

## 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  
平成30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	153	153
心電図等コース	6	50	50

### 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	9,771

### 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	1	4	60
ストレッチ &コアローラー	1	4	30
ストレッチ &コンディショニング	0	0	0