

 市長 松戸 隆政	千葉県  松戸市 	【データ】令和7年4月末日現在 ・人口: 501,747人 ・世帯数: 258,149世帯 ・面積: 61.38km² ・市の花: つつじ、あじさい、のぎく ・市の木: しい、ユーカリ、さくら、なし ・特産物: なし、矢切ねぎ ・イベント: 七草マラソン 【連絡先】 ・担当: 健康医療部健康推進課 ・電話: 047-366-7485
---	---	---

■松戸市の紹介

松戸市は千葉県東葛地域(北西部)に位置しており、市の西側には江戸川が流れています。

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

市民が主役！松戸市健康増進計画・健康松戸21Ⅳ

「市民が主役！自ら取り組み、地域で共に支え合い、誰もが健康で心豊かに暮らせるまちまつど」を理念として、令和7年度から令和18年度までの12年計画で健康松戸21Ⅳを推進しています。

人生100年時代を迎える中、市民が生涯を通じて健康でいきいきと暮らすことができるよう、「健康寿命の延伸」を最終目標に、「健康的な生活習慣の実践」「心身の生活機能の維持・向上」「健康につながる環境づくり」を基本方針として、取り組みを進めています。

【まつど健康マイレージ事業】

まつど健康マイレージとは、健康松戸21Ⅳの方針に基づき、健康診査の受診や健康に関連する事業への参加等によりマイル(ポイント)を取得し、抽選で特典が当たる事業です。市民の健康づくりの「きっかけ」「継続」「定着」を図ります。

【健康松戸21応援団】

健康松戸21応援団とは、市民の健康づくりを応援する企業、団体等で構成され、令和7年4月1日現在、227団体に登録いただいています。健康松戸21応援団は、健康松戸21Ⅳの理念を共有し、松戸市と一体となって市民の健康づくりを推進しています。



■市民と一緒に取り組んでいます

松戸市健康推進員

町会・自治会長の推薦のもと、市長から委嘱を受け3年の任期で活動しています。

定例会(9回/年)で健康について学び、学んだ知識を生かして、イベントや町会の集まり等での健康づくり活動を企画・実践しています。

地域住民の目線で作成した14地区の「ウォーキングマップ」が完成し、今年度は「全市一斉ウォーキングイベント」の開催に向けて準備を進めています。



松戸市食生活改善サポーター

市と地域をつなぐパイプ役として「毎日の健康は、食事から！」をモットーに、市内3つの保健福祉センターを拠点に活動しています。

望ましい食習慣を実践できる市民が増えるよう、「バランスの良い食事」の普及啓発を行っています。活動の中で開発したレシピは講習会の参加者から「美味しくて、簡単に作れる」と大変好評でした。

開発したレシピはクックパッド「まつどのキッチン」でも公開中です。



松戸市 健康医療部 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