

以“体育+”发展模式促进上海健康城市建设

陈晓峰¹

(上海体育学院 200438)

【摘要】: 社区健康服务是健康城市政策落地实施的“最后一公里”,做好社区层面的公共体育与健康服务是实现生命周期及人群全覆盖的基层保障。社区运动、健康服务涉及体育、健康和养老多个领域,顺应群众对健康和美好生活的期盼,是增加服务消费领域有效供给、补足室内健身设施短板、培育群众体育消费习惯的重要举措,有利于改善民生、促进健身健康养老服务业发展、培育经济发展新动能。

【关键词】: 健康城市 社区运动 公共体育 健康服务

【中图分类号】: G812.7.51 **【文献标识码】:** A **【文章编号】:** 1005-1309(2020)12-0084-008

一、研究背景

随着中国特色社会主义进入新时代,我国社会主要矛盾已转化为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾。身心健康是民众追求美好生活的基础,健康城市建设已成为各级政府工作的重点内容之一,目的是有效提升民众健康水平和日常生活的幸福指数。

健康城市建设的主要任务是健康促进。在世界卫生组织确立的健康促进原则中,包含对健康有积极影响的所有因素,诸如运用多种手段和方式对人们进行生活方式的教育,重视各类卫生法规的建设以及其他各种政府行为的作用,大力倡导社区健康发展等。健康促进所涉及的内容不仅是卫生学范畴的疾病危险因素,还扩大到社会学范畴的个体、群体与社会影响健康的各类因素。健康促进工作也不再是卫生管理部门一家的事情,已成为全社会参与并多部门合作的社会系统工程。

体育对于个体身心健康的发展具有重要影响。科学锻炼可改善不健康的生活方式,有效降低慢性疾病的患病率和死亡率;同时,体育运动的参与性、社会性和获得感将帮助个体释放心理压力,有助于社会秩序的维护以及和谐人际关系的构建。目前,在健康城市建设过程中,体育的健康功能还未充分发挥。

二、体育促进上海健康城市建设面临的主要问题

(一)“健康入万策”的落地有待加快系统治理

基于上海健康城市建设,“健康入万策”的主要行动指南是《健康上海行动(2019—2030年)》,该指南要求市体育局与市教委、市卫生健康委、市交通委、市绿化市容局、市规划资源局等部门合作,协同推进全民健身活动,完善全民健身公共服务,促进社区健康行动、中小学健康促进等任务的落实。在各部门具体的协同过程中,还存在着一些条块分割、联动不足的状况,如郊野公园的土地性质导致无法增设体育设施,部门工作考核指标的健康要素不足等。在多部门工作协调机制、跨部门的综合性评价体

作者简介: 陈晓峰,体育学博士,教授,上海体育学院副校长,博士生导师。

基金项目: 上海市决策咨询研究重点课题(编号 2019-AZ-15-A)。

系上还需进一步完善。

（二）上海市民健康水平有待持续提高

上海作为国际化大都市,在职工作人员中由于工作压力、情绪压力、不健康生活方式也催生了中青年亚健康群体。这一群体被疲劳、失眠、抑郁、焦虑、免疫力低下等健康问题困扰较多,有的还受心血管疾病、糖尿病等疾病的困扰。据《2019 上海白领健康指数报告》披露,上海 70%的白领有不健康生活习惯。2019 年上海慢性病及其危险因素监测结果显示,上海常住居民中成人高血压患病率达 31.4%。上海突出的人口老龄化问题加速了疾病图谱更新。针对老年群体,健康服务和健康管理的要求更高。公共体育服务作为行之有效的预防、干预手段,如何能让普通市民以低的成本提高健康水平,是建设健康城市的关键。

（三）体育健身资源保障有待结构性优化

健康环境的主要内容之一便是体育运动的空间环境。截至 2018 年底,上海可供市民健身的人均体育场地面积达 2.23 平方米。就分布而言,市民球场、步道的居村委覆盖率为 57.4%,社区市民健身中心的街道覆盖率为 39.3%。上海体育休闲场所布局特征及空间分布各区之间差异较大,体育休闲场地在黄浦区、浦东新区、徐汇区、长宁区的占比最高,分别为 25.49%、18.07%、15.27%和 11.62%,而闸北区、虹口区、杨浦区和闵行区等区的总体占比较低。截至 2018 年底,上海内环以内的社区体育设施人均占有量为 0.042 平方米,内环至中环区域的占有量为 0.046 平方米,中环至外环区域为 0.076 平方米。人均设施供应面积的空间分布格局表现出中心低、外围高的圈层分异特点。场地类型上,根据《2018 年上海市全民健身发展报告》,市民经常参加的体育锻炼项目中,跑步、健步走、自行车占据前 3 位。因此,需进一步优化健身步道、骑行道的社会供给。

（四）体育促进健康有待完善服务供给

伴随着消费升级、体育产业结构升级和可支配收入增长的多重变化,上海市民对运动健身消费需求不断提升,而且消费需求呈现出高质量、高品质和多元化的特征。公共体育服务的公益性和基本保障性已无法完全满足多样化需求。市民在生活和工作的空间范围内能够参与的运动项目种类相对有限。高质量、高品位的产品供给较为稀缺,当前高质量的参与型运动健身产品少于观赏型运动产品。相对于上海市民的购买力而言,现有的运动健身产品内容难以满足上海消费人群的多样化、高质量消费需求,巨大的参与型运动健身产品市场空间未被有效开发,体育医疗康复产业还未形成完善的市场模式。

三、“体育+”促进健康城市建设的实践方案

（一）“体育+”空间

1. “体育+”中心城区公园:丰富运动场地的社会供给

中心城区公园是构建“市民生活健身圈”的重要基础和载体。在设计健身设施时,首先应突出产品的趣味性、娱乐性和休闲性,强化产品的运动性、健身性和艺术性。中心城区体育场地供给不足的主要原因是昂贵的地价。为此,相比于重新规划,应利用“金边银角”等零碎地块,通过土地流转、资金补偿、空间置换等方式盘活这部分资源。结合参观式和参与式两种不同的休憩方式,避免公园、绿地“仅供观赏”的现象出现,制定科学的用地管理方法。相关管理部门可以采用的方法是对草坪实行“轮休制”管理,即在不同时间段将不同的草坪对公众开放,而非将公共草坪化为永久禁区成为摆设。

2. “体育+”郊野公园:扩展公共体育服务的辐射半径

在拓展“体育+”绿地空间的过程中,郊野公园扮演着重要角色。中心城区土地存量有限且改造成本高,《上海市公园绿地

“四化”三年(2019—2021年)行动计划》要求加快推进郊野公园建设。由于区位偏远、功能设施同质化、内容缺乏等问题,郊野公园尚未完全发挥应有的城市健康功能。因此,提升郊野公园服务质量、缩短市场距离、降低市民体验的成本是发挥体育公园绿地健康属性的关键。提高郊野公园的运动服务质量,需要丰富郊野公园的活动内容,从而发挥健康运动属性。围绕郊野公园面积大、绿化率高、基础运动设施完备等特点,活动内容应优先考虑趣味路跑、骑行、定向越野、趣味运动会、迷你马拉松、拓展训练、企业团建等市民喜闻乐见的群众参与性赛事活动。

郊野公园绿地一旦配置运动设施,究竟算作绿地面积还是体育场地面,并没有明确说明,跨部门的资源协调、合作也就难以实现。因此,需要结合已有的《上海市体育设施管理办法》《上海市公园绿地市民健身体育设施设置导则(试行)》《上海市绿道建设项目管理办法》《上海市园林绿化工程质量和安全管理办法》共同制定关于绿地体育设施的管理办法,就园区的土地归类问题、施工规范、维护和管理主体、更新和报废制度等做出明确规定。

3. “体育+”社区公园:体育管理升级

社区公园的体育改造有赖于将管理体制落实到各个公园的所在地管理处或街道办事处。这样管理起来会更方便和直接,效果也更为显著。社区公园大多数是市政府设施,维护上也由政府出资,区一级单位负责管养,管理链条拖得过长。公园一旦出现运动设备损毁或运动设备改造,管理者难以及时准确反应。因此,街道管理对于社区体育公园是更为实际的管理方式。

4. “体育+”人行步道:沟通居民区与社区公园

以运动健康步道优化居民小区到的社区公园这段路程成为健康城市运行的“毛细血管”。相比于涉及大规模市政规划、交通规划的慢行步道,推广居民小区到社区公园的运动步道可行性更强。该健身步道需铺设塑胶步道以缓解跑者的膝盖负担,同时在适当距离内配备遮雨亭和休息座椅;线路规划重视步道的开放性和可达性;导示信息需更加明确,内容要包括步道的整体图示、社区公园的方向、相关运动设施的路牌指示等。在此基础上,以散射状的运动健康步道连接居民区与便民场所,包括附近学校、市场、医院等区域,从而构建上海健康城市的“健康微循环”。

(二) “体育+”技术

以“体育+”技术促进健康城市建设,核心是要以数据的挖掘、留存、管理为基础,优化健康服务质量。据此,“体育+”技术将主要围绕智能算法、互联网健康服务平台、不同机构的健康数据同步、可穿戴设备应用、互联网平台的内容传播几个方面展开。

1. 基于智能算法的健身指导

新冠疫情期间居家健身成为热潮。但由于居家隔离的原因,多数人的“居家健身”处于无人指导的不科学状态。“智能健身方案”将健身领域专家的指导经验转化为智能算法,对疫情期间的居家健身进行科学指导。智能健身方案需要两大技术的支撑,即运动智能感知技术、动作智能分析算法。

运动智能感知技术中,惯性传感器、深度相机和普通 RGB 相机是目前进行小范围运动智能感知的常用传感器。RGB 相机价格低廉,与运动者身体零接触,对运动过程无干扰,成为本方案的首选。通过智能感知技术,采集并识别用户的运动动作,同时与事先采集的标准健身动作形成比对和指导。

在路径推广上,以政府协助企业培育市场、完善营利模式的方式开展。培育市场的核心是锁定目标人群、营造应用场景。技术成熟的情况下以政府购买形式丰富公共体育服务,购置相关产品和服务,以升级社区体质监测站、智慧健康小屋等公共体育服

务设施。将应用场景锁定在企业、社区体质监测站、智慧健康小屋,以 B2B 的方式面向企业职工、社区居民推广智能算法健身指导的技术应用。

在盈利模式上,除了设备销售、流量广告、政府予以税费优惠外,政府相关的运动科研机构与设备厂商开展数据收集、处理方面业务的合作,同时也可将相关的课题项目与对方共享,扩展业务领域,创造新的价值。

2. 以体育健康指导为重点完善互联网健康服务平台

现有的上海健康云平台已初具规模,并在新冠肺炎疫情中就外来人员登记、居家隔离情况、体温信息记录、发热门诊查询等方面发挥了重要作用。平台除了向民众传播健康知识,并可查询医疗、运动健康资源,还实现了用户部分医疗信息的数据同步,用户可线上查询自己的就诊情况、医疗影像信息、病例记录等。

在符合健康城市建设要求方面,需要上海健康云平台进一步迭代升级。依托物联网、大数据、云计算、人工智能等技术,以社会健身需求的各类人群为前端,以体育专家、医疗专家等构成科学健身指导团队为服务后台,以“一对多”的健身指导模式,向慢病人群、健身爱好者、亚健康人群提供科学健身指导服务。

服务内容上,需将健康咨询、运动处方、运动健身指导体系嵌入到健康云平台当中。云平台结合健康智慧小屋监测并同步的体质健康数据,实现 AI 和人工问诊,为用户开具针对性、个性化运动处方。用户交互方面,广泛运用微信、微博、移动客户端等媒介,以视频课程和图文解说两种形式传播推广,通过“线上+线下”的宣传形式,实现传统媒体与新媒体联合实时发布。用户留存方面,若要提升用户黏性和使用率,需在现有资源基础上结合具体需求提升内容整合能力,满足个性化需求。例如,在 2020 年新冠肺炎疫情的背景下,健康云平台提供居家健身指南、疫情防护指南、密切接触者轨迹追踪等服务,有效提升了平台使用率和用户留存量。

3. 统一数据标准,实现健康数据共享

统一健康数据口径及不同等级医疗、体质监测机构、健康咨询机构间的数据交换标准是实现数据共享并建立健康数据库的关键。同时,要明确居民的隐私、信息保密等道德法律问题,实现健康信息跟着居民走。这就需要由管理部门建立统一的数据口径和数据交换标准,使得健康信息可以在不同等级的机构间无缝交换,同时医疗相关部门、体育相关部门、信息技术部门等共同就信息交换过程中的患者隐私、信息安全等道德法律问题制定相关法规和规范。以电子病历、健康档案为基础建立扁平化的健康信息平台,鼓励全科医生和下级医疗机构、社会体育指导员接入医疗网络;整合居民的检验、用药、诊治、运动、生活习惯等相关健康信息,接入大型医院、社区卫生服务中心等全线医疗机构;允许健康信息共享,有助于健康信息资源跟着居民走,有效减少重复查验、健康咨询的时间,提高医务人员、健康服务人员的工作效率。

4. 可穿戴设备的数据留存

智能可穿戴设备和虚拟现实技术能让许多运动场景在居家空间中真实模拟,增加居家运动的可操作性和趣味性。以虚拟骑行为例,数字化骑行台与真实自行车相连接,车轮处设置有传感器,同时电视屏幕模拟真实街道场景,使用者可以在客厅与城市另一端的用户隔空竞速,共享骑行之乐。模拟的同时,使用者的运动数据、机能数据也一并同步至健康云平台,从而为评估健康状况和健康咨询提供依据,而数据积累也是建立运动处方库、开展健康管理的必要基础。

5. 基于互联网传播平台的内容运营

由体育部门牵头,协调运动项目协会、体育教师、科研专家就居家亲子、青少年发育、中老年康养等不同群体需求展开居家

健身指导。互联网不仅要发挥传播功能,而且还应充分利用其社交和互动的属性优势,在参与健身活动的群体当中开展运动的科学指导。因此,做好线上社区维护和用户交互是提升健身指导内容质量的关键。这种互动既包括认真收集用户的意见反馈,也包括线上官方账号与用户之间的评论交流,以及举办线上赛事等。

(三) “体育+” 商业模式

依据上海健康城市建设中对于健康行为、健康保障方面的需求和相关模式的可行性,“体育+”商业综合体与“体育+”商业保险是两种值得推广的“体育+”商业模式。

1. “体育+”商业综合体

上海是我国重要的经济中心城市之一。上海商圈布局较为合理,各商圈的市场距离能有效发挥其聚集效应。利用这些优势,开发“体育+”商业综合体模式,是满足多样健康运动需求的有效途径。

在平台搭建方面,要实现体育场馆、场地的设计、建设、运营一体化,使商铺、场馆场地建设适应商业经营需求,从而有效减少资源浪费,降低成本。在设计层面,坚持小型化、综合化、多元化的原则,充分考虑利用自然采光、自然通风,从而降低灯光系统、新风系统能耗。体育场馆内布局设计也尽可能扩大商业门店面积,用于商业经营,提升盈利能力。

操作上,体育商业综合体以 B00 模式展开运营,即向社会公开招募主体,来承担综合体的建设、持有、运营责任,但其经营模式和内容以体育商业综合体的要求为准,以产业链清单作为可布局业态的标准;同时对参与型、体验型体育消费业态布局量要有一定的基础要求,以防止装备、服饰销售业态布局过多。由于体育商业综合体在前期的营利能力有限,店铺租金昂贵,市场门槛高,还需以体育产业引导资金、体育彩票基金为来源补贴体育商业综合体,以保证业态布局的多样性、体育健康服务的丰富性。

2. “体育+”商业保险

体育在疾病预防、慢性病治疗、降低医疗资源负担方面具有重要作用。因此,以恰当的方式引导居民参与体育运动,提供有效的健康服务是健康城市建设重点。“体育+”商业保险产品首先针对预防慢性病展开。相关研究显示,科学运动对预防慢性病有明显作用。因此,在产品原则上,参保人在科学指导下参与体育运动量越多,则罹患慢性病的风险越低,保险产品成本更低,也就应获得更全面的保障。这符合市场规律,也有利于提升社会健康水平。

一是“科学运动预防慢性疾病”要具有可操作性。积极研制有关上海慢病人群运动处方,为建立和完善运动处方库打下理论基础,并逐渐形成运动处方的上海标准和行业规范;培养能够开具运动处方的临床医生,充分利用市场力量,加强运动处方培训师及培训体系推广,扩大运动处方培训活动的宽度和广度。

二是识别对预防慢性病有效的科学运动行为。利用已覆盖各街道的智慧健康小屋作为“体育+”商业保险中科学运动的打卡点。目前,智慧健康小屋的健康检测服务和健康评估体系较为完备,但健康干预的实现路径还较少。在此情况下配备相关的体育设施和科学运动指导员,从而充分利用该平台资源、完善“体育+”商业保险模式,有效发挥两者的功能。同时,运动数据库的建立也将为健康保险产品设计提供依据。通过收集智慧健康小屋打卡点人群的运动数据、体质监测数据,锁定受慢性病威胁的人群,为产品设计和产品投放提供依据。

(四) “体育+”治理渠道

“体育+”治理渠道是健康入万策的集中体现,也是“体育+”手段能够切实促进上海健康城市建设的重要保障。“体育+”

治理渠道主要包括协同流程再造、多元治理主体、社会体育服务配送3个部分。

1. 协同流程再造

在政府组织层面促进体育融合,需从部门协同流程再造入手。协同流程再造方面,首先要清晰划分不同职能部门在体育融合健康促进中的责任,加强多元主体之间的沟通,从而完善各主体的治理责任传导机制、形成责任落实的“闭合回路”。基于全局和全周期的治理流程,将体育融合理念融入多元主体的政策协同,通过设置发改委、体育、卫健委、环境、教育、住建、工商、税务等部门的责任目标,构建既相互协调又相互监督的运行机制,实现职能部门业务流程再造。

2. 多元主体治理

创新社会治理形式,形成多元主体协调发展的社会治理状态。群众性体育组织的发展契合了基层组织管理的民主自治理念,弥补政府部门长于资源性体育服务供给而短于精细化管理的缺陷。依据社会组织的民规村约、自治章程实现自我约束、自我管理,在降低行政治理成本的同时,增加了多元治理的互动状态,形成与政府部门、基层自治组织等机构之间互动发展的治理体系。

3. 社会服务配送

畅通社会体育组织的渠道,需构建多层次的体育公共服务保障体系。社会组织不但可以有效利用民间资本,避免单纯以政府财政供给公共体育资源模式的缺陷,满足分层次、多样变化需求,提高公共体育服务的供给水平与管理效率。社会体育服务配送是服务配送主体以现代化服务的形式实现体育资源有效配置,是一种特殊、综合的配置形式,具有灵活性、适应性和服务性等特点。

四、“体育+”拓展城市健康空间的“殷行模式”

(一)“殷行模式”的必要性

社区健康服务是健康城市政策落地实施的“最后一公里”。做好社区层面的公共体育与健康服务是实现生命周期及人群全覆盖的基层保障。社区运动、健康服务涉及体育、健康和养老多个领域,顺应群众对健康和美好生活的期盼,是增加服务消费领域有效供给、补足室内健身设施短板、培育群众体育消费习惯的重要举措,有利于改善民生、促进健身健康养老服务业发展、培育经济发展新动能。

以上海殷行街道、康健街道为代表的社区运动与健康中心,是专门为居民提供运动健康指导、运动行为干预、运动处方制定和落实、慢性病防治、运动康复医疗等服务的综合性室内健身场所,是基层主动健康的“一站式”服务平台。截至目前,该模式受到居民和媒体的广泛好评。

(二)“殷行模式”项目介绍

殷行运动与健康中心由上海市杨浦区殷行街道社区推动,通过政府购买形式由市场第三方提供健身器材、专业适老健身器材,针对慢性病的专业运动干预指导,并配套专业健身教练、各类团操私教课程、智能系统等基础运营维护,在政府的指导与监督下进行便民健身与健康服务。作为上海首家覆盖全人群的社区运动与健康促进中心,除了满足中青年与老年人的健身与健康需求,还开辟了室外青少年(儿童)游乐区,提供儿童健身课程,解决居民健身时孩子没人带的烦恼。考虑到残障人群、术后人群的社区康复需求,中心还专门开辟了运动康复区,引入专业的运动康复设备,配备专业的康复指导人员,提供精准的康复服务。此外,还设有睡眠研究中心、健康服务中心,针对心血管问题、便秘问题、腰椎间盘突出问题的运动专区,为市民提供常见慢性病的运动解

决方案。特别是针对老年人的“乐活空间”，除了为老年人提供安全、温馨的健身场所和科学的健身指导，还为老年人搭建包括阅读、座谈等社交平台，深受老年人喜爱。

殷行运动与健康中心利用互联网的管理模式节约了人力成本，实现资源共享；通过手机 App 注册成为会员，可在线预约团操和私教课程，摒弃了传统健身房的硬性推销；采取“公益性+商业性”的收费模式，老年人每月只需 99 元，其他人员每月 199 元，亲民的价格和按月收费方式让专业的健身和健康服务不再是奢侈品，为普通居民提供了一个舒适、安全、科学、有效的健身空间，使更多市民开始走进中心健身，共享的运营模式也让投资企业取得了良好的经济效益。

目前，上海在静安区、杨浦区、虹口区、浦东新区等已建成 16 家类似的社区运动与健康中心，形成了由政府提供场地、购买公共体育服务，社会力量参与投入管理，事业与产业融合的社区运动与健康促进中心建设与运营模式。将殷行街道运动与健康中心模式推广到上海的各街镇、乡，以“体育+”形式拓展健康空间、升级健康服务、助力上海健康城市建设。

（三）实施“殷行模式”存在的问题

1. 缺乏基层落实的政策路径

在健康城市建设、体育促进健康方面有不少国家、上海的政策文件，如《健康中国 2030 规划纲要》《健康上海 2030 规划纲要》《健康上海行动（2019—2030 年）》等，但这些文件缺少使“殷行模式”在基层政府落地的政策路径，即缺少对街道部门关于社区运动与健康中心建设的具体工作要求。采纳“殷行模式”的街道普遍是预算较为充足或体育场地条件较好的区域，如杨浦区殷行街道、徐汇区康健街道、静安区石门二路街道等。

2. 缺乏公共体育场地支持

在社区运动与健康中心建设之前，殷行街道就有面向市民的运动健身中心，场地面积较大、基础设施比较齐全。由于其土地规划及用途都无法变化，所以该中心在升级服务、优化运营的基础上形成了殷行街道社区运动与健康中心。在土地资源普遍稀缺的情况下，其他街道现有的体育用地或体育用地规划十分有限，街道管理部门很难协调出足够的土地资源、体育场地资源用来建设社区运动与健康中心。

3. 缺乏专项财政预算支持

一些街道尽管体育场地条件欠佳，但资金、资源较为充裕，可以协调一定的土地、门店资源用于建设社区运动与健康中心。但资金不够充裕的街道，其对于体育、文化、卫生等方面的预算是一体的，社区文化活动中心、科普教育等项目挤占了体育相关项目的预算空间。在没有上级专项预算帮助下，留给社区运动与健康中心的资金支持很有限。

4. 缺乏社区运动与健康中心建设条件的统一标准

关于建设社区运动与健康中心，现在还没有统一标准。据第三方市场机构介绍，一些街道提供的室内门店楼层较高且没有电梯，无法满足老年人、残疾人群体运动康复的服务需求。有些场地、门店区位优势不足，交通便利性、市场可达性无法达到运营的理想要求。

5. 缺乏具体针对社区运动与健康中心的政府购买服务标准

政府购买模式得到政策上的认可和支持，但针对社区运动与健康中心所要购买的服务内容而言，还没有官方认可的购买服务

内容的标准及清单,也没有相关部门为第三方提供服务的资质开展认证工作。这导致体育主管部门、第三方市场机构在向街道推广“殷行模式”的过程中,沟通、协调成本上升;街道在推进项目过程中也存在顾虑。第三方市场机构需要向每个街道证明自己具备提供运动健康服务的能力,并以复杂的财务结算方式来保证自己的持续经营性。同时,第三方提供的服务内容、形式、价格也会产生很大分歧。此外,第三方可以自主经营的范围也缺乏具体的标准规范,会因街道负责人的不同理解而产生很大分歧。

6. 社区健康资源缺乏有效整合

针对社会健康问题,上海已有相关的行动计划,如计划在全市每个街道覆盖智慧健康小屋,在社区构建综合服务养老中心等。这些内容与社区运动与健康中心的政策目标相似,但在资源上没有形成有效整合,影响健康服务质量的提升。

智慧健康小屋是《健康上海行动(2019—2030年)》中开展社区健康服务的重要内容。该项目具有统一的建设标准和信息化标准及标识,为居民提供检测、评估、干预三位一体的健康服务。目前,智慧健康小屋已在80多个街道落成,其健康检测服务和评估服务较为完备,但健康干预的实现路径还较少,科学运动指导、运动处方干预的构想还没有落地实施。

(四)推广社区运动与健康中心“殷行模式”的政策建议

1. 出台相关工作要求,打通政策落地的“最后一公里”

建议出台《关于推进上海市社区运动与健康中心建设的指导意见》,在“与人民生活密切相关的实事”工程当中增设社区运动与健康中心项目;将建设社区运动与健康中心列入纳入《健康上海行动》和《上海市建设健康城市三年行动计划》当中。

2. 制定工作标准,为政府购买服务提供依据

建议推广“殷行模式”,将社区运动与健康中心纳入“上海市政府购买服务实施目录”的体系,使街道实施社区运动与健康中心有据可依。建议由市体育部门、卫生健康部门、民政部门联合出台《社区运动与健康中心政府购买服务标准管理办法》,针对第三方承建、运营过程中所提供的服务类型、供给手段、购买方式、价格范围及其资质评估出台相应标准和指导意见。

3. 破除条块分割,有效整合已有的运动健康资源

整合在体育、卫生健康、养老等方面的已有资源,在街道、社区层面将百姓健身房、智慧健康小屋、社区养老中心的资源整合为统一的社区运动与健康促进中心,既减少重复建设,又可提升原有的服务。例如,通过老年人慢病预防、残疾人康复的健康来服务升级百姓健身房,改变原来只提供健身器械服务的现状;在智慧健康小屋体质检测、健康检测服务的基础上,将受检测者引导至运动与健康促进中心,结合其检测数据制定针对性的健康运动方案,同时还可通过智慧健康小屋评估运动方案的效果。有效整合已有运动健康资源既丰富了社区养老中心的服务内容,同时为老年群体提供更多社会交往情景。

4. 加大对街道的专项资金支持

为缓解街道在社区运动与健康中心建设上的资金压力,建议将社区运动与健康中心项目纳入《上海市基本公共服务项目清单》,将该内容确定为区政府、街道共同财政事权。由市财政局会同体育、卫健委等相关主管部门明确支出保障标准,以标准化促进基本公共服务均等化;在第三方运营的支出方面,制定支持社会力量兴办社区运动与健康促进中心的房产税、城镇土地使用税优惠等政策。

5. 将社区运动与健康中心接入上海健康数据云平台

现有的上海健康云平台已初具规模,平台中除了向民众传播健康知识,并可查询医疗、运动健康资源,还实现了用户部分医疗信息的数据、智慧健康小屋监测数据的同步,用户可线上查询自己的就诊情况、医疗影像信息、病例记录等。上海健康云平台应打通面向社区运动与健康中心的数据接口。用户的运动数据、康复情况、运动效果评估、运动方案改进策略均应纳入上海健康云平台的数据库。

基于数据迭代,在后期,云平台力图实现以社会健身需求的各类人群为前端,以体育专家、医疗专家等构成的科学健身指导团队为服务后台,模拟“一对多”的健身指导方式,面向慢病人群、健身爱好者、亚健康人群提供 AI 和人工健康问诊相结合的模式,为用户开具针对性、个性化的运动处方,为更广泛的群体提供运动健康服务。

6. 提升运动健康的科研支持

基于社区运动与健康中心,以运动健康相关的科研项目为支持,不断丰富运动健康的服务内容。在科研和云平台数据积累的基础上,建设上海的运动处方库和运动健康实验室。在推动理论研究和实践应用的同时,提升社区运动与健康中心的公众认可度。