

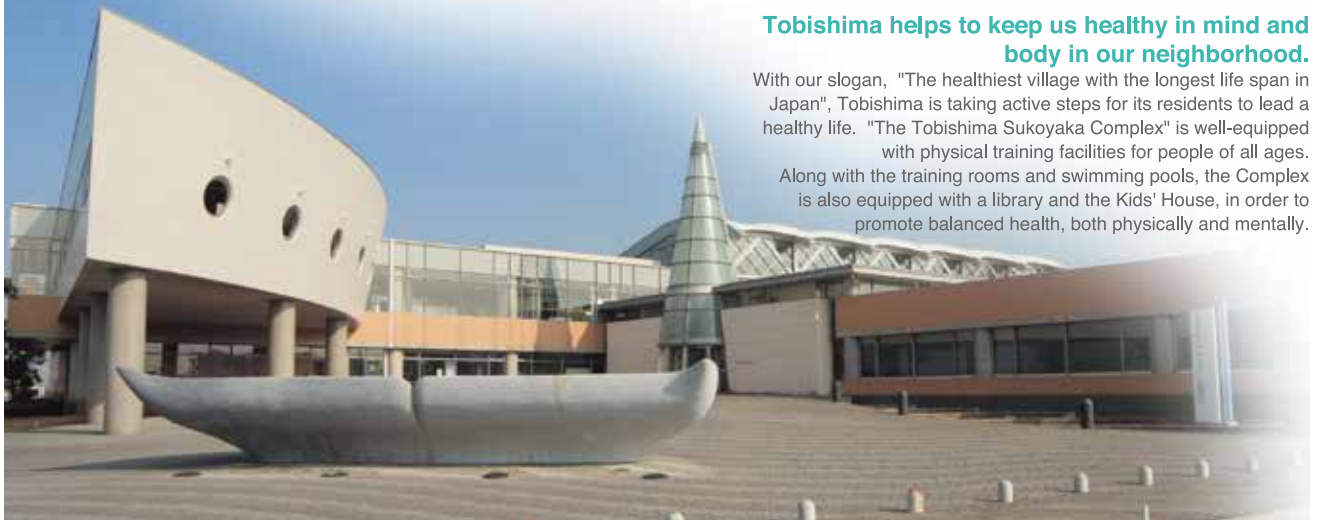
私たちの身近な場所で、心と身体の健康づくりを応援してくれるんだ。

「日本一の健康長寿村」を合言葉に村民の健康づくりをバックアップ。その中心となるのが「飛島村すこやかセンター」です。

ここでは、子どもから大人、高齢者まで幅広い村民の健康づくりのための施設が充実。トレーニングルームやプールなどの施設とともに、図書館、児童館なども併設されており、総合的な心身の健康づくりの場として活用されています。

Tobishima helps to keep us healthy in mind and body in our neighborhood.

With our slogan, "The healthiest village with the longest life span in Japan", Tobishima is taking active steps for its residents to lead a healthy life. "The Tobishima Sukoyaka Complex" is well-equipped with physical training facilities for people of all ages. Along with the training rooms and swimming pools, the Complex is also equipped with a library and the Kids' House, in order to promote balanced health, both physically and mentally.



温水プール Indoor swimming pool

幼児から高齢者まで、誰でも気軽に水と親しみ、遊びながら体力づくりと健康維持増進を図ることのできる施設です。ジャグジーやウォータースライダーなどもあり、1年を通じて水と親しむことができます。

From small children to the elderly, anyone can enjoy playing in the water and improve their health for their physical benefit. Equipped with Jacuzzi and water slides, this indoor swimming pool is available all through the year.



保健センター Health Center

健康づくりや保健、福祉に関わる相談窓口として多くの村民に利用されています。健康診断、健康相談をはじめ、栄養指導、健康教育、在宅介護などの情報提供など幅広い活動を行っています。

The Center is widely used by many residents as a place to receive consultations on health improvement, health services and welfare. A wide variety of services are available, including health checkups, consultations, nutritional guidance, health education, in-house care assistance, and more.



児童館 The Kids' House

乳幼児や小学生のための、遊び場として提供されている施設です。心も体もすこやかに育つような様々なプログラムも用意されており、子どもたちが遊びを通して成長しあう場です。

This facility is designed as a playground for infants and school children. A number of programs are provided to nourish healthy spirits and bodies, and to help the children grow through playing.



トレーニングルーム Training Room

コンビネーションマシンなどを備え、体力測定、機能訓練、健康の維持増進、体力づくりからシェイプアップ、筋力強化などを支援しています。

The training room is furnished with a variety of machines and serves as a place for physical fitness testing, rehabilitation, health improvement, weight control and muscle-strengthening exercises.

すこやか得点(飛島版生活習慣チェック表) Sukoyaka Points (Tobishima's Lifestyle Checklist)

「日本一の健康長寿村」をめざし、住民のアンケート結果に基づき飛島版の健康度評価を作成しています。それが「すこやか得点」です。このすこやか得点は、毎年人間ドックの際に配布し、医師による健康指導や、生活習慣を振り返るきっかけづくりなどに役立てています。

Striving to become the healthiest village with the longest life span in Japan", Tobishima has formulated its own version of health assessment "Sukoyaka Points", based on resident surveys. Distributed during annual health checkups every year, "Sukoyaka Points" are utilized in doctors' health guidance and for reviewing the residents' own lifestyles.



健康度評価
Health Level Assessment