

平成13年1月18日

保健福祉部巢鴨分庁舎で健康づくり事業とデイサービス事業をスタート

『健康づくりイベント』開催

本日1月18日（木）、保健福祉部巢鴨分庁舎（巢鴨4-22）で、「健康づくりイベント」が開催された。今回のイベントは、リニューアルした巢鴨分庁舎で健康づくり事業をスタートさせるにあたり、健康づくりや介護予防について理解を深めてもらおうと開催したもの。

豊島区では、「区民と共に進める健康づくり」をコンセプトに、区民参加や自主グループ、ボランティアの活動支援を重視した健康づくりを進めている。駒込・巢鴨・西巢鴨・大塚地区は、池袋保健所から遠く離れていることや、副都心池袋とは地域特性が異なることから、独自の健康づくり事業の展開とその拠点が求められていた。

巢鴨分庁舎は、これまで臨床検査センターとして使用していたが、平成11年9月豊島清掃工場隣接地に健康診査センターが開設したことに伴い、区民の健康づくり事業とデイサービス事業を担う地域の保健センター的役割を果たす拠点としてリニューアルされた。

巢鴨分庁舎で行われる健康づくり事業は健康相談・子育て相談をはじめ、中高年を対象にした体力作りのためのニコニコ健康体操や生活習慣病予防教室など検診以外の保健所業務が行われる。

また、デイサービス事業として、日常動作訓練支援等自立支援サービスや健康体操やゲーム、リクリエーションを行い、介護保険の要介護認定で「自立」と判断された高齢者、将来要支援・要介護になることが心配な人を週2回支援する。これらのデイサービス事業は「ほほえみクラブ」と名づけられ、豊島区内では巢鴨分庁舎（巢鴨ほほえみクラブ）の他、駒込福祉作業所分室（池袋本町ほほえみクラブ）と南長崎第一ことぶきの家（南長崎ほほえみクラブ）の計3箇所で行われる。

巢鴨分庁舎の1週間のプログラムも区民のボランティア団体と一緒に作り、区民とともに進める健康づくりを推進していく。

今日の「健康づくりイベント」は簡単な健康チェックコーナーの他、「みんなで歌おう」「ママといっしょにマミーピクス」「フラダンス」「南京たますだれ」「輪踊り」など、赤ちゃんからお年寄りまで気軽に参加できるプログラムが用意された。集まった350人ほどの人々は、体重や血圧、体脂肪を計り、自分の体の健康状態にほっとしたりため息をつくなどしていた。また普段経験したことのない「フラダンス」や「南京たますだれ」にも挑戦し、体を動かす楽しさを味わっていた。特に「玄米ニギニギ体操」では、お年寄りから子どもまでが、布に重さ300グラムほどの玄米の入れた、落としても安全な玄米ダンベルを両手に持ち、講師の指導の下に、音楽に合わせて体操をした。お昼には用意された熱々のおしるこに舌鼓をうち、新しい地域の輪が広がった。

「ママと一緒にマミーピクス」に参加していたお母さんは、「子どもと一緒にリズムに乗って、つつい体を動かしていました。楽しかった」と話していた。

詳細・問い合わせ先 池袋保健所健康推進課