



市長 本郷谷 健次

千葉県

松戸市

「住んでよいまち

訪ねてよいまち まつど」



市章

■松戸市の紹介

人口：492,787人（平成29年4月1日現在）

面積：61.33km²

松戸市は千葉県東葛地域（北西部）に位置しており、江戸川を挟み東京都葛飾区と埼玉県三郷市に隣接しています。

都心から約20km、電車で約30分の距離にあり、首都圏の住宅都市として発展を続けています。市内には最後の水戸藩主徳川昭武が晩年を過ごし、平成26年には国の重要文化財および名勝に指定されている戸定邸、本土寺をはじめとする寺院など、歴史ある建物が立ち並ぶほか、和梨の代表的品種である二十世紀梨の発祥の地でもあり、現在も市の東部および南部を中心に梨農園が広がっているなど、歴史、文化、農業が現在も共存しています。



また、小説「野菊の墓」の舞台となった街としても知られています。

■松戸市の取り組み

松戸市健康増進計画・健康松戸21Ⅲ

「市民が主役！自ら取り組み、地域で共に支え合い、健康で心豊かに暮らせるまちづくり」を理念として、平成26年度から35年度までの10年計画で健康松戸21Ⅲを推進しております。

本市は急速な高齢化の進行や生活習慣病の方が増加するなど、国と同様の傾向にあります。そのため、健康日本21（第2次）及び健康ちば21（第2次）を踏まえ、「健康寿命の延伸」「健康格差の縮小」を基本目標として「自ら取り組む健康づくり」「みんなで取り組む地域環境づくり」をすすめております。

【まつど健康マイレージ事業】

健康松戸21Ⅲの方針に基づき、市民の皆さまの健康づくりの「きっかけ」「継続」「定着」を図るため、平成28年7月から、開始しました。健康診査の受診や健康に関連する事業に参加する



ことでマイル（ポイント）を貯めると、抽選で特典が当たります。

平成29年度には4,043人の方から、8,253件のご応募を頂きました。今後もマイル付与団体の拡大・若い世代への周知・啓発を図り、市民の皆さまにとって意欲的に取り組める事業展開としてまいります。

■市民と一緒に取り組んでいます

健康推進員

健康推進員は、町会・自治会長の推薦のもと市長から委嘱を受け、市民の健康づくりを広める活動をしています。

定員は240名、3年任期です。定例会（10回/年）を重ねながら、地域での健康に関する情報提供や、各種健（検）診の受診勧奨など、様々な活動をとおして市民の健康づくりを保健師とともに推進しています。

食を通した健康づくりを応援！食生活改善推進員

「私たちの健康は、私たちの手で」をモットーに活動する食生活改善推進員は、3つの保健福祉センターを拠点に市と地域をつなぐパイプ役として、「バランスの良い食事」「薄味の食事」などを地域で普及し、望ましい食習慣を実践できる市民が増えることを目的にレシピ開発や料理講習会などを実施し、普及・啓発活動をおこなっています。

パートナー講座

「いきいきとしたまち まつど」を皆さんと一緒につくることを目的に、市政に関しての理解と関心を深めていただくため、約80のメニューから選んで受講できる出前講座です。事前にお申し込みの上、市民の皆様のご希望日に、ご希望場所へ市の職員が伺います。健康・医療・福祉に関する講座は15あり、「生活習慣病の予防」については、依頼数上位にランクインする人気講座です。



検診☆ママサポート (健康推進員)



地域イベント活動 (健康推進員)



料理講習会メニュー

松戸市 健康福祉部 健康推進課

〒271-0072 千葉県松戸市竹ヶ花 74 番地の 3 中央保健福祉センター3 階

TEL: 047-366-7485 FAX: 047-363-9766

Email: mckenkou@city.matsudo.chiba.jp