



「心とからだの健康」をテーマに 複合型健康増進施設 “湯～ぱれあ”

「温湯温泉 湯～ぱれあ」は2006年4月に、温泉大浴場に水中運動を行う温泉プールを併設した健康維持増進ゾーンと、長野市の生きがいつくり講座を開催する高齢者福祉ゾーンを持つ長野市の複合型健康増進施設（PFI事業方式）としてオープンし、今年で12年目を迎えました。「心とからだの健康」をテーマに地域の交流の場としても定着させ、社会的な問題解決の一助となる施設運営を目指しています。



毎週の定例会議で業務改善や効率化を推進



長野市商工観光部
観光振興課
主事 畠山 沙織 様

「湯～ぱれあ」は2006年4月1日のオープンから現在まで、年間約15万人という大勢の皆様にご利用いただいております。また、高齢者人口の増加に伴い、健康維持・増進が注目されている中で、当施設はお客様のニーズに応じた多種多様な運動プログラムや講座を実施し、内容の充実を図っております。このように安定した運営ができていますのも、この施設を利用してくださるお客様、施設の管理運営に日々ご尽力されている関係者の皆様のおかげであり、心から感謝申し上げます。



スポーツメディア(株)
湯～ぱれあ
マネージャー 吉澤 拓真

老若男女問わず多くのお客様が訪れる湯～ぱれあは、常に活気溢れる施設です。地域の皆様の健康づくりの役に立てていることを誇りに思います。私の祖父も生きがいつくり講座「歌の会」に参加し10年ほど、「声を出すのは楽しい。」と、毎回の参加を楽しみにしています。

“湯～ぱれあ” で実施している 社会貢献活動・イベント

社会福祉法人エコーンファミリーによるロビーでの「おたっしや豆腐」「炭石鯨」、手作りのパン、花などの販売。



販売スタッフの声

多くのお客様から販売員に「頑張ってるね」や「接客が上手ですね」、「計算が速いですね」など、たくさんの激励や応援のお言葉をいただきました。

筑波大学名誉教授
医学博士
野村 武男 様



野村先生とスタッフ

私は現在、全国各地で「健康で100まで生きよう」というテーマで講演活動をしています。水中運動は、高齢者の「生活の質」（QOL）を維持していく上で効果的な運動処方です。湯～ぱれあでは10年以上前から監修という立場で携わっていますが、講座に参加してくる方たちの元気な姿を見ていると地域の健康増進に役立つ素晴らしい施設だと感じます。これからは健康寿命の延伸、社会保障費削減といった社会問題が顕著になってくると思われると思いますが、湯～ぱれあのように地域資源を活用し、行政と民間が連携して地域に根ざした健康増進施設の必要性がますます高まってくることでしょう。



水中運動教室に12年通う
山崎 和江 様 (90歳)

通い始めたころは脚が悪かったのですが、とても楽になりました。お友達ができ、先生方もとても親切で、3・4歳若返ることができました。