

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29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	202	202
心電図等コース	9	70	70

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	14,431

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	23
ヨガ&ストレッチ	2	4	133
ピラティス	2	4	128
ストレッチ &コアローラー	1	4	46
ストレッチ &コンディショニング	1	4	44