

 <p>市長 日永 貴章</p>	<p>愛知県</p> <h1>愛西市</h1> <p>A I S A I C I T Y</p>  <p>市章</p>  <p>マスコット キャラクター あいさいさん</p>	<p>【データ】 ※平成30年4月1日現在</p> <ul style="list-style-type: none"> ・人口：63,417人 ・世帯数：23,101世帯 ・面積：66.70km² ・市の花：ハス ・市の木：マキ ・担当部署：健康福祉部健康推進課 ・連絡先 <p>TEL (0567)28-5833 FAX (0567)28-8001 E-mail kenko@city.aisai.lg.jp</p>
---	---	--

●愛西市の紹介

愛西市は、愛知県の西部に位置し岐阜県と三重県の玄関口となっています。木曾川流域の肥沃な土壤に恵まれ、レンコンの産地として有名です。

豊かな水に恵まれ、古くは東海道の脇街道の要所として栄え、水路「三里の渡し」とともに宿場としても活気にあふれていた歴史があります。

また、歴史の深さを物語る遺跡や行事が数多く残り、時代を越えた郷土の彩りとして語り継がれています。

現在では、名古屋市近郊の住宅地域として発展しつつも、緑あふれる自然環境にめぐまれています。

さらに、東名阪自動車道のインターチェンジに接し、国道や鉄道によって主要都市と結ばれ、陸上輸送の拠点として役割を果たすばかりではなく、この地の利を活かした企業誘致にも積極的に力を注ぎ、更なる発展を目指しています。



【第2次愛西市総合計画】

平成30年度から「第2次愛西市総合計画」がスタートします。

本市は、豊かな農産物や川、緑などの「自然」と心のあたたかさや地域の絆などの「ひと」が大きな魅力です。これらを誇りに思い、愛し、次世代に伝えていけるように「ひと・自然・愛があふれるまち」を将来都市像とし、たくさんの魅力が市内外に広がって、多くの人に愛される愛西市となっていくよう目指しています。



©AKR Illustr:伊藤彰

愛西市
オリジナルキャラクター
あいさいちゃん

平成29年度スタート！ 健康なまちづくり事業



★「住むと健康になるまち」へ★

「住むと健康になるまち」をコンセプトに、**運動と食**の両面からアプローチして行う事業です。健康意識を高める取り組みを市全体で進め、健康寿命の延伸と医療費の増加抑制を目指します！

- ① 運動習慣をつけるための支援事業 ②ヘルシーメニューの提供事業

を、大学・高校・飲食店・商店・生産者などと協力して、地域ぐるみですすめていきます。

市長さんも
参加中♡



★運動習慣をつけるための支援事業★



まず初年度は、運動習慣をつけるための支援事業をスタートしました。

20歳以上の市民でウォーキング程度の運動に支障がない方300名を募集し、活動量計を身につけて、個々の生活の中でウォーキングを実践してもらいます。活動量計のデータを市内4カ所に設置したデータ送信機器から送信していただく事で歩数や消費カロリーなどの履歴を専用のWebサイトから確認することができ、運動習慣の継続や健康管理に役立っています。また、実施期間内に90日間のインターネット上の東海道五十三次ウォーキング大会を行い、楽しみながらウォーキングを継続していただきました。今年度はさらに新規参加者200名を募集し、市内にウォーキングの輪を広げます。

健康日本21計画 “きらい☆あいさい21” 推進事業

【運動】 YouTube でストレッチを動画配信中



「愛西のびのびストレッチ

in あいさいさんを探せ！」

ストレッチ制作から11年を迎えました。

市の行事や市内小中学校の運動会や体育祭等で取り入れられ、実施できる人が増えています。また、昨年度は市内の観光名所でのびのびストレッチの動画を市職員で撮影し、現在動画サイトで閲覧することができます。ぜひご覧ください。

上記のQRコードを読み取ってアクセス！



【野菜の摂取】野菜の日イベント開催

や さい
8月31日の日にちなんで、

市内スーパーの協力を得て、8月26日(土)に野菜の日イベントを開催しました。市オリジナルの野菜の歌「届け！野菜の力」に合わせて制作した体操の発表、大学の学生の協力による一日の野菜の摂取量を知るクイズコーナー、ポスターの掲示、市民ボランティアによるレシピの配布など、市民・地域との協働で実施しました。

