40.0%
	⑤6か月以内に運動を始めようと思っていない	n	2	2	0	0	5
		%	5.0%	5.0%	0.0%	0.0%	12.5%
計		n	23	11	2	1	40
		%	57.5%	27.5%	5.0%	2.5%	100%
非参加者	③1か月以内に運動を始めようと思っている	n	9	5	6	1	21
		%	23.1%	12.8%	15.4%	2.6%	53.8%
	④6か月以内に運動を始めようと思っている	n	4	1	4	4	17
		%	10.3%	2.6%	10.3%	10.3%	43.6%
	⑤6か月以内に運動を始めようと思っていない	n	0	0	0	0	1
		%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.6%
計		n	13	6	10	5	39
		%	33.3%	15.4%	25.6%	12.8%	100%

2. PFS 事業の導入による成果向上効果に係る事項

1) 従来事業と比較した本事業の導入による成果向上効果について

従来事業と比較して、これまで無関心層として位置づけられていた比較的年齢の若い男性層に対して訴求することができたのは、事業者による努力だけではなく PFS 事業条件として成果指標に明確に位置付けたことによると考えられる。

2) 本事業における一層の成果向上に向けた検討課題

多くの指標が達成度5になったことは本事業による効果と位置付けられる。一方で、前掲の整理のとおり、本事業では、効果額の総額は学術研究に基づいて算出されているが、成果指標①～④の個々の効果額は算出されておらず、総効果額を4分割した金額が各成果指標に割り当てられている。

今後に向けては、各成果指標や達成度が持つ効果額と事業全体での効果額との対応関係を明確化することが望まれる。

【令和7年3月時点】

3) 成果報酬の妥当性に関する課題

本事業では、支払総額は最大便益に基づき設定、公募時点の固定支払額は想定直接経費に応じて設定された。結果的には、事業者提案に基づき、公募時点の想定よりも固定支払額の金額は大きくなった。これは、民間事業者の提案の自由度を確保する狙いもあり、公募条件上で固定支払額の水準を含めて民間提案を可能としたことによる。官民連携事業における競争環境の確保の観点からはメリットがあった半面、成果連動支払額の割合の低下は、民間事業者による事業改善インセンティブの低下にもつながりやすい。他の自治体への横展開を考えるうえで、競争環境の確保可能性と、適切な事業改善インセンティブの両立は課題といえる。

その他、成果連動支払額は、成果指標①～④に4分割されており、各成果指標の効果額との対応関係が整理されていないことが課題といえる。

(3) 今後の展望

各務原市では本事業を来年度以降も PFS 事業として継続することとしている。今年度事業においては、成果指標①～③で達成度5、成果指標④で達成度3と、高い水準で成果を達成できた。次年度は、これらの成果が PFS という事業手法を採用したことによるものかを含めて検証しながら取り組む方針としている。来年度も再び公募型プロポーザルにより行い事業者選定を実施する。また定員を上回る応募があったことを踏まえて、定員を拡張する方針としている。