

健康づくり推進事業の概要（説明）

1 健康づくり教室

令和2年度は、地区運動教室、健康体教室ともに新型コロナウイルスの影響で、全国に緊急事態宣言が発令されたため、4月・5月は休止しました。

水中運動教室は、令和2年4月に健康づくりセンターにプールが併設されたことから、コースを縮小し開催しました。なお、健康づくりセンターにおいても指定管理者の自主事業として水中運動教室を開催しています。

市では健康づくり教室運営ガイドラインを策定し、参加者へは「楽しく運動を続けるために（チラシ）」を配布し、感染予防対策を行いながら6月以降教室を開催しました。

全体的な傾向として、新型コロナウイルスの影響から教室参加を自粛する方もあり、参加者の状況は例年と比べ低調となっています。

令和3年度は、ゴールデンウィークやお盆あけに感染者が確認されたものの、比較的落ち着いた状態で推移したため、通常通り実施しています。

参加者数についても、新型コロナウイルス感染拡大前に近づいております。

地区運動教室については、小滝地区については高齢化などの理由から参加者からの申出により休止しています。

木浦地区においても、地区公民館の会場の都合により休止しています。

参加される方の大半が65歳以上の高齢者であり、運動による体力維持の効果のほかに、自宅から外出して、仲間におしゃべりすることで精神的なりフレッシュにつながることから、感染予防を徹底しながら教室を開催していきます。



健康体教室（亀ヶ丘体育館）



地区運動教室（横町会館）

2 健康づくりセンター はびねす

健康づくりセンターは、昨年4月に屋内プールがオープンしました。

屋内プールは、隣接するごみ処理施設の更新にあわせて整備したものです。

4月にオープンしましたが、緊急事態宣言の発令や、市立小中学校の休校により水泳教室の休止し、健康づくりセンターも4月25日から5月21日まで休館となりました。

水泳教室については、6月から開始し、その後は徐々に利用者が増えています。

初期の段階で他県においてスポーツクラブで新型コロナウイルス感染症のクラスターが発生したこともあり、フィットネスルーム及びスタジオについては例年よりも利用者が減少しています。

令和2年度の総利用者数は87,475人であり、プールの利用者が加わったことから、前年度よりも10,181人増加しています。

しかし、プールの利用者を除いて比較すると18,627人の減となっています。

令和3年7月には、全国中学校体育大会水泳競技会において、健康づくりセンターで練習している小林恒輝さん（糸魚川中学校3年）が200M自由形で優勝、400M自由形で第2位となるなど各種大会で好成績をおさめています。



プール開設記念事業
寺川綾さん 水泳教室



小林恒輝さん（右から2番目）
優勝報告会

3 健康ポイントラリー10

令和2年度においては、対象となる事業が休止や中止となり10ポイント達成者が例年に比べ少なくなっています。

また、健康づくり事業と同様に、事業への参加を自粛する方もおられ、結果として達成者が減少した一因と考えられます。

健康づくりへの意識付けや、きっかけづくりとなるよう引き続き取組を進めます。