

## 仕様書

### 1 業務名

筋力トレーニング動画制作業務委託

### 2 履行期間

契約締結日から令和7年10月31日（金）まで

### 3 履行場所

指定場所

### 4 目的

市民の健康づくりへの意欲向上と運動に取り組むきっかけを創出するため、自宅や地域などで手軽で楽しみながら実践できる筋力トレーニング方法を紹介する動画を制作し、市公式 YouTube での発信やその他のウェブ媒体、デジタルサイネージなどを活用しながら、動画の積極的な周知を図る。

### 5 業務内容

本業務は、上記の目的を達成するために、以下の内容を含むものとする。

#### (1) 筋力トレーニング動画の制作

ア 体力レベルや運動習慣の有無に関わらず幅広い世代（主に 40～50 歳代）が継続して活用できる動画で、1 本 3 分程度の動画を 10 本制作すること。

イ 運動の楽しさと効果をアピールし、運動継続のきっかけづくりに適した長崎市で知名度のあるモデル等を起用すること。

#### (2) 企画・構成業務

ア 公開されている既存の筋力トレーニング動画と比較して独自のアイデアや工夫が見られ、また本市の特性や地域資源（例：坂道、階段など）を活かした内容で視聴者が本動画を活用して筋力トレーニングに取り組みたいと思える内容とすること。

イ 筋力トレーニングは、自体重トレーニングを中心とし、10 種類※の筋力トレーニングによる運動とすること。また収録前に本市が指定する専門家の監修を受けること。

※10 種類（ヒンズースクワット、フロントランジ、グッドモーニング、ベントロウ、ブッシュアップ（膝付、膝立）、スタンディングプレス、カール、クラッチ、レッグレイズ）

ウ 動画は、筋力トレーニングを継続するための工夫として段階的に体力レベルの向上につながる内容とすること。（例：初級・中級・上級編で構成）

エ 動画には、筋力トレーニングを行う動作の説明や注意点、運動効果の説明な

どを盛り込むこと。

オ 動画の企画・構成・内容・撮影場所等は、発注者と協議の上、決定すること。

### (3) 撮影業務

ア 企画・構成業務により決定した内容に基づき、取材・撮影を行うこと。なお、撮影時の画面比は9対16の横型で、画質はフルHD規格以上とする。

イ 出演者への指導、演出、進行管理を含む。

ウ 筋力トレーニングのポイントや注意点をわかりやすく解説するための工夫を行うこと。

エ 必要に応じて、音楽、効果音、テロップ、アニメーションなどを効果的に使用すること。

オ 撮影に必要な機材、人員の手配は原則として受託者が行うこと。

### (4) 編集業務

ア 不要な部分のカット、テロップの挿入、音楽や効果音等の演出については、撮影後に発注者に確認の上、決定すること。テロップは、無音で視聴しても動画の内容が十分に伝わるよう工夫すること。

イ 撮影後、速やかに編集を実施し、仮編集の段階で適宜発注者に確認を行うこと。

ウ 動画の制作にあたっては、全体としての統一感を持たせること。

### (5) 音声収録・編集

ア 必要に応じて、ナレーションや出演者の音声をクリアに収録すること。

イ 収録した音声の編集、音楽や効果音等とのバランス調整を行うこと。

### (6) 成果物納品

完成した動画はMP4形式で納品すること。また、制作したすべての撮影素材（静止画、動画）データを履行期間終了日までに納品すること。なお、納品に要する記録媒体については、受注者が用意すること。

## 6 留意事項

### (1) 成果品の帰属に対する責任の範囲

ア 成果品の所有権及び著作権（著作権法第27条及び第28条に規定する権利を含む。）は発注者に帰属し、発注者の承諾なしに使用又は公表してはならない。また、本業務において作成した動画、テロップ、イラスト、ロゴ等は、委託期間終了後も本市が利用できるよう、出演者の肖像権及び音楽・デザインの著作権等に関する調整を行うこと。

イ 受注者は著作者人格権を行使しない。

### (2) 業務の再委託

業務の主要な部分（5（1）～（2））を第三者に委託することは不可とする。なお、再委託する場合は、あらかじめ下記の事項について記載した「第三者委託承諾願」を発注者に提出し、承諾を得なければならない。

ア 再委託を行う相手方の商号または名称及び住所

イ 再委託を行う業務の範囲

ウ 再委託を行わなければならない理由

(3) 秘密の保持等

受注者は、本業務の実施において知り得た事項を第三者に漏らしてはならない。

(4) 特記事項

ア 法令等の遵守

受注者は業務の履行に当たり、関連する法令等を遵守しなければならない。

イ 費用の負担

業務を行うに当たり必要な資料収集費、取材費、出演料及び交通費等の一切の経費は受注者が負担すること。また、業務に伴う必要な経費は、本仕様書に明記のないものであっても原則として受注者の負担とする。

ウ 打合せ

業務着手時及び業務の履行にあたっては、受注者と発注者は打合せを行い、業務の進捗状況を相互に確認するものとする。

エ 許可・届出

取材・撮影等の業務を行うために必要な許可や届出は、受注者の責任において行うこと。

オ 疑義

仕様書記載事項に疑義が生じた場合又は定めのない事項については、受注者は発注者と十分な協議を行い、業務の遂行に支障のないように努めなければならない。