

長野県  
松本市

連絡先 松本市商工課  
TEL 0263-34-3270  
<http://www.city.matsumoto.nagano.jp>



## 「健康寿命延伸都市・松本」



個人の健康を増進する取組みはもとより、私たちを取り巻くあらゆる環境を見直して、市民一人ひとりの“健康寿命”が伸びるまち、【健康寿命延伸都市・松本】を創造します。

「歩いて楽しいまちづくり」・「市民歩こう運動」・「ノーマイカーデー」・「エコ通勤」などの活動を、「行政」・「市民」・「産・学」が連携して取り組み、できることからはじめています。

## 信州松本の紹介

### 【松本市の生立ち】

平安時代には信濃国府が置かれ、江戸時代には松本藩の城下町として栄えてきた松本。

市制施行は明治40年5月1日で、平成19年度に市制施行100周年を迎えた。



松本城

### 【位置・面積】

本州及び長野県のほぼ中央に位置。東西52.2km、南北41.3kmの長さで、旧波田町との合併により、面積は978.77km<sup>2</sup>となり、県下1位の広さ。

### 【三がく都市】

古くから学問を尊び、学生を大事にする都、進取で議論好きの市民気質から『学都』、日本アルプスを擁して多くのアルピニストを迎える『岳都』、まちかどにバイオリンの調べを聴く街、サイトウキネンフェスティバルの街『楽都』。「『三がく都』まつもと」～学都・岳都・楽都～と呼ばれている。

### 【新松本市】

平成22年3月31日、松本市と旧波田町が合併し、「新松本市」が誕生。

糖度が高く、シャリシャリした食感で、品質の良いスイカは波田地区を代表する農作物。



波田地区のスイカ



アルプちゃん

新しく生まれ変わった松本に、  
どうぞお出かけください。