

# 目 次

## 本 編

I	都市公園における高齢者の健康づくり機能の導入について	1
1.	国及び地方公共団体の取組状況	1
(1)	高齢化の現状と課題	1
(2)	国の計画等	2
(3)	地方公共団体の計画や取組	9
2.	都市公園に期待される役割	16
(1)	高齢者の健康づくりにおいて期待される役割	16
(2)	都市公園が担うべき機能	17
【参考】	公園利用による健康に関する効果	19
3.	事業を進める際の基本的なポイント	22
(1)	ニーズの把握	22
(2)	上位計画等との整合性	22
(3)	関係部局等との連携	22
(4)	ハードとソフトの両面からの配慮	24
(5)	高齢者への配慮	24
(6)	関係法令や基準等の遵守	26
II	都市公園における高齢者の健康づくり機能を備えた施設の整備	32
1.	高齢者の健康づくり機能のための整備施設の分類	32
2.	施設整備の内容、整備・管理上のポイント及び留意点	33
(1)	既存の公園施設の活用	34
(2)	健康器具系施設（健康遊具）の設置	35
(3)	ウォーキング又はジョギングコースの設置	39
(4)	ゲートボール等の運動用施設の設置	44
(5)	コミュニティ花壇（ガーデン）の設置	49
(6)	大規模都市公園等での健康・医療・福祉施設との一体的な整備	51
(7)	老人福祉センター等社会福祉施設の占用の場の提供（特に必要と認められる場合）	54
III	都市公園における高齢者の健康づくりの取組	55
1.	取組の分類	55
2.	取組の内容、必要施設及び留意事項	56
(1)	公園体操の実践	56
(2)	健康運動教室の開催	59

(3) ウォーキングプログラムの開催	63
(4) 動植物を活用した癒しのプログラムの開催	65
(5) 地域活動の受入れや支援	67
(6) 公園利用の支援	68
(7) その他の取組	69
3. 取組の運営方法	71
(1) 企画・開発	71
(2) 準備・手配	72
(3) 実施	72
(4) 評価	72
参考・引用文献	73

資料編  
(事例集)

1. 調査事例一覧	事例-1
2. サブインデックスによる整理	事例-2
3. 事例集の見方	事例-5
4. 事例集	事例-7