

城鄉建設

5-19 銀髮健身俱樂部補助計畫

■ 建設地點縣市：彰化縣

■ 計畫期程：110年1月1日起至114年12月31日

■ 計畫說明：

為維持長者內在能力，彰化縣政府運用公有閒置或低度使用空間申請建置「銀髮健身俱樂部」補助，透過專業運動員指導長者安全且正確的使用健身設備器材，提供多元健康促進課程服務，增進長者獲得的身體活動及促進健康的機會，110-114年通過審核共布建15處（110年2處、111年4處、112年2處、113年3處、114年4處）。分布於芬園鄉、花壇鄉、彰化市、二林鎮、線西鄉、和美鎮、福興鄉、芳苑鄉、員林市、北斗鎮、大城鄉、竹塘鄉、社頭鄉、溪州鄉、田中鎮。



運動指導員個別指導



民眾自主訓練



民眾自主訓練

城鄉建設

5-19 銀髮健身俱樂部補助計畫

■ 計畫效益：

- ✓ 截至114年12月底共服務65歲以上長者41,015人/ 251,154人次。
- ✓ 曾參與銀髮健身俱樂部之長者有9成自覺精神變好、心情變好、走路快、走路穩、有力氣、不跌倒、交友圈廣，使用者對整體服務滿意度分數均達90分以上。

- ### ■ 計畫經費：
- 每據點建置費用100萬元(資本支出設備費60萬整、人士及基本維運費40萬整)，110~114年彰化縣共獲1,500萬元補助。



運動指導員個別指導



長者自主運動



衛生所主任關懷民眾運動情形