

19 健康センター事業の実績

保健衛生部保健サービスセンター
令和5年7月31日現在

1 健康増進コース

健康センターを利用するための指導プログラム

| コース | 実施回数 | 実施人数 | 利用券発行件数 |
|---------|------|------|---------|
| 基礎コース | 8 | 25 | 25 |
| 心電図等コース | 3 | 11 | 11 |

2 自主トレーニング

健康増進コース修了者のための自主トレーニングの支援

| 開催日数 | 延べ利用人数 |
|------|--------|
| 78 | 1,816 |

3 健康づくり運動教室

※ 新型コロナウイルスワクチン接種会場として使用するため、令和5年5月は中止。

| テーマ | 開催回数 | 開催日数 | 延べ参加人数 |
|---------------------|------|------|--------|
| ロコモ予防体操 &ストレッチ | 0 | 0 | 0 |
| ヨガ&ストレッチ | 1 | 4 | 44 |
| ピラティス | 0 | 0 | 0 |
| ストレッチ &コアローラー | 0 | 0 | 0 |
| ストレッチ &コンディショニング | 0 | 0 | 0 |
| フレイル予防体操 &ストレッチ | 0 | 0 | 0 |