

現状・課題

- ・健康意識の低い人、病気になる前の人をどのように巻き込むか
- ・運動の格差（できている人、やらない人の格差）
- ・酒もタバコも身体に悪いことは本人もわかっている、自発的に減らせる、止められるような働きかけ
- ・運動後の身体の変化、効果を見れるように
- ・健診結果の見方について最低限おさえておくポイントを
- ・一緒に運動する仲間や健康について手軽に情報収集できる仕組みを
- ・定年後など生活のメリハリがないと酒に溺れたり不健康に
- ・趣味があったり、よく笑う人は健康な人が多い
- ・家族など身近に透析の人（病気の人）がいるとその大変さがわかって健康を意識する
- ・高山市民の健康課題のウィークポイントを絞り込む（食、運動）
- ・車社会なので歩かない
- ・出かけたと思える公園の整備、豊かな自然を活かしたウォーキング
- ・「健康づくり」のような役所言葉では心に響かない、ネーミングは大切
- ・フィジカル計測の仕組みがない、体力テストの機会
- ・高山の人は腰痛。肩こりが多い

次回に向けて

- ・健康意識の低い、行動できていない人へのアプローチ
- ・地域のつながりや仲間健康づくりに取り組むきっかけ
- ・民間、行政が協働して健康へのお手伝いができるような仕掛け