西予市長　管家　一夫

愛媛県 西予市

イメージキャラクター せい坊

【データ】

※平成29年４月１日現在

・人　口：39,380 人

・世帯数：18,303 世帯

・面　積：514.79 km^2

・市の花・木：れんげ・ブナ

・特産物：米・ブドウ・みかん・椎茸・栗

・ｲﾍﾞﾝﾄ　：れんげまつり

〈担当部署〉生活福祉部健康づくり推進課（TEL）0894-62-6407（FAX）0894-62-6564

●西予市の紹介

西予市は、愛媛県の南部・南予地方の中心に位置しており、県都松山市から車で約 1 時間の距離にあることから、南予の広域交流拠点としての位置づけが高まっています。

また、海抜 0m から 1,400m の標高差に存在する多様な自然、文化、大地の恵みなどに代表される地域の宝物を市民みんなで発見し、磨き、情報発信を行う取り組みを進めた結果、四国西予ジオパークに認定されました。

ジオパークは「大地の公園」とも呼ばれ、「見る」「食べる」「学ぶ」ことを感じるジオツアーでは、ジオガイドの説明を受けながら楽しむことができます。市民と一緒にまちの元気づくりを進めています。

●西予市の魅力を紹介

○海エリア

約 4 億年前のサンゴ化石が見つかった縦しま地層岩石を持つ、須崎海岸。石灰岩で築かれた天空の段々畑に植えられたみかん。海の青とオレンジ、石灰岩の白、空の碧と自然の色がカラフルな景色です。湾岸の風景は、人々の営みを優しく感じさせる懐かしい場所です。

○里エリア

米どころ宇和盆地で作られた稲から作ったわらぐろと、れんげがピンクの絨毯を咲かせます。里山の風景は時間の流れを緩やかに感じさせる、癒しの場所です。

○山エリア

四国カルスト大野ヶ原の源氏ヶ駄場は、石灰岩の山稜。晴れた日には遠く豊後水道まで見渡せる大パノラマです。ブナの原生林や、川のせせらぎに安らぐ桂川渓谷・三滝渓谷など、自然が織りなす景観がたくさんあります。緑豊かな 3,700 坪に及ぶ敷地内に建つ、竜沢寺（1323 年建立）には、樹齢 300 年を超す杉の巨木や苔むす石畳の参道があり、爽やかな風が流れてきそうな、のんびりゆったりする優しい場所です。

●西予市の健康都市の歩み・健康都市宣言など

平成16年度に、「すべての市民が元気で安心して生活できる活力のある社会」の実現をめざし、「西予市健康づくり計画2014“元気だ!せいよ”」を策定、平成28年3月に10年の取り組みを評価し、健康課題や地域の実態から、第２次健康づくり計画2025“元気だ！せいよ”を策定しました。

スローガン：**みんなが主役　元気だ！せいよ**

『計画で目指すもの』

〇健康寿命の延伸
〇生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
〇社会生活を営むために必要な身体機能の維持及び向上
〇生涯にわたるこころの健康づくりの推進
〇生活習慣及び社会環境の改善

第２次食育推進計画も併せて策定しました

●西予市における健康都市の特徴的な施策

◎元気だ！せいよ体操

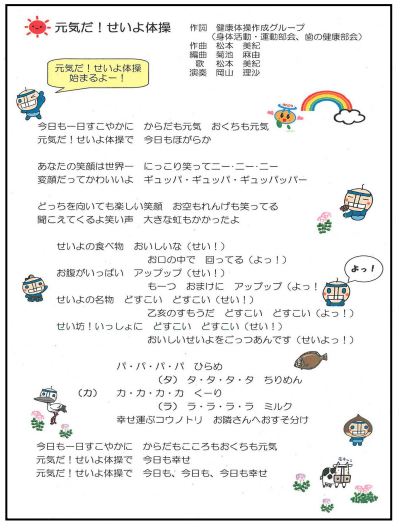
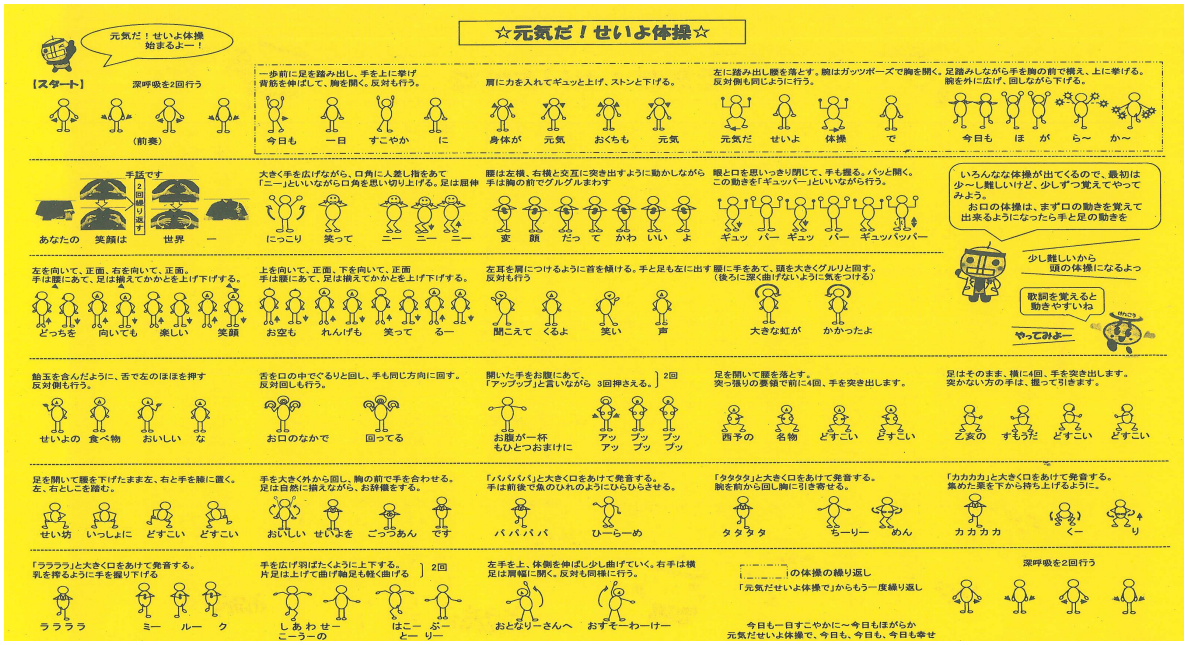
この体操は、第１次西予市健康づくり計画で作成した体操です。引き続き第２次計画でも実践していきます。

身体の体操だけでなく、お口（口腔周囲）の体操も組み合わせているのが特徴で、この体操一つでからだもお口も元気になれます。

西予市の名物や特産品を盛り込んだ歌詞に明るく楽しい曲を合わせ、西予市独自の楽しく、親しみやすい体操になるように作りました。

CD や DVD もあります。

〈歌詞〉



〈解説〉