

トレーニングマシン運用状況

設置施設	住吉老人福祉センター 内 機能訓練室	下保谷福祉会館内 機能訓練室	老人福祉センター内 健康増進室	新町福祉会館内 機能訓練室 (平成28年5月より)
台数	8台	6台	8台	5台
内容	①ショルダーリンク ②チェストリンク ③レッグリンク ④ソウアスリンク ⑤コキシアリンク ⑥バウアーリンク ⑦コードレスバイク2 台	①デジタルリカベン トレッグプレス2台 ②デジタルチェスト プレス / ローウ ③デジタルニーエク ステンション/フレ クション ④デジタルAB/AD ヒップ ⑤プログラムバイク 2台	①レッグプレス ②ローイング ③レッグエクステ ンション/カール ④アブダクション/ アダクション ⑤ショルダープレ ス/ラットプル ⑥チェストプレス/ ロー⑦アブドミナ ル/ローワーバック ⑧エアロバイク	①ショルダーリンク ②チェストリンク ③レッグリンク ④コキシアリンク ⑤コードレスバイク
開放日	火曜日午前・木曜日午後	火曜日午前・木曜日午後	水曜日午後	月曜日午後・水曜日午前
対象者	対象者は、市内居住の60歳以上で、自主トレーニングを行うことができる者とする。ただし、下記の①～⑧のいずれかに該当する者は利用不可とする。また、安全にトレーニングを行うために、下記の①～⑧に該当しない場合であっても心身の状況等によっては利用不可とする。 ①心筋梗塞、脳卒中を最近6ヶ月以内に起こした方、狭心症、心不全、重症不整脈のある者 ②収縮期(最高)血圧180mmHg以上または拡張期(最低)血圧110mmHg以上の高血圧の者 ③慢性閉塞性肺疾患(慢性気管支炎、肺気腫など)で息切れ、呼吸困難のある者 ④糖尿病で重篤な合併症(網膜症、腎症)のある者 ⑤急性期の関節痛、関節炎、腰痛、神経症状のある者 ⑥急性の肺炎、肝炎などの炎症のある者 ⑦その他トレーニングの実施によって、健康状態が急変あるいは悪化する危険性がある者 ⑧介護保険の要支援、要介護認定を受けている者 定員:50名			
登録者数	146人	59人	66人	119人
月別利用状況 (4月)	320人	149人	124人	なし
(5月)	341人	148人	113人	141人
(6月)	444人	176人	167人	243人
(7月)	409人	161人	130人	153人
平均利用率/日	50人	21人	35人	22人
機器費用		4,830,000	2,214,000	3,640,572
一日当り単価		2645.1	1212.5	1993.7
一人当たり単価		44.8	18.4	16.8