



潮来市長 原 浩道



【データ】※平成 28 年 4 月 1 日現在

- ・人口： 28,804 人
- ・世帯数： 11,010 世帯
- ・面積： 71.41 km²
- ・市の花・木・鳥：
あやめ・ポプラ・よしきり
- ・特産物：潮来あやめちゃん
(潮来産コシヒカリ)
あやめ(花菖蒲)
あやめ笠
- ・イベント：水郷潮来あやめまつり

1 潮来市の紹介

潮来市は、茨城県の東南部、千葉県との県境に位置し、東部は北浦に面し、西部は霞ヶ浦と北利根川、南部は外浪逆浦というように、水辺に囲まれた自然豊かなまちです。

気候は、四季を通じて穏やかで、夏涼しく冬穏やかな海洋性の気候となっています。

古くから水運陸路の要所として栄え、徳川光圀公が「潮来出島のまこもの中に、あやめ咲くとはしほらしや。」と詠むなど、水郷の地として今日まで親しまれてきました。

潮来市最大のイベント「水郷潮来あやめまつり」の会場である水郷潮来あやめ園を含む市内の一部が「水郷筑波国定公園」に指定されており、年間 200 万人を超える観光客が訪れます。



2 潮来市のみどころ



水郷潮来あやめまつり

今年で 65 回を数える歴史と伝統ある花のおまつり。約 500 種 100 万株のあやめ(花菖蒲)が咲き誇る園内は、毎年多くの観光客で賑わいます。かつての水郷地帯の嫁入りを再現した「嫁入り舟」は、特に人気の催しで、白無垢姿の花嫁さんが手漕ぎの舟で嫁ぐ姿は、息をのむ美しさです。



3 健康都市の取り組み

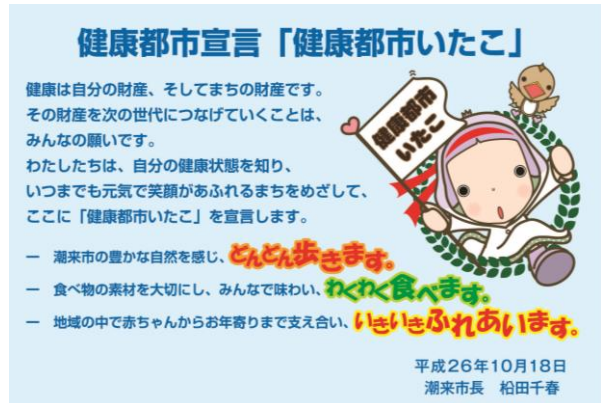
本市では、潮来市第 6 次総合計画後期基本計画を平成 26 年 3 月に策定し、基本構想で定めた将来像「豊かな自然 あふれる元気 みんなでつくる水の郷」の実現に向け、様々な施策を展開しております。

まちづくりの基本理念である・「自然」「文化・歴史」を未来につなぐ・「安心・安全」なまちへ・「温もり」のあるまちへ・「賑わい」「躍動感」のあるまちへ・「住みやすい」まちへ・「市民とともにつくる協働のまちづくり」を基本とし、「安心・安全」「健康いきいき」「地域活力アップ」の 3 プロジェクトを潮来元気プラン(重点施策)として掲げております。

また、健康への取り組みは、健康増進法に基づき、本市の特徴や市民の健康実態をふまえた「健康日本 21（第二次）」により潮来市民一人ひとりがそれぞれライフステージに応じた健康づくりに対する啓発、生活習慣病の発症や重症化予防を重要課題として健康への取り組みを推進しております。

4 健康都市の取り組み

潮来市は、生活習慣病に起因する疾病（心疾患、脳血管疾患）の死亡割合が国や県平均より高く、男性に至っては、平均寿命が県内ワースト1位という大変不名誉な結果となっております。そのような状況のなか、「健康は財産」を合言葉に市民みんなが健康で、元気なまちであり続けるために、健康都市宣言を行いました。



5 潮来市における健康都市の特徴的な施策

・メタボさよならダイエット

第1期：平成26年6月～11月、第2期：平成27年1月～6月

平均寿命を延ばすために必要不可欠である「生活習慣の改善」に着目し、420万部を記録した「体脂肪計タニタの社員食堂」でも知られる株式会社タニタと共同で、メタボ対策事業を開催。タニタの持つメタボに関するノウハウや、潮来市が有する保健師、管理栄養士、ヘルスランドさくら、市民プールといった人材・施設を活用しながら、健康的でリバウンドの少ない減量を全面的にサポートしています。

1人1人の体型や体力に応じて、個人に合った方法で実施し、「早く効果が出るけれど、すぐにリバウンドしてしまうダイエット」ではなく、「健康な体を作るために減量する＝減量すれば自然と健康な体作りができる」という考えのもと「運動・食事を中心に、時間をかけながらリバウンドしにくいダイエット」を行います。

・減る脂～ガードウォーキング事業

「まちづくりは市民の健康から！」というテーマを基本として、市民が日頃のウォーキングやジョギング、犬の散歩等、歩くことでの健康づくりを行うことを推進し、それらの活動を通じて、気軽に地域の安全を見守ることを目的に平成22年度から実施しています。

・潮来市ヘルスウォーキング連合会

平成27年4月1日現在、35チーム・299人の市民が加盟し、日常のウォーキングをはじめ年5回程度のウォーキングイベントを実施しています。

また、日々のウォーキング活動を推進するため、反射材のついたベスト「ウォーキングジャケット」を作成・配布しており、昼間だけでなく夜間も安全にウォーキング活動を行うことができます。