

## 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  
平成30年12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	24	200	200
心電図等コース	9	62	62

### 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
262	13,922

### 3 健康づくり教室

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	1	4	29
ヨガ&ストレッチ	1	4	66
ピラティス	2	8	114
ストレッチ &コアローラー	2	8	49
ストレッチ &コンディショニング	1	4	47