

健康福祉センター及びトレーニング室の設置目的と役割

【健康福祉センターの設置目的】

健康福祉センターは、保健・医療福祉的機能の一体的な推進を図るなかで『元気な人間』を実現するための推進拠点施設。

【健康福祉センターの基本理念】

- ・ 市民一人ひとりが自ら主体的に取り組む健康づくりを支援する。
- ・ 障害の有無に関わらず、乳幼児から高齢者まですべての市民が地域の中で健やかで自立した生活を送れるよう支援する。

【トレーニング室の設置目的】

- ・ 市民ひとり一人が、**自ら主体的に取り組む**ための健康づくりの場を提供する。
- ・ **ノーマライゼーション^{※1}の理念のもと障がいの有無に関わらず**、だれもが安心して健康づくりに取り組むことができる環境を整備する。
- ・ **担当医の意見に基づき、患者者でも安心して**トレーニングできる機会を提供する。
- ・ 市民健康診断や人間ドックまたは特定保健指導などのツールを活かし、生活習慣病の予防・改善に取り組む**実践的なプログラムを提供**する。
- ・ 体力の維持・向上、ロコモ^{※2}予防、フレイル^{※3}（心身虚弱）予防、並びに認知症予防など**超高齢社会における介護予防の一端**を担う。
- ・ 生活習慣病重症化予防、医療費の抑制、介護予防、ひいては**健康寿命の延伸**を担う。

※1 ノーマライゼーション

… 「障害のある人もない人も、互いに支え合い、地域で生き生きと明るく豊かに暮らしていける社会を目指す」という理念。

※2 ロコモ（ロコモティブシンドローム『運動器症候群』の略）

… 骨、関節、筋肉などの運動器の働きが衰えてくると、生活の中で自立度が低下し、介護が必要となり寝たきりになる可能性が高くなる。運動器の障害のために、要介護になったり、要介護になる危険が高くなったりする状態を「ロコモティブシンドローム」という。

※3 フレイル（心身虚弱）

… 加齢により心身が老い衰えた状態のこと。高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症も引き起こす危険がある。