

## 令和4年度 マシスタジオ事業報告

(令和4年4月1日～令和5年3月31日)

### 1 事業の実施概要

マシスタジオは、高浜市が平成8年4月に開設し、平成18年度から日本福祉大学高浜事業室が事業を受託し、当クラブが運営していたが、平成23年度から当クラブが高浜市から直接受託し運営している。

令和4年度のマシスタジオの運営に当っては、高浜市保健医療計画の諸施策に沿い、地域住民の健康維持・増進及び介護予防に努めた。

平成26年9月1日から導入した入館管理システムを活用し、利用者の利便性の向上やデータの安定的管理に努めるとともに、体組成計による継続的な健康管理により利用者のサービス向上に努めた。

スタッフがコグニサイズ理論や技術を習得したり、コグニバイクを活用したりして、高浜市が目指す介護予防事業に応えるよう努めた。

### 2 事業の実施状況

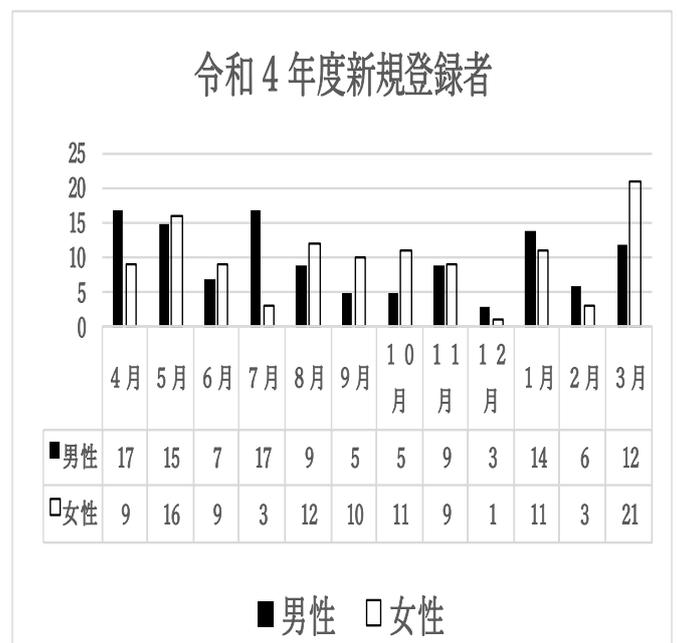
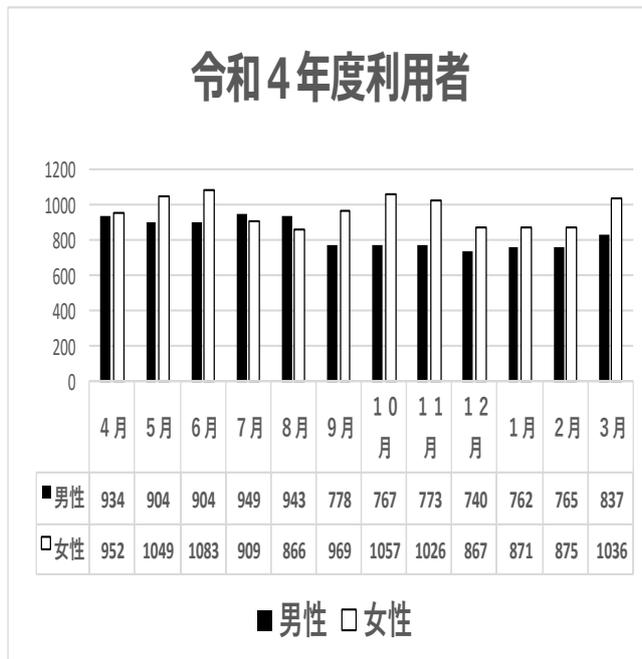
#### 1) フリートレーニング

小・中学生から高齢者までの幅広い利用者が、自己の目的や体力にあったメニューを自由に選択してトレーニングで、利用者方々の健康・維持・増進に寄与した。また、初心者に対してはスタッフが、目的や体力に合った器具の選択や使用方法、トレーニングの方法を、共に学習した。

利用実績は、年間358日開館し、延べ利用者は21,616人で、前年度と比べ669人の減少となった。(新型コロナウイルス感染予防のため人数制限や機械の一部制限を実施しての運営)

新規登録者は、234人で、前年度と比べ16人の増加となった。(新型コロナウイルス感染予防のため市内の新規のみ受け入れ、市外の新規の方は登録・利用不可とした。)

利用者の男女比は、男性46.5%、女性53.5%で、今年度は女性が男性より多い比率となった。また、市内外比は、市内77.9%、市外22.1%で、市内の利用者が大半を占めた。



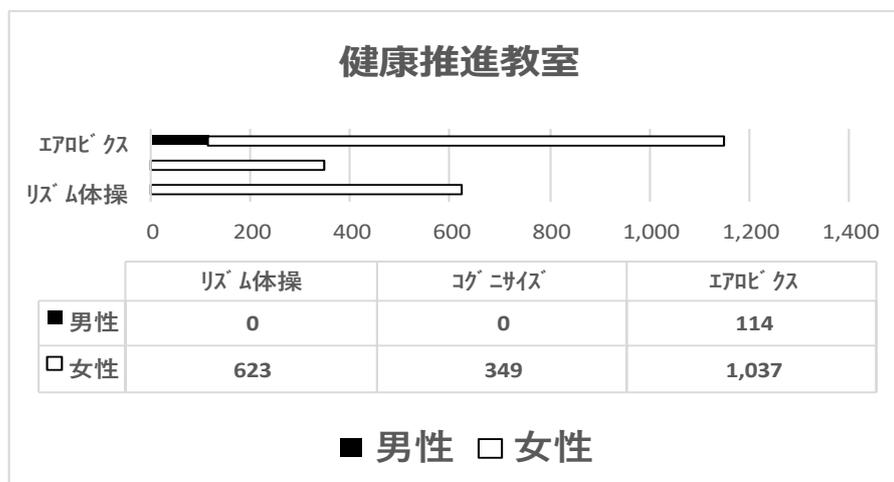
※図書館機能移行に伴い、9月から第2マシスタジオ閉館となり、一部屋での運営となる

#### 2) 健康促進教室

マシスタジオ利用者の健康を維持・増進させるため、特に60歳以上の高齢者を対象とした各種のメニューを提供し利用者の健康づくり及び介護予防を促進した。

利用実績は、全体で2,123人となり前年度と比べ83人減少した。

受講者全体の男女比は、男5%、女95%で、前年度同様、女性の受講者が圧倒的に多数を占めた。



(新型コロナウイルス予防対策として前年度に引き続き参加人数を最大20名と人数制限をして実施した。)

### 3) 施設、用具のメンテナンス

マシンをリニューアルして6年目を迎えた。利用者が気持ち良く安全で安心して利用できるよう、器具調整や故障による不具合を未然に防止するために、随時保守点検を実施した。年数が経ち消耗率が高くなっていくマシンもあるので随時更新が必要である。市と協議し優先順位を付けて対応していく。

### 4) 健康マスター認定制度

「健康マスター認定制度」も5年目を迎えた。前年度は規定を「110回以上または月8回以上/10ヶ月」としていたが今年度は、新型コロナウイルスが減少傾向もあり規定を「130回以上または月10回以上10ヶ月」に変更して実施した。今年度は35名の方が達成となった。そのうち、3回目の受賞の方が3名、2回目の受賞の方が7名、初めて受賞の方が2名であった。それぞれ認定証とカードを作成し贈呈した。3回受賞で殿堂入りとしている。また、すでに殿堂入りした方の中でも23名の方は今年度も規定を達成した。健康づくり・体力づくりを継続して実施できた。

### 5) 「いきいき広場クラブ」の行事

マシNSTAジオ利用者の心と体のケアと利用者同士やスタッフとの交流及びコミュニケーションを図るため、「いきいき広場クラブ」を組織し、その活動として以下の行事を3年ぶりに実施した。

行事名	開催日	会場	参加者数
いきいきお花見ウォーキング	令和4年4月1日(金)	大山緑地公園	12人
いきいきクリスマス会	令和4年12月7日(水)	いきいきホール	23人

※従来は会費を取り食事や飲み物を用意していたが、新型コロナウイルスの予防・対策も兼ねて、今年度は無料で人数制限や開催時間短縮など新たなスタイルで実施した。

### 6) 新型コロナウイルス対策について

マシNSTAジオでは、以下の新型コロナウイルス対策を行いながら運営した。

- ・ 入館時の検温&マスク着用(マスクは3月13日からは個人の判断)
- ・ マシンや備品のアルコール消毒
- ・ 一部マシンの使用制限(間隔をあけての使用)
- ・ ロッカーの使用制限&シャワー使用停止
- ・ 利用者の人数制限や新規利用・登録は市内の方限定