

平成18年度

事業報告書

自 平成18年4月 1日

至 平成19年3月31日

財団法人京都市健康づくり協会

平成18年度 事業報告

平成18年度においては、前年度に引続き市民の総合的な健康づくりと健康の保持増進を図るため、京都市健康増進センター（ヘルスピア 21）を拠点として、医師、保健師、看護師、臨床検査技師、管理栄養士及び健康運動指導士等の専門スタッフと、医療設備及びプール、トレーニングルーム等の運動設備など、京都市健康増進センターの機能を最大限に活用し、個々の利用者のニーズに合った施設利用を迫及し、安全で効果的な各種の健康づくり事業に取り組んだ。

とりわけ、平成18年度は、平成17年度から開始した定期利用制度の影響等により、センターの利用者数が前年度比6.3%増と平成17年度に引き続き大幅な利用者数の増加が図れた。また、新たに介護予防事業等を受託した結果、平成18年度収支は約1千2百万円の黒字、正味財産も約2千2百万円増加し、約4千4百万円となった。

1 平成18年度の主な事業

(1) 健康づくりを図るための実践活動の推進

ア プール・トレーニングルーム等の施設利用の促進

日常生活において「運動・栄養・休養」のバランスを取ることの重要性を市民の方々に普及啓発し、その実践の場としてプール、トレーニングルーム等の施設利用を促進した。

この結果、平成18年度利用者は94,173名であり、平成17年度利用者88,582名に比べ、6.3%の大幅増となった。

なお、平成17年度より月極めの定期利用制度を新たに設定したが、平成18年度の定期券購入者数は延べ2,368名であり、平成17年度に比べ29.3%増と引き続き好調であった。

（「平成18年度京都市健康増進センター利用実績 1 運動施設利用」参照）

イ 健康づくり教室の開催

運動設備を活用し、各種運動の実技指導を実施した。

具体的には、「水泳」、「エアロビクス」を初め、「楽しい水中たいそう」、「ボクササイズ」、「少林寺流拳法」、「太極拳」、「ヨーガ」、「フラダンス」、「健康カラオケ」等計59教室を開講し、8,588名が参加した。

なお、平成18年7月から「いきいき筋トレ教室」の油圧マシン編を2教室新規開講するとともに「いきいき筋トレ教室」基本編を増設し、「いきいき筋トレ教室」を合計週5教室開催したが、満員となった教室も多く、中・高齢者層の人気を博した。

（「平成18年度京都市健康増進センター利用実績 4 教室利用」参照）

ウ 健康度測定及び生活プログラムの作成・指導

生活状況調査，医学的検査，運動機能検査，診察を通して健康状態の総合判定を行い，その結果に基づき個々の利用者に適した生活プログラム（食生活やトレーニングメニュー）を作成し，医師，管理栄養士及び健康運動指導士による指導を実施した。
（「平成18年度京都市健康増進センター利用実績 2 健康度測定」参照）

エ 健康管理を行いながらの運動実践コース

加入者個々の健康状態を定期的に確認しながら，医師，管理栄養士及び健康運動指導士などの指導のもとに，生活プログラムに基づく運動の実践等をヘルスパパスとして実施し，742名が参加した。

オ 保険診療の実施

健康度測定とその後の運動指導や栄養指導だけでなく，医療専門職や機器を利用した利用者へのフォローが行えるよう，保険診療を実施した。

なお平成18年5月より毎月第二，第四木曜日午後に特殊外来として禁煙教室を開催した。

これらの結果，年間の受診者延べ人数が2,144名と，平成17年度1,902名に比べ，12.7%増となった

（「平成18年度京都市健康増進センター利用実績 3 診療所」参照）

カ 介護予防事業の推進

包括支援センターの認定を受けた虚弱な高齢者（特定高齢者）向けの介護予防事業を京都市から受託した。

（2）健康づくりに関する調査，研究及び情報の提供

「京から始めるいきいき筋力トレーニング」についての情報や，ヘルスパ21の活動についてインターネットホームページや健康情報誌を通じて情報の提供に努めた。

（3）健康づくり関連団体等との連携及び協力並びに当該団体の活動の振興

健康づくりに取り組む各種団体等に対して，講師派遣，健康教室などを実施した。

◆実績

- ・健康づくりゼミナールの運動指導部門（京都市）
- ・元気・アクションクラブ健康づくり事業（京都市）
- ・体力測定・運動指導出張サービス（京都市 他） 他

(4) 健康づくり指導者の養成及び研修

ア 高齢者筋力トレーニング普及推進ボランティア養成講座の受託

高齢者の転倒予防及び運動習慣に関する知識と、「京から始めるいきいき筋力トレーニング」の習得により、介護予防の知識と実技を地域での普及啓発するボランティアを養成し、地域に派遣する事業を、京都市から受託し実施した。

◆養成人員 ⑱ 118名 (⑯ 57名, ⑰ 61名, 計 236名)

◆活動実績 普及延べ人数 (H16年9月～) 計 38,590名

(5) 京都市健康増進センターの管理運営業務の受託

「指定管理者制度」のもとで、京都市から平成18年度から平成22年度までの間、同センターの管理運営を受託し、市民の健康づくりに供した。

◆ 京都市健康増進センターの概要

○設置目的 市民の健康の保持・増進を推進し、「自分の健康は自分で守る」という機運をさらに高め、市民の誰もが自己の年齢、体力に応じて、より安全に、より効果的に健康づくりを行える拠点施設として設置された。

○住 所 〒601-8441 京都市南区西九条南田町1-2

TEL 075-662-1300

FAX 075-662-2055

○敷地面積 約4,360平方メートル

○建設規模 鉄筋コンクリート造 地上4階地下1階

延床面積約10,600平方メートル(南保健所、地下駐車場を含む。)

○運営内容

〈運動設備〉

・営業時間 火曜日～土曜日 9:30～21:00

日曜日・祝日 9:30～17:00

・休業日 月曜日(7,8月は営業),6月第4火曜日～木曜日,年末年始

〈診療所〉

・診療時間 火曜日～土曜日 9:00～12:00

火曜日・金曜日 14:00～16:00

第二・第四木曜日 14:00～16:00

・休業日 日曜日・月曜日,6月第4火曜日～木曜日,年末年始

2 理事会議決事項

(1) 第32回理事会（平成18年5月31日開催）

- ア 役員の互選
- イ 評議員の選任
- ウ 平成17年度事業報告及び決算

(2) 第33回理事会（平成19年3月20日開催）

- ア 平成18年度補正予算
- イ 平成19年度事業計画及び予算
- ウ 財団法人京都市健康づくり協会職員給与規則の改正

3 庶務事項

(1) 役員等の新任

ア 理事	平成18年	5月31日	西村 轟 森	京三 英彦 洋一
イ 評議員	平成18年	6月1日	藤原 山田	正行 典子

(2) 役員等の辞任

ア 理事	平成18年	5月31日	折坂 田城 油谷 大槻	義雄 邦幸 桂朗 幸廣
イ 評議員	平成18年	6月1日	谷口	隆司

平成18年度 京都市健康増進センター利用実績
(単位：人)

1. 運動施設利用

月	4 月			5 月			6 月		
	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均
プール・トレーニングルーム	149	26	5.7	143	26	5.5	132	23	5.7
プール（15歳以上）	2,759	26	106.1	3,109	26	119.6	2,898	23	126.0
プール（15歳未満）	226	26	8.7	257	26	9.9	337	23	14.7
プール 計	2,985	26	114.8	3,366	26	129.5	3,235	23	140.7
トレーニングルーム	2,725	26	104.8	2,892	26	111.2	2,603	23	113.2
定期券	1,764	26	67.8	1,775	26	68.3	1,800	23	78.3
合計	7,623	26	293.2	8,176	26	314.5	7,770	23	337.8

月	7 月			8 月			9 月		
	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均
プール・トレーニングルーム	194	31	6.3	246	31	7.9	185	26	7.1
プール（15歳以上）	3,795	31	122.4	4,196	31	135.4	3,136	26	120.6
プール（15歳未満）	1,017	31	32.8	951	31	30.7	251	26	9.7
プール 計	4,812	31	155.2	5,147	31	166.0	3,387	26	130.3
トレーニングルーム	3,076	31	99.2	2,960	31	95.5	2,786	26	107.2
定期券	2,106	31	67.9	2,026	31	65.4	1,964	26	75.5
合計	10,188	31	328.6	10,379	31	334.8	8,322	26	320.1

月	10 月			11 月			12 月		
	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均
プール・トレーニングルーム	142	26	5.5	136	26	5.2	104	24	4.3
プール（15歳以上）	2,737	26	105.3	2,561	26	98.5	2,108	24	87.8
プール（15歳未満）	123	26	4.7	121	26	4.7	94	24	3.9
プール 計	2,860	26	110.0	2,682	26	103.2	2,202	24	91.8
トレーニングルーム	2,681	26	103.1	2,541	26	97.7	2,138	24	89.1
定期券	1,897	26	73.0	1,756	26	67.5	1,289	24	53.7
合計	7,580	26	291.5	7,115	26	273.7	5,733	24	238.9

月	1 月			2 月			3 月		
	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均
プール・トレーニングルーム	135	24	5.6	137	24	5.7	145	27	5.4
プール（15歳以上）	2,521	24	105.0	2,662	24	110.9	2,633	27	97.5
プール（15歳未満）	115	24	4.8	89	24	3.7	244	27	9.0
プール 計	2,636	24	109.8	2,751	24	114.6	2,877	27	106.6
トレーニングルーム	2,645	24	110.2	2,673	24	111.4	2,779	27	102.9
定期券	1,473	24	61.4	1,483	24	61.8	1,553	27	57.5
合計	6,889	24	287.0	7,044	24	293.5	7,354	27	272.4

月	平成18年度 合計			平成17年度 (同期)			開館以来 累計		
	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均	人数	日数	1日平均
プール・トレーニングルーム	1,848	314	5.9	2,161	314	6.9	43,441	4,232	10.3
プール（15歳以上）	35,115	314	111.8	35,945	314	114.5	688,636	4,232	162.7
プール（15歳未満）	3,825	314	12.2	4,070	314	13.0	116,404	4,232	27.5
プール 計	38,940	314	124.0	40,015	314	127.4	805,040	4,232	190.2
トレーニングルーム	32,499	314	103.5	30,938	314	98.5	429,973	4,232	101.6
定期券	20,886	314	66.5	15,468	314	49.3	36,354	4,232	8.6
合計	94,173	314	299.9	88,582	314	282.1	1,314,808	4,232	310.7

2. 健康度測定

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
標準	1	1	11	9	7	5	8
体力測定	2	0	0	0	2	0	0
フォローアップ	0	2	2	1	1	0	3
骨密度測定	23	18	11	15	6	10	9
団体検診	17	0	0	0	0	19	35
基本健康診査	6	46	39	31	20	26	18
	11月	12月	1月	2月	3月	合計	H17(同期)
標準	6	4	7	6	3	68	105
体力測定	0	0	0	0	0	4	8
フォローアップ	2	3	0	1	1	16	18
骨密度測定	43	4	0	5	13	157	109
団体検診	4	0	0	0	0	75	69
基本健康診査	7	8	12	15	17	245	226

3. 診療所

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
受診者のべ人数	117	120	142	117	114	171	187
レセプト数	65	59	79	68	55	77	86
	11月	12月	1月	2月	3月	合計	H17(同期)
受診者のべ人数	404	302	145	144	181	2,144	1,902
レセプト数	85	86	78	78	97	913	676

4. 教室利用

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
一般教室	教室数	55	55	56	58	58	58
	参加者	727	743	786	749	724	731
ヘルスピアパス購入者	67	72	52	64	63	59	63
定期券購入者(実数)	192	197	218	218	210	219	218
	11月	12月	1月	2月	3月	合計	H17(同期)
一般教室	教室数	59	59	59	59	59	694
	参加者	719	655	686	680	640	8,588
ヘルスピアパス購入者	57	57	65	58	65	742	972
定期券購入者(実数)	206	166	166	168	190	2,368	1,832