

令和6年度 マシンスタジオ事業報告

(令和6年4月1日～令和7年3月31日)

1 事業の実施概要

マシンスタジオは、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6年度のマシン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

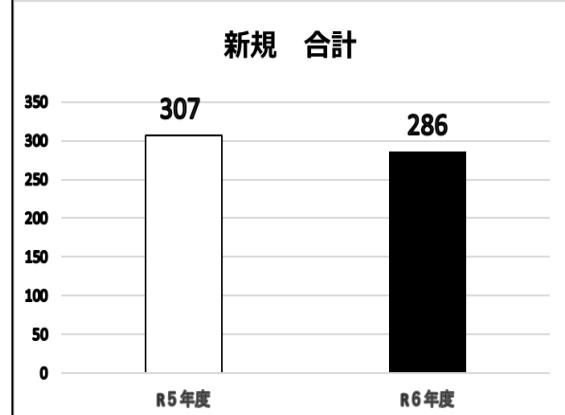
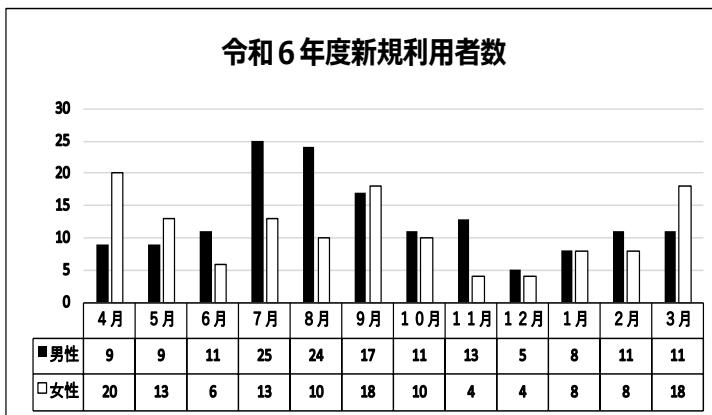
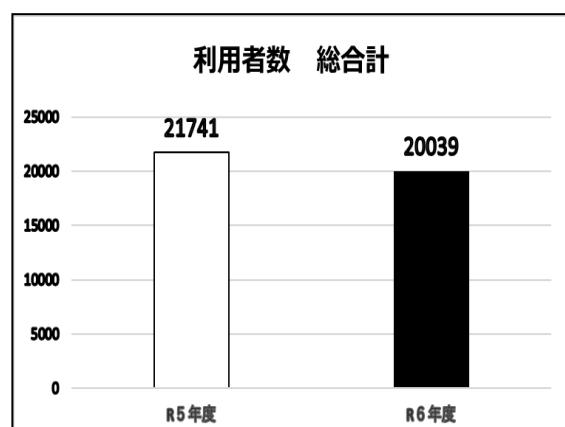
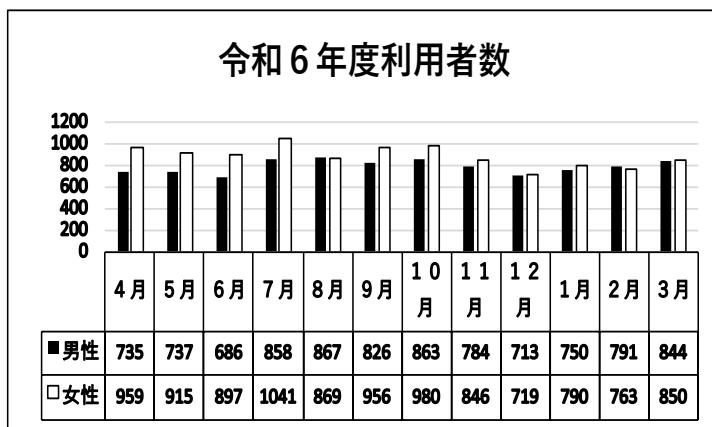
小・中学生から高齢者までの幅広い利用者が、自己の目的や体力にあったメニューを自由に選択してトレーニングで、利用者方々の健康・維持・増進に寄与した。また、初心者に対してはスタッフが、目的や体力に合った器具の選択や使用方法、トレーニングの方法を、共に学習した。

利用実績は、年間308日開館し、延べ利用者は20,039人で、前年度と比べ1,702人減少した。

新規登録者は、286人で、前年度と比べ21人の減少となった。(尚、今年度は利用時間の変更や日曜日が定休日になった関係上、開館日数は約50日少なくなった。)

利用者の男女比は、男性47.2%、女性52.8%で、今年度も女性が男性より多い比率となった。

また、市内外比は、市内74%、市外26%で、市内の利用者が大半を占めた。

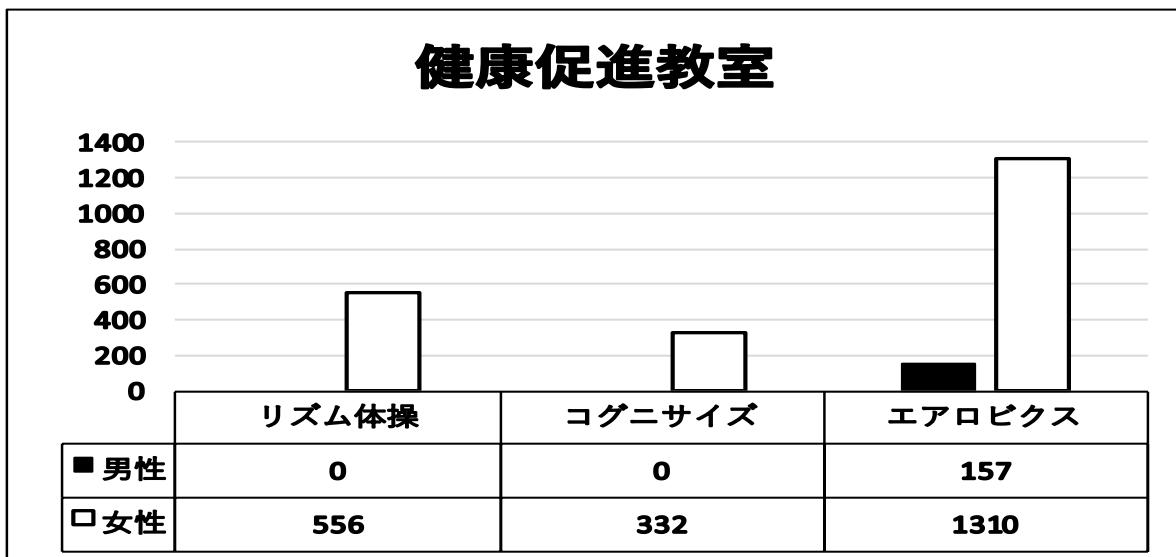


2) 健康促進教室

マシンスタジオ利用者の健康を維持・増進させるため、特に60歳以上の方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2,324人となり前年度と比べ113人増加した。

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。



3) 施設、用具のメンテナンス

マシンをリニューアルして8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る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7年目を迎えた。今年度は、開館日数が減少した関係上「120回以上または月8回以上10ヶ月」で実施した。今年度は37名の方が達成となった。そのうち、3回目の受賞の方が2名、2回目の受賞の方が3名、初めて受賞の方が5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27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

マシンスタ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6年 4月3日(水)	大山緑地公園	雨天中止
いきいきクリスマス会	令和6年 12月4日(水)	いきいきホール	25人

・お花見ウォーキングは雨天のため残念ながら中止となった。

・クリスマス会は前年度同様に無料で1時間の新スタイルの方式で実施した。