身体活動のすすめ

からだが動けば心が動く
心が動けばからだが動く

令和八年七月
東京大学名誉教授 武藤芳照、

からだを動かすと心が弾み、
「楽しい」「やってみたい」という気持ちが、
次の動きにつながります。
『からだか動けば心が動き、心が動けばからだが動く。』
身体活動が生きる力を育みます。

専門職と専門家が、健康と学びを支えます

1階 健康づくり身体活動支援センター



保健師、理学療法士、健康運動指導士、公認心理師、管理栄養士などを配置。専門性を生かし、一人ひとりに合った健康づくりを支えます。

有識者会議



大府市出身の武藤芳照氏（東京大学名誉教授）を委員長に、健康・運動・看護・医療などの専門家で構成しています。施設の取組の成果を継続的に検証・評価し、施設運営の充実・発展につなげます。

2階 第二レインボーハウス

スクールソーシャルワーカーを兼ねる教育支援推進員や支援員などを配置。一人ひとりに寄り添い、学びと社会とのつながりを支えます。



施設の愛称に込めた思い

「心（こころ）」と「輪・和（わ）」から生まれた「ここのわ」

市内の小学５年生が提案した愛称です。一人ひとりの心がつながり、健康づくりを通じて温かい輪が広がる。誰もが安心して集い、心がほっと和む場になってほしいという願いを込めています。

ご利用案内

1階



健康づくり身体活動支援センター

9:00～17:00　（水曜は 20:00 まで）
休館日：日曜・月曜・祝日・年末年始
電　話：0562-57-2725
メール：shintai@obu.city.lg.jp

2階



第二レインボーハウス

9:00～17:00
休館日：土曜・日曜・祝日・年末年始
電　話：0562-57-3002

交通アクセス



〒474-0073　大府市東新町三丁目１番地の 11
JR 東海道線「共和駅」から徒歩５分
ふれあいバス 中央・北コース「共和交番」下車すぐ
駐車場約 40 台



coconowa obu

ここのわおおぶ

大府市健康づくり総合支援施設

「ここのわおおぶ」は、 身体活動をあらゆる世代の健康づくりの基礎とする「健康都市おおぶ」の新たな中核拠点として、市民の健康と学びを一体的に支えます。

全国の大学・研究機関・医療機関・企業・地域団体などとつながり、知恵や経験を組み合わせる「融合」と、 新しい価値を生み出す「創発」を大切にしながら、分野を越えて連携し、よりよい施設へと成長を続け、誰もが健康で活躍できる地域を育みます。

※身体活動とは、運動だけでなく、家事、徒歩・自転車での通勤・通学、仕事、音楽、地域活動など、日常生活でからだを動かすあらゆる活動をいいます。



誰もが健康で活躍できる地域づくりを支える取組

01 健康づくり



自分を知り、
無理なく楽しく続ける

健康測定・評価や相談、世代やからだの状態に応じた運動・身体活動・栄養の講座などを通じて、健康づくりを支えます。専門職が測定結果や活動の記録を活用し、習慣づくりと継続を応援します。

主な事業

健康測定・評価、健康相談、
運動・身体活動プログラム、栄養講座

02 交　流

健康づくりを通じて、世代を超えてつながる

運動、eスポーツ、音楽などを楽しみながら、健康づくりを通じた交流を進めます。第二レインボーハウスを利用する児童生徒などから高齢者まで、世代を越えてつながる場を創出します。

主な事業

つながりラウンジでの交流・コンサート、eスポーツ、
ボッチャ・モルック、ここのわ健康セミナー、食育事業

03 地域づくり

身近な地域で、健康を支え合う

保健師、理学療法士などが地域に出向き、運動教室や健康相談を実施し、地域の健康課題を把握します。緑道などでのウォーキング、歩き方講座などを通じて、まち全体に健康づくりの輪を広げます。



主な事業

出張健康教室・健康相談、
ウォーキング、地域の健康課題の
把握と施策への反映

04 健康政策

実証・検証を重ね、よりよい政策へ

長野県東御市、島根県雲南市などの自治体や国立長寿医療研究センターなどの関係機関、大学・企業・地域団体と連携し、新しい健康づくりを推進します。実証・検証を重ね、現場の改善や市の施策に生かすとともに、科学的根拠に基づく取組を広げます。

主な事業

研究・実証・モデル事業、健康データの分析、
研究成果の地域での活用と政策への展開

05 人材育成

地域で学び、
未来の担い手を育てる

人間環境大学、至学館大学、中京大学などと連携し、学生・生徒などの実習や研究の場として活用します。健康測定・評価や運動・身体活動プログラム、地域での活動を通じて実践的に学び、将来の健康づくりを担う人材を育てます。

主な事業

学生・生徒などの実習受け入れ、保健師などの専門職
の育成、地域で健康づくりを支える人材の養成

06 長期欠席児童生徒の支援

一人ひとりの学びと成長を支える

学習指導に加え、プログラミングなど多様な取組を通じて、一人ひとりの成長を支え、社会的自立を支援します。健康づくり身体活動支援センターとも連携し、世代を超えた交流や社会参加の輪を広げます。

