

【啓発・情報発信】

- ・LINEなどSNSの積極的な活用
- ・薬局など身近な場所でのポスター掲示
- ・健康的な食事レシピの紹介
- ・高山市健康ポイント事業の周知の強化

【プラットフォームづくり】

- ・コミュニティや運動できる場所などの情報を集約して見える化
- ・医療関係者やトレーナーなどのコミュニティづくり

【健康イベント】

- ・身近で気軽に行ける場所、何かのついでに参加できる健康イベントの開催
- ・地域や家族など仲間で気軽に楽しく参加できるイベントの開催
- ・身近で行きやすい場所で専門家の相談機会
- ・大人の体カテストや肩こり腰痛解消、睡眠の質向上など、みんなが参加したくなるテーマでキャッチーなイベントの開催