

Vastaus kuntalaisaloitteeseen Kuntosalipalvelut kaikille Nurmijärven eläkeläisille

Hyvinvointilautakunta 24.11.2020 § 69
12/00.01.02.04/2020

Kuntalain 23 §:n 1 momentin mukaan kunnan asukkaalla sekä kunnassa toimivalla yhteisöllä ja säätiöllä on oikeus tehdä aloitteita kunnan toimintaa koskevissa asioissa. Aloitteen tekijälle on ilmoitettava aloitteen johdosta suoritettavat toimenpiteet.

Nurmijärven kuntaan 27.1.2020 saapuneessa aloitteessa (liite 1) esitetään, että Nurmijärven eläkeläisille tulisi tarjota tasapuolinen mahdollisuus kuntosalipalveluille ympäri Nurmijärveä. Aloitteen on allekirjoittanut 118 henkilöä. Aloitteessa toivotaan kunnan laajentavan eläkeläisten kuntosalitoimintaa Rajamäen lisäksi Klaukkalaan sekä Nurmijärven Kirkonkylälle. Rajamäellä sijaitsevilla kunnan kuntosalipalveluilla aloitteessa viitataan Rajamäen Uimahallin kuntosalipalveluihin. Aloitteessa katsotaan, että paras keino kuntosalipalveluiden tarjonnan laajentamiseen olisi jakaa vastuuta paikallisille jo olemassa oleville kuntosaleille, joilla on olemassa olevat resurssit toiminnan toteuttamiselle. Aloitteessa ehdotetaan toimivimmaksi tavaksi ottaa käyttöön Nurmijärven kunnan toimesta palveluseteli, minkä avulla käyttäjä voisi valita itselleen sopivimman paikan omien tarpeidensa mukaan.

Hyvinvointilautakunta antaa seuraavan vastauksen kuntalaisaloitteeseen Kuntosalipalvelut kaikille Nurmijärven eläkeläisille:

Nykyinen kunnan liikuntapalveluiden liikuntatarjonta ikäihmisille

Kunnan liikuntapalveluiden palvelut ikäihmisille on tarkoitettu yli 60-vuotiaille. Liikuntatarjonta on suunniteltu tukemaan ja kehittämään seniori-ikäisten liikunta- ja toimintakykyä sekä vastaamaan erityisesti ikääntyneiden terveysliikunnan tarpeisiin. UKK-instituutin laatimien ohjeistuksen mukaisesti toimintaa pyritään pitämään sisällöllisesti monipuolisena sekä arjen toimintakykyä tukevana. Kunnan liikuntapalvelut on ikäihmisten toiminnassaan painottanut sisältönsä liikuntaa aloitteleville sekä henkilöille, joiden toimintakyky on alentunut.

Tällä hetkellä liikuntapalveluiden ikäihmisten liikuntatarjonta koostuu ryhmäliikuntatunneista, osapäiväkuntoutuksesta, soveltavasta kuntosaliryhmästä sekä vesiliikunnasta. Yhteensä ryhmiä on viikoittain 29 kappaletta ja näissä liikkuu viikoittain noin 240 nurmijärveläistä ikäihmistä.

Ikäihmisten liikuntaryhmien jakautuminen Nurmijärvellä:

Rajamäki	2 ryhmää
Kirkonkylä	17 ryhmää
Klaukkala	10 ryhmää

Ikäihmisten ryhmien lisäksi liikuntapalvelut järjestävät 13 aikuisten ryhmäliikuntatuntia viikoittain, joihin voi osallistua kaikki yli 14-vuotiaat. Nämä mukaan luettuna ikäihmisillä on mahdollisuus osallistua 42 eri ryhmäliikuntatuntiin viikossa.

Ikäihmisten liikuntasuositukset ja liikuntamuodot

UKK-instituutin laatimien yli 65-vuotiaiden liikkumisen suositusten keskiössä ovat seuraavat asiat:

- Lihasvoimaa, tasapainoa ja notkeutta tulisi harjoittaa ainakin kaksi kertaa viikossa.

- Sydämen sykettä kohottavaa liikettä eli reipasta liikkumista suositellaan ainakin 2 tuntia 30 minuuttia viikossa. Samat terveyshyödyt saa, kun lisää liikkumisen tehoa reippaasta rasittavaksi. Tällöin liikkumisen määrän tulisi olla ainakin 1 tunti 15 minuuttia viikossa.
- Kevyttä liikuskelua tulisi kuulua päivään mahdollisimman usein.
- Näiden monipuolinen yhdistely edistää parhaiten terveyttä ja toimintakykyä.

Ikäihmisten suosituksessa painotetaan 18–64-vuotiaiden suosituksia enemmän lihasvoimaa ja tasapainoa, joilla on vaikutusta erityisesti arjessa selviytymiseen, liikkumiskykyyn sekä esimerkiksi kaatumisten ehkäisyyn. Suositus korostaa liikkumisen monipuolisuutta. Tavoitteena on toimintakykyä ylläpitävä tai parantava liikkuminen. Liikkumiseen tulisi yhdistää venyttelyä. Keskeisintä on löytää oma tapa harjoittaa lihasvoimaa. Vaihtoehtoina voi toimia esimerkiksi kuntosali, ryhmäliikunta, jooga, tanssi tai kotivoimistelu.

Nykytilanne kuntien kuntosalipalveluiden tarjonnasta Keusoten alueella

Tarkastelemalla Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymän (Keusote) kuntien tarjoamia kuntosalipalveluita eläkeläisille on havaittavissa, että käytänteissä kuntien välillä ei ole merkittäviä eroja. Kaikissa kunnissa kunnan tarjoama eläkeläisten kuntosalipalvelut on keskitetty yhteen paikkaan. Kunnissa, joissa sijaitsee uimahalli, kuntosalipalvelut on keskitetty uimahallin yhteyteen, jolloin eläkeläinen pääsee samalla lipulla liikkumaan kuntosalilla sekä uimaan uimahallissa. Jäljelle jäävissä kunnissa eläkeläisten kuntosalipalvelut ovat keskitetty monitoimitaloille tai koulujen yhteydessä oleviin kuntosaleihin.

Eläkeläisten kuntosalin käytön hinnat ovat Keusoten:n kunnissa seuraavanlaiset:

Tuusula	40 €	puolikas kausi (uinti+kuntosali)
Hyvinkää	51,80 €	puolikas kausi (uinti+kuntosali)
Järvenpää	56,20 €	puolikas kausi (uinti+kuntosali)
Mäntsälä	40 €	puolikas kausi (kuntosali)
Pornainen	30 €	puolikas kausi (kuntosali)
Nurmijärvi	35 €	puolikas kausi (uinti+kuntosali)

Aloitteen vaikutus kunnan talouteen ja mahdolliset toimenpiteet

Liikuntapäällikkö on käynyt keskustelua aloitteen vaikutuksista kunnan talouteen kunnan talouspalveluiden kanssa. Nurmijärven kunnan taloudellinen tilanne on erittäin haastava ja kunnassa on käynnissä talouden tasapainottamistyö. Velkaantuminen on ollut voimakasta ja edellisen kahden vuoden aikana kunta on tehnyt yhteensä lähes 30 milj. euroa alijäämää. Osana talouden sopeuttamista kunta joutuu tarkastelemaan kaikki kunnan palvelut läpi harkinnanvaraisista palveluista lakisääteisiin palveluihin. Myös verotuksen tarkastelu on jouduttu ottamaan uudelleen valmisteluun.

Nurmijärven kuntalaisista 701 henkilöä lunasti itselleen Rajamäen uimahallin Hyvän Olon rannekkeen vuonna 2019. Hyvän Olon rannekeista 65 kappaletta on tullut Klaukkalan alueelta vuonna 2019. Hyvän Olon rannekkeen hinta on 70 € / vuosi. Mikäli aloitteen mukainen palveluseteli kattaisi Hyvän Olon rannekkeen mukaisen osuuden kuntosalipalveluiden hinnasta, pelkästään olemassa olevien Hyvän Olon rannekkeen käyttäjistä lisäkuluja syntyisi kunnalle 49 070 €.

Hyvän Olon ranneke-etu on ollut käytössä kunnassa 1.9.2018 lähtien. Rannekkeeseen ovat oikeutettuja kaikki nurmijärveläiset eläkeläiset. Nykyisin Hyvän Olon ranneke-etuun panostetaan vuosittain noin 70 000 euroa. Sen lisäksi kunta panostaa erityisryhmien allaspalveluihin Klaukkalan alueella noin 120 000 euroa sekä tukee Rajamäen uimahallin toimintaa noin 600 000-700 000 eurolla vuodessa. Kunta panostaa merkittävästi myös ulkoliikuntapaikkoihin eri taajamissa. Näistä esimerkkinä voi nostaa muun muassa uusimpina Krannilan ulkokuntoilualue kirkonkylällä,

Klaukkalan urheilualan kuntoilulaitteet sekä Mäntysalon koulun ulkokuntoilualaue tarjoavat monipuoliset ja laadukkaat puitteet voimaharjoitteluun kaikenikäisille Klaukkalassa.

Kunnan tehtävä on luoda yleiset edellytykset kuntalaisten liikunnalle. Kunnan tulee järjestää liikuntapalveluja sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa eri kohderyhmät huomioon ottaen sekä rakentaa ja ylläpitää liikuntapaikkoja, joissa kuntalaiset voivat liikkua.

Kunnan liikuntapalvelut pyrkivät monipuolisella toiminnalla tarjoamaan ikäihmisille liikuntaa, joka tukee heidän terveyttä sekä arjessa jaksamista. Valitettavasti Hyvän Olon ranneke-edun kääntäminen palveluseteliksi ei ole kunnalle taloudellisesti mahdollista. Ainoa mahdollisuus ikäihmisten liikuntapalveluiden kehittämiseksi on muokata olemassa olevaa ohjaustoimintaa. Tarkastelemalla liikuntapalveluiden ikäihmisten olemassa olevia ryhmiä, voidaan todeta sisällön olevan monipuolista ja kattavaa. UKK-instituutin ohjeistusten mukaan keskeisessä roolissa ikäihmisten liikkumisen suosituksissa on lihasvoima sekä tasapaino. Liikuntapalvelut lisäävät kaksi ikäihmisten liikuntaryhmää vuoden 2021 alusta, joiden keskiössä on tasapainon, liikkuvuuden ja lihasvoiman kehittäminen. Toinen ryhmistä tullaan toteuttamaan Kirkonkylällä ja toinen Klaukkalassa. Ryhmien toimintaympäristönä tulee olemaan kuntosalin sijaan liikuntatilat, missä voidaan toteuttaa monipuolisesti ja turvallisesti edellä mainittuja teemoja. Näiden ryhmien avulla varmistamme entistä vahvemmin, että kaikissa Nurmijärven taajamissa on mahdollisuus osallistua liikuntaan, minkä tavoitteena on tuki- ja liikuntaelinsairauksien ehkäiseminen sekä arjessa jaksaminen.

Esittelijä

Sivistysjohtaja

Esitys

Hyvinvointilautakunta päättää antaa esittelytekstin mukaisen vastauksen kuntalaisaloitteeseen.

Valmistelija

Liikuntapäällikkö Joose Kempainen, puh. 040 317 2050

Päätös

Esitys hyväksyttiin.