

18 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
令和元年9月30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	16	131	131
心電図等コース	6	45	45

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
176	9,000

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	21
ヨガ&ストレッチ	1	4	59
ピラティス	1	4	56
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	1	4	37