

附件 13

2026 年长者运动健康之家评估验收表

长者运动健康之家是面向老年人的社区多功能健身场所，整合体育、养老、卫生健康等公共服务资源，为老年人提供体质测试、基础健康检测、科学健身指导、慢性病运动干预、运动康复训练、健康知识普及和休闲社交等“一站式”运动康养服务。

所在区		所在街镇	
具体位置		建成日期	
建设单位		运营单位	
面积大小		器材件数	
建设资金		开放日期	

依据上海市体育局、上海市民政局制定的《长者运动健康之家建设导则》

验收项目	验收标准	验收结果
选址要求	坚持科学选址，综合考虑区域内老年人口总量、密度、分布等因素科学合理设置，满足老年人的健康促进需求。	
场地要求	<ol style="list-style-type: none">1. 场地位于老年人相对集中的生活社区；2. 老年人健身场地相对独立、舒适，场地面积一般不低于 50 平方米，有条件的可以达到 150 平方米以上；3. 一般应选址一楼；选址二楼以上应配备电梯，方便老年人前来锻炼。	
建设要求	<ol style="list-style-type: none">1. 按照国家和本市有关规定和标准进行场地设施建设，符合安全、消防、卫生、环保等要求；2. 室内环境应宽敞明亮，采光良好，地面应采用防滑材料，设置必要的无障碍设施；3. 配置视频监控设备，重点公共区域视频监控全覆盖；4. 配套满足智慧管理的设备设施，突出智能技术和信息化手段的运用，提高场地使用率和服务质量，满足智慧助老需求；5. 统筹建设与管理，落实日常管理、维护、保险等工作职责。	

	<ol style="list-style-type: none"> 健身器材满足适老化与智能化的要求,符合《老年人室内健身场所要求》(T/CSGF 009—2020)、《健身器材的安全 通用要求》(GB17498-1998)、《固定式健身器材通用安全要求和试验方法》(GB 17498.1-2008)、《国民体质测试器材 通用要求》(TY/T 2001-2015)、《家用和类似用途电器的安全 按摩器具的特殊要求》(GB4706.10-2008)等标准; 	
器材配置	<ol style="list-style-type: none"> 根据老人人心肺功能、肌肉力量、平衡协调、柔韧拉伸、微循环促进等多种锻炼需求,合理划分:健康监测区(配备国民体质测试机,或者血压心率等身体健康检测仪器)、器材锻炼区(配备有氧训练、肌力训练、核心稳定及拉伸训练、微循环促进等器材)、慢病运动干预区(配备功能康复、睡眠障碍改善、认知障碍改善、协调性与动态平衡训练等器材)、实时心率监测等区域和服务功能。器材数量原则上不少于10件。 	
科学健身指导	<ol style="list-style-type: none"> 器材使用方法在显著位置进行告知,宜用大号字体,建议图文结合,方便阅读知晓,鼓励使用智能化设施设备; 配备专业的工作人员,鼓励社会体育指导员、全科医生、运动健康专家等专业人士定期为老年人提供健康咨询、健身指导等服务; 鼓励提供适合老年人的慢性病运动干预服务。 	
交付使用	<ol style="list-style-type: none"> 完成建设施工内容,包括健康检测器材、健身器材、场地配套设施、标识标牌等; 通过安全、消防等相关部门的合格竣工验收。 	

运行管理	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供公益性服务，对老年人免费或低收费开放，每周开放时间不少于 56 小时； 2. 依托长者运动健康之家持续深化体医养融合，推动健康关口前移，助力健康老龄化； 3. 落实日常管理机制，明确长者运动健康之家运营和管理的责任主体。配备 1-2 名持证在岗社会体育指导员或教练，提供专业服务； 4. 逐步建立“一人一档”的老年人运动健康数字档案，加强长者运动健康之家促进老年人健康有关样本数据的跟踪积累和研究利用； 5. 在接待前台等显著位置，展示全市统一的长者运动健康之家标志标牌和形象 LOGO，加强服务人员培训管理，规范服务流程，落实防疫措施，开展社会宣传，展现良好的为老助老服务形象。 	

综合验收结论

(是否通过验收，结论和意见)

建设单位	运营单位	区体育部门	区民政部门
(盖章)：	(盖章)：	(盖章)：	(盖章)：
日期：	日期：	日期：	日期：

填表说明：本表一式两份，盖章后报送市体育局、市民政局