

サイクルハウス開拓



介護予防スポーツ施設「サイクルハウス開拓」 千葉県八街市八街に66-2

競輪補助事業は高齢者の健康維持にも役立てられています

今回訪問したのは千葉県八街市にある介護予防スポーツ施設「サイクルハウス開拓」です。高齢者ができる限り介護が必要ない状態にならず、自立した日常生活を営めるよう支援することを目的に設立された、介護予防と健康維持のための運動施設で、昨年6月にオープンしました。

施設内には自転車エルゴメーターをはじめとした様々なマシンが揃うトレーニングルームや、ヨガやストレッチ体操などを行えるスタジオ、アクアビクスができる温水・流水プールも完備され、大きなスポーツジムと比べても遜色ないほどの充実ぶり。また運動指導には

資格を持つ専門のトレーナーがあたり、メディカルチェックに基づいたトレーニングメニューが組まれるなど、高齢者でも安心してスポーツが楽しめる態勢が整っています。お一人はもちろん、友人などの仲間や家族とともに会員になることもでき、若い方からお年寄りまで年齢問わずに施設を利用することができます。

利用者が気軽に来られるようと無料送迎バスも運行されているのですが、周辺の商店街やショッピングセンターを回るなど、「買い物弱者」になりやすい高齢者に細やかな配慮がされています。また、障害を持つ方々

の就労支援や資格習得などの人材育成にも、この施設が活用されているのだとか。

サイクルハウス開拓を運営する社会福祉法人開拓の山本真巳理事長は「単にスポーツ施設としてだけでなく、高齢者やその家族を取り巻く問題を総合的に支援して行きたいと思っています。この施設をひとつの核として、色々な方面に活用できれば。次から次へとネットワーク、繋がりを創って行きたいですね」と、これからの展望や夢を語って下さいました。

この補助事業がきっかけで、競輪にも興味を持って下さったという山本理事長。今ではファンとして競輪を楽しんでいたという縁が、どんどん広がって行くことは嬉しい限りですね。

今回施設を見学していただいた岡本英之選手のインタビューは31ページに掲載されています。



山本真巳理事長より施設について説明を受ける岡本選手。



多目的スタジオではストレッチ体操の講習中。この日は県内の障害者福祉施設の方々が来訪。



岡本選手も参加しての自転車エルゴメーター体験。



明るい日差しが降り注ぐ温水・流水プール。



広大な敷地ではパターゴルフも楽しめる。