

西淀川区版すかいプロジェクト「貯筋」ワークシート

資料6

西淀川区では、「フレイル(虚弱)の予防、健康寿命の延伸」をめざしています。

	区分	質問	ご意見
①	きっかけ	貯筋通帳の活用・健康づくりの講座・イベント(以下「イベント」という。)への参加のハードルを下げるためにどのようにすればよいと思いますか？ (既に参加されている場合、そのきっかけはなんですか？)	
②	ひろがり	イベントの参加人数を増やすためにどのようにすればよいと思いますか？ (運動や健康づくりへの参加を案内する場合に、どうすれば誘いやすいですか？)	
③	継続	イベントに継続参加してもらうためにどのようにすればよいと思いますか？ (既に運動などの活動をしている場合、継続するために意識していること、気をつけることはありますか？)	