

令和 8 年度菊池市総合体育館トレーニングルームリニューアルに伴う機器更新
仕様書
(機器選定・購入、空間提案)

1. 物品名 令和 8 年度菊池市総合体育館トレーニングルームリニューアルに伴う
機器更新

2. 設置（納入）場所 菊池市総合体育館トレーニングルーム

菊池市亘 538 番地 2

2. 契約期間 本契約確定の翌日から令和 9 年 2 月 26 日まで

4. 購入目的

本事業は、本市の中核施設である菊池市総合体育館のトレーニングルームにおける老朽化した機器を刷新し、利用環境の抜本的な改善を図るものであり、最新のトレーニング機器を導入し、利用者の安全性・快適性を確保するとともに、利用者ニーズに沿った内装改修計画との調和を図ることで、市民の健康増進の拠点としての機能を強化する。

また、単に機器の更新を行うものではなく、菊池市総合体育館のトレーニングルームに適した機器の選定、空間の有効活用や新規層の開拓、将来にわたる持続可能なアフターフォロー体制を確立することで、誰もが安全かつ継続的に運動に取り組める環境を整備することで、健康増進のさらなる推進を目的とする。

5. 業務内容

①トレーニング機器等の選定（提案、調達、搬入、設置）

②空間イメージ図の作成（トレーニング機器の配置、導線、内装、色調、床補強の必要性）

6. 提案内容

(1) トレーニング機器等の選定・提案、調達、搬入、設置

ア. トレーニング機器の選定・提案、調達

- ・導入機器は別紙一覧を参考に購入目的を最大限発揮できる物品を積極的に選定すること（物品例：スミスマシン（プレート重量 200 kg 程度）、アジャスタブルベンチ、体組成系、モニター（メディア再生機能付き）、モニター台等）。
- ・トレーニング機器（その他の提案物品は除く）は、JIS T 1211 シリーズ（固定式トレーニング機器）または国際規格 ISO 20957 シリーズに準拠し、十分な安全性が確保されているものとする。また、製品の安全性に関する適合証明書や、試験成績書等を提出すること。

イ. 搬入、設置

- ・内装改修工事（別途）完了後に設置を行うこと。
- ・設置後、施設管理者への取扱説明を行うこと。利用者へは取扱説明書を備えるこ

と。

- ・引き渡し後の保証期間は、1年以上とする。

(2) 他自治体での導入実績

(3) 配置計画の適格性（空間の有効活用）

- ・空間を最大限に活かしたトレーニング機器等のレイアウト図（配置図）の作成。それにより、必要となる床材補強の必要性。
- ・利用者の導線やトレーニングルームの内観・内装イメージの提案。（平面図は別紙参照。）

(4) 各物品の取扱説明（利用者向け）

(5) 価格の妥当性

(6) アフターフォロー（メンテナンス、修理対応）体制

※本市から直近の営業所、その職員数等

(7) 効果（利用者の増加、新規層の開拓等）

7. 納品スケジュール（予定）

(1) 契約 本契約 令和8年9月下旬（仮契約令和8年8月中旬）

(2) 納品・設置 令和9年2月下旬

8. 納品物

技術提案書に基づく物品

9. 特記事項

- (1) 提案内容は、別紙菊池市総合体育館トレーニングルーム利用者アンケートの結果を反映したものとすること。
- (2) トレーニング機器更新に伴い、別発注工事において、トレーニングルームの床、壁、カーテン、200V電源の増設（別紙図面参照）を予定している。6. 提案内容 (3) 配置計画の適格性（空間の有効活用）で改修にあたっての色彩等を含めて提案すること。
- (3) 物品の選定、配置計画の作成にあたっては事前に、菊池市総合体育館トレーニングルームを視察すること。その際は、実施要領5. 担当窓口に連絡すること。
- (4) 既存のカウンターは撤去可。
- (5) 受託者は、業務上知り得た個人情報等の秘密を他人に漏らしてはならない。業務終了後も同様とする。
- (6) 本業務を円滑に遂行するため、発注者は、受注者に対して業務の進捗状況について報告を求めることができる。

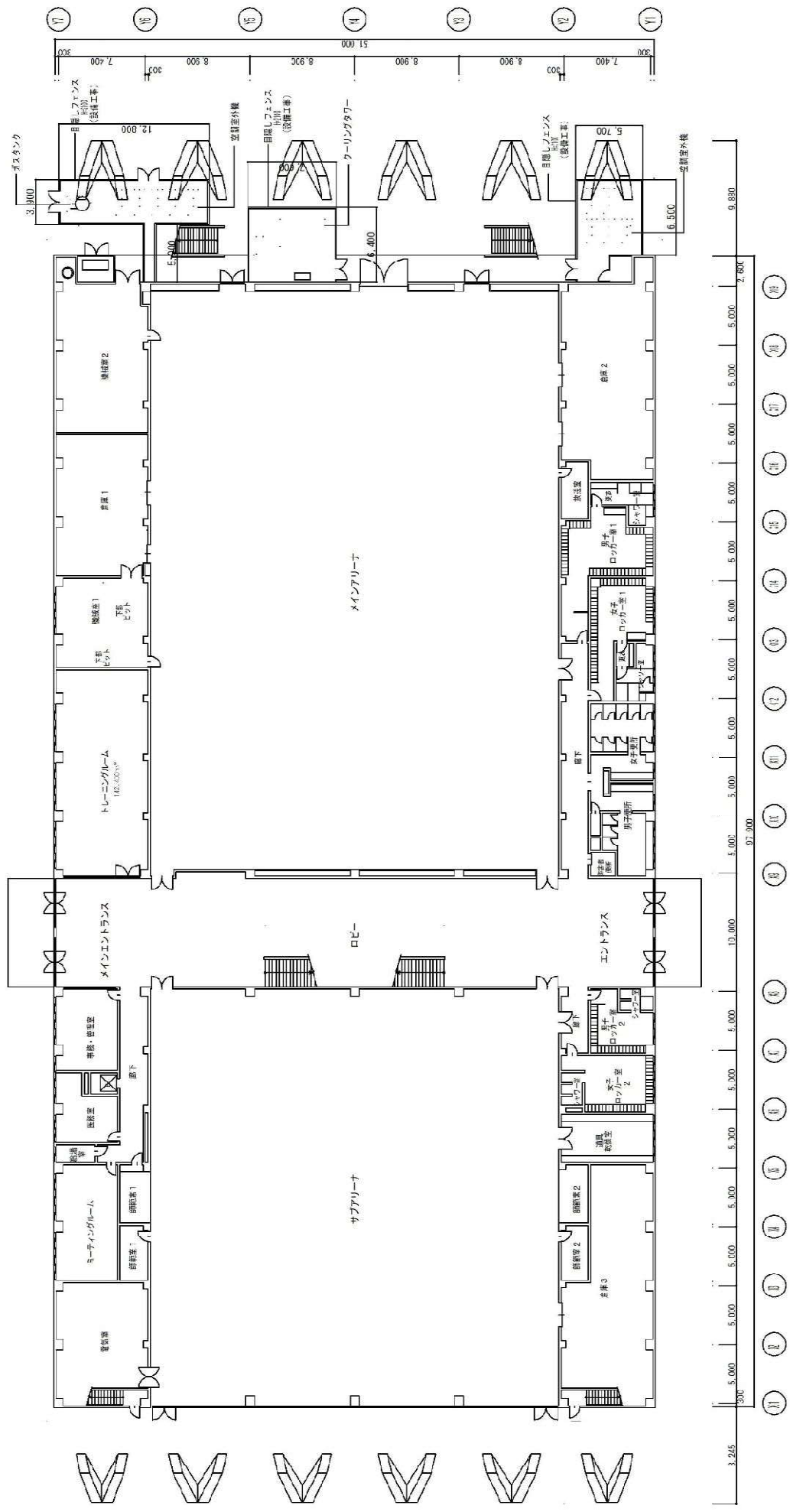
(7) 業務完了後、受託者の責任に期すべき理由による納品物の不良箇所が発見された場合は、受託者は速やかに受託者が必要と認める訂正、補正、その他必要な事措置を行うものとし、これに対する経費は受託者の負担とする。

10. その他

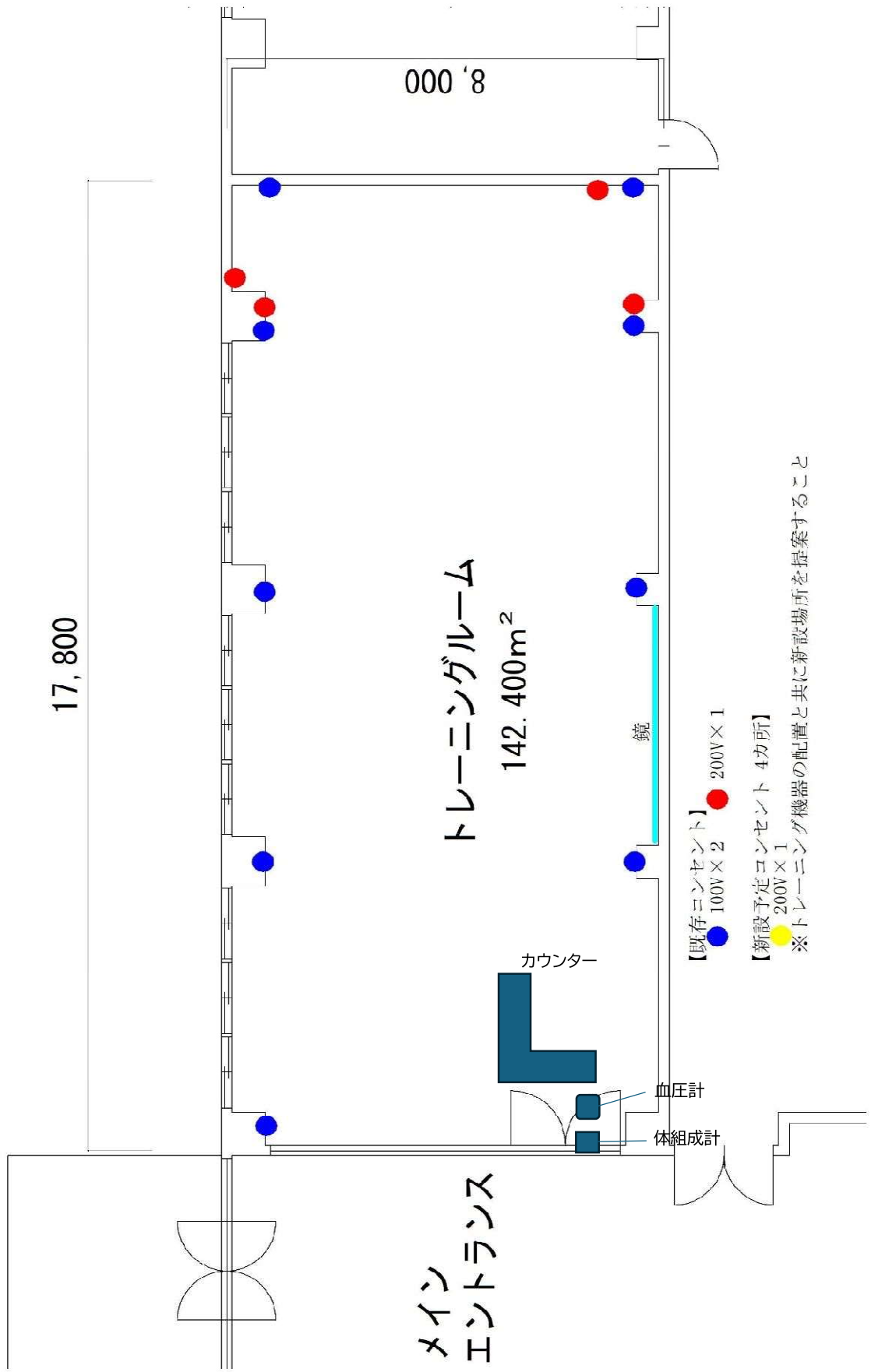
この仕様書に定めのない事項及びこの仕様書について疑義が生じた場合は、別途協議するものとする。

菊池市総合体育館トレーニングルーム物品一覧（令和8年4月現在）

No.	品名	数量・単位	備考	
			一般的名称	期待できる主な効果
1	コードレスバイク	3台	フィットネスバイク	有酸素運動、足腰の強化、心肺機能向上
2	ラボード（大）	3台	ランニングマシン（大型）	脂肪燃焼、持久力向上
3	ラボード（小）	2台	ランニングマシン（小型）	脂肪燃焼、健康維持
4	グラブストライド	2台	楕円形歩行マシン	全身運動、脂肪燃焼、関節への負担軽減
5	ステアクライマー	1台	階段昇降マシン	下半身強化、心肺機能向上、ヒップアップ
6	レッグエクステンション	1台	太もも前部強化マシン	膝まわりの強化、歩行・立ち上がりの安定
7	シーテッドレッグカール	1台	太もも裏部強化マシン	太もも裏の引き締め、姿勢改善、膝裏の強化
8	レッグプレス	1台	下半身全体強化マシン	下半身全体の筋力アップ、代謝向上
9	アブダクション	1台	お尻外側引き締めマシン	骨盤の安定、ヒップラインの改善
10	アダクション	1台	内もも引き締めマシン	内ももの引き締め、骨盤の安定
11	トータルヒップ	1台	お尻・股関節強化マシン	ヒップアップ、股関節まわりの柔軟性向上
12	チェストプレス	1台	胸筋・二の腕強化マシン	胸の引き締め、バストアップ、腕の筋力向上
13	フライ	1台	胸部集中マシン	胸の筋肉のストレッチ、バストアップ
14	シーテッドレバーロー	1台	背中・二の腕強化マシン	背中の引き締め、姿勢改善、肩こり予防
15	ハイプーリー	1台	背中・腕強化マシン	背中の引き締め、逆三角形の体型づくり
16	ウエイトアシストチン	1台	懸垂補助マシン	背中・腕の強化、懸垂動作のトレーニング
17	ショルダープレス	1台	肩・腕強化マシン	肩まわりの引き締め、肩こり改善
18	ラテラルレイズ	1台	肩横部強化マシン	肩のラインを整える、腕の引き締め
19	アームカール	1台	二の腕（力こぶ）強化マシン	腕の引き締め、筋力アップ
20	ツーフハンドステーション	1台	二の腕・背中強化マシン	腕まわりの強化、姿勢を整える
21	ロータリートルソー	1台	お腹・腰まわり引き締めマシン	ウエストの引き締め、腰の安定性向上
22	アブドミナルベンチ	1台	腹筋強化マシン	お腹まわりの引き締め、体幹強化
23	ローマンベンチ	1台	背筋強化マシン	背中・腰の強化、姿勢改善、腰痛予防
24	ダンベル（1～20kg 2セット）	1式	フリーウエイト（ダンベル）	全身の筋力アップ、引き締め、ボディメイク
25	ストレッチマット（180cm×180cm）	2枚	ストレッチマット	準備・整理運動、柔軟性向上
26	ゴムマット（2m×4.3m）	1式	ゴムマット	衝撃吸収、間接の負担軽減、安全性の確保



1階平面図・改修後







菊池市総合体育館トレーニングルーム利用者アンケート
(令和7年11月実施)

1. 年代

項目	回答数	率
10歳代	1	3.3%
20歳代	1	3.3%
30歳代	4	13.3%
40歳代	3	10.0%
50歳代	3	10.0%
60歳代	10	33.3%
70歳以上	8	26.7%
合計	30	100%

2. 利用期間

項目	回答数	率
半年以内	7	24.1%
半年～1年未満	6	20.7%
1年～2年未満	4	13.8%
2年～5年未満	1	3.4%
5年以上	11	37.9%
合計	29	100%

3. お住まい

項目	回答数	率
菊池市	26	92.9%
合志市	1	3.6%
大津町	0	0.0%
菊陽町	0	0.0%
山鹿市	1	3.6%
県内	0	0.0%
県外	0	0.0%
合計	28	100.0%

4. お住まい(菊池市内)

項目	回答数	率
菊池	18	81.8%
七城	1	4.5%
旭志	0	0.0%
泗水	3	13.6%
合計	22	100.0%

5. スタッフ対応

項目	回答数	率
とても満足	14	46.7%
満足	10	33.3%
普通	6	20.0%
不満	0	0.0%
とても不満	0	0.0%
合計	30	100.0%

【考察】

本アンケートの結果から、利用者の主な層と施設への評価が浮き彫りとなりました。まず年代構成では60歳以上が約6割を占めており、高齢者の健康づくりに貢献していることが伺えます。また、利用期間も「5年以上」の層が約4割と厚く、リピーターに支えられた安定的な施設運営がなされています。

満足度については、スタッフ対応に対して8割が「満足」と回答しており、高いサービス水準が維持されています。料金設定に関しても「適正」または「安い」との回答が100%を占めており、利用のしやすさが定着の要因となっているようです。一方、清潔さについては「普通」から「不満」との回答が約45%存在するため、今後、清掃体制や環境維持への注力が必要です。

【設備更新に向けた考察】

今回のアンケート結果において、上位を占めたのは**「レッグプレス(70.0%)」「チェストプレス(63.3%)」「ダンベル(56.7%)」**の3種目でした。これらは下半身や胸部などの大きな筋肉を鍛える、トレーニングの基礎となる定番の設備です。

この結果から、以下の3点を更新の軸に据えるべきと考えます。

○高頻度利用設備のメンテナンス優先

稼働率が高いこれらのマシンは故障リスクも高いため、優先的な定期点検と老朽化に伴う入れ替え計画が必要です。特に高齢利用者が多い現状を鑑みると、関節への負担が少なく、操作が直感的な最新型への更新が、安全管理の観点からも重要です。

6. 利用料金

項目	回答数	率
とても安い	12	40.0%
安い	8	26.7%
適正	10	33.3%
高い	0	0.0%
とても安い高い	0	0.0%
合計	30	100.0%

7. 利用時間

項目	回答数	率
とても長い	1	3.3%
長い	2	6.7%
適正	25	83.3%
短い	2	6.7%
とても短い	0	0.0%
合計	30	100.0%

8. 清潔さ

項目	回答数	率
とても満足	6	20.7%
満足	10	34.5%
普通	11	37.9%
不満	2	6.9%
とても不満	0	0.0%
合計	29	100.0%

9. よく利用する設備

項目	回答数	率
①コードレスバイク	10	33.3%
②ラボード	9	30.0%
③グラブストライド	2	6.7%
④ステアクライマー	1	3.3%
⑤レッグエクステンション	14	46.7%
⑥シーテッドレッグカール	13	43.3%
⑦レッグプレス	21	70.0%
⑧アブダクション	15	50.0%
⑨アダクション	14	46.7%
⑩トータルヒップ	8	26.7%
⑪チェストプレス	19	63.3%
⑫フライ	14	46.7%
⑬シーテッドレバーロー	10	33.3%
⑭ハイプーリー	15	50.0%
⑮ウエイトアシストチン	9	30.0%
⑯ショルダープレス	13	43.3%
⑰ラテラルレイズ	9	30.0%
⑱アームカール	7	23.3%
⑲ツーハンドステーション	10	33.3%
⑳ロータリートルソー	11	36.7%
㉑アブドミナルベンチ	7	23.3%
㉒ローマンベンチ	9	30.0%
㉓ダンベル	17	56.7%

○ニーズに基づいたレイアウトの見直し

「アブダクション (50.0%)」や「ハイプーリー (50.0%)」など、全身をバランスよく鍛える設備も人気です。使用頻度の高いマシンを回遊しやすい位置に配置し直すなど、動線改善を図ることで、より快適なトレーニング環境を提供できます。

○付加価値による利用促進

「清潔さ」の項目で一定の不満が見られたことを踏まえると、単なる新機種導入だけでなく、汚れにくい素材のシートへの張り替えや、抗菌・防臭機能を持つマシンへの更新を併せて検討すべきです。これにより、清潔感に対する利用者の不安を払拭し、満足度のさらなる向上を目指せます。