

20 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3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	30	277	277
心電図等コース	12	98	98

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
346	18,879

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	2	8	49
ヨガ&ストレッチ	2	8	133
ピラティス	2	8	128
ストレッチ &コアローラー	2	8	91
ストレッチ &コンディショニング	2	8	88