

2020年6月5日
大阪府住宅供給公社

ウィズコロナ時代の健康寿命延伸プログラム 「まちかど保健室 “ちゃやあるき”」を提供スタート 3密を回避しながら、歩いて元気に！日々の健康づくり！

大阪府内において公社賃貸住宅 SMALIO（スマリオ）を提供する大阪府住宅供給公社（本社：大阪市中央区、理事長：山下 久佳、以下、公社）は、泉北ニュータウン（堺市南区）の茶山台団地等で実施している健康寿命の延伸を目的としたイベント「まちかど保健室」の発展形として、茶山台団地周辺を歩いて元気になるウォーキングガイドブック「まちかど保健室 “ちゃやあるき”」を制作し、6月6日（土）より茶山台団地にお住まいの方へ配布します。

■「まちかど保健室 “ちゃやあるき”」とは

新型コロナウイルス感染拡大の影響により「まちかど保健室」が休止中のため、主催者である公社、社会医療法人生長会（堺市中区、以下 生長会）、帝塚山学院大学（堺市南区）が、3月の包括連携協定締結後初の取り組みとして、ウィズコロナ時代における「まちかど保健室」の新しい形として企画・制作した、一人でも実践できる健康増進プログラムです。



▲「ちゃやあるき」ガイドブック表紙

■プログラムの特長

「歩いて元気に！」をテーマに、地域住民が3密を回避しながら日々の健康づくりを実践し、健康寿命延伸につなげるのがこのプログラムの狙いです。企画段階で得た地域住民の意見を参考に、医療スタッフ監修のもとでストレッチメニューや個々の体力に応じたウォーキングコースを提案し、マイペースで続けられる工夫が盛り込まれたプログラムとなっています。



▲「ちゃやあるき」コースマップ

■「まちかど保健室 “ちゃやあるき”」ガイドブックの構成

- ① 茶山台周辺の緑豊かな環境の中を歩く3種類のウォーキングコースの提案
- ② 理学療法士が推奨するウォーキングに良いストレッチ方法の紹介
- ③ 日々のウォーキングが習慣化できる、カレンダー形式の歩行距離記録用紙
- ④ これまでの達成度合いがわかる全長約550kmの「西日本横断ルートマップ」

■今後について

本ガイドブックは公社茶山台団地・茶山台 B 団地にお住まいの全世帯に配布するほか、茶山台団地内のコミュニティスペース「茶山台とよかん」等でも希望者にお配りします。また、12月開催の「まちかど保健室 in 茶山台団地」では、体操やウォーキングなどアウトドアでできる運動分野のメニューを実施する予定で、地域住民同士の交流を図りながら気軽に参加できる体験型のイベントとすることにより、さらに地域に根差した健康づくりの機運を高めていきます。

■ 公社の「スマートエイジング・シティ」の実現に向けたこれまでの取り組み

◆ 健康寿命延伸を目指す「まちかど保健室」の開催（現在休止中）

大阪府が進める「スマートエイジング・シティ」（※）の具体化に向けた取り組みの一環として、地域の健康寿命延伸につながるイベント「まちかど保健室」を 2016 年から団地内集会所等で定期的に開催。専門家による健康講話や血圧・血管年齢・骨密度等の健康チェック、看護師やケアマネージャーによる健康・介護相談などを実施し、地域住民に親しまれています。



▲「まちかど保健室」健康講話の様子

◆ 泉北ニュータウン地域の再生を目的とする包括連携協定を締結

公社と生長会、帝塚山学院大学は、「スマートエイジング・シティ」（※）及び SDG s の実現に向けて、泉北ニュータウン地域の活性化を目的に、より高度で幅広い連携・協力を目指す包括連携協定を本年 3 月に締結しました。

（※）スマートエイジング・シティとは

「ヘルスケア」や「エイジング」をコンセプトとして、「今いる住民が住み慣れた地域で安心して快適に住み続けられ、かつ多様な世代の新たな住民を惹きつける、超高齢社会の活気あるまちのモデル実現」をめざす取り組み。

■ 茶山台団地の概要

所在地	: 堺市南区茶山台 2 丁 1 番・2 番
総戸数	: 928 戸
構造	: 鉄筋コンクリート造 5 階建
住戸専有面積	: 44.98m ² ～91.68m ²
入居開始	: 1971 年(昭和 46 年)4 月
交通	: 泉北高速鉄道「泉ヶ丘」駅より徒歩約 10 分



茶山台団地

◆ 大阪府住宅供給公社概要

代表者	: 理事長 山下 久佳
所在地	: 大阪市中央区今橋 2 丁目 3 番 21 号
創業	: 1950 年 6 月
事業内容	: 賃貸住宅等管理・運営事業

(公社賃貸住宅 SMALIO(スマリオ)の提供)
府営住宅管理事業（大阪府から受託）

基本金	: 3,100 万円（全額大阪府出資）
公社 WEB サイト	: https://www.osaka-kousha.or.jp/



SMART LIFE OSAKA
自分らしく、ゆとりある暮らし



2020 年 6 月 8 日
おかげさまで
創業 70 周年

公社は、国連目標であり、2025 年大阪・関西万博が達成目標に掲げる「持続可能な開発目標(SDGs)」の実現を目指しています。とりわけ、SDG s 目標 11「住み続けられるまちづくりを」および目標 17「パートナーシップで目標を達成しよう」の実現に向けて事業展開を行っており、関係機関と連携して様々な取り組みを進めています。

※本資料はインターネットプレス配信サービス「PRTIMES」、大阪府政記者会、堺市政記者クラブに配布しています。

【報道関係者様からのお問い合わせ先】

大阪府住宅供給公社 総務企画部 企画室 経営企画課 広報戦略グループ 担当：高見、田中
Tel：06-6203-5450 携帯：070-4561-3634 FAX：06-6203-7184
E-mail：kikaku5450@osaka-kousha.or.jp