

## 宜居颐养 健康潍坊

## 诗意空间与康养福地彰显城市品质

## ——潍坊城市新名片系列解读④

□本报记者 刘杰

将城市品质建设融入宜居、颐养、健康等全维度，“推窗见绿、看病便捷、养老安心、生活舒心”成为潍坊鲜明的城市底色。“宜居颐养、健康潍坊”，不仅是城市名片，更是潍坊人触手可及的幸福日常。

冬走潍坊，树木挺拔，河道蜿蜒，阳光洒在水面上，成群的候鸟在湿地上空划出优美弧线。在这里，对环境要求很高的水鸟，就有西方秧鸭、斑鱼狗、水雉等多种。“近年来，栖息在潍坊的鸟儿，无论数量还是种类都越来越多。”摄影爱好者用镜头记录下了潍坊日益提高的生态环境质量。

一城碧水绕，满眼皆风景。如果说生态是潍坊的“颜值”，那么，康养就是其动人的“气质”。目前，潍坊有80岁以上老年人28万人、90岁以上老年人4.2万人、百岁老人799人，人均预期寿命达81.45岁，高于全国平均水平2.45岁。这组数字无疑为颐养提供了佐证。

潍坊是一座被幸福标注的城市，在这里，宜居与颐养同频共振，健康与幸福共生共荣，一幅关于宜居颐养、健康潍坊的温暖画卷正从容铺展。

▷ 沂河美景。



△ 沂河风光。



△ 临朐各地的丹参种植田里，紫色的丹参花铺满大地。



△ 市民在北辰绿洲湿地公园骑行。



△ “好运山东”歌尔·2025潍坊马拉松暨山东省马拉松联赛(潍坊站)鸣枪开跑。

(本版图片均为资料图片)

## 在家门口遇见“诗和远方”

潍坊有“千园之城”的美誉。当“转角遇绿、推门见景”成为触手可及的日常，这座城市正用最温柔的方式诠释“宜居”的真正含义。

“入夜，火车从站台出发，前行，离开城市，旅人留下了对城市的印象，而加速的火车也为城市洒下了流光。”玩味着铁路游园诗情画意的文字，信步走进寿光这个以铁路为主题的口袋公园，只见园内设施完善，慢跑、自行车绿道贯穿其中。“这里景观美环境又好，还有健身器材，一早一晚我就喜欢带孩子来这里玩。”刘翠兰是附近铁路花园的住户，这个口袋公园给她们的生活增添了诸多乐趣。

口袋公园是市民能抵达的最近的“诗和远方”。近几年，潍坊以市民需求为出发点，在衔接国土空间规划基础上，重点对居住区、商业区等人流量大、公园数量少的区域周边2000平方米以下的零星小地块等资源进

行规划设计，构建起大中小微相结合的新型城市公园体系，实现“500米见园、5分钟可达”。

为展现生态意境，潍坊坚持“公园+”理念，推动口袋公园融入生态、服务、文化等元素，涵养“千园城市”品质内涵，丰富市民游园体验。目前，全市建成区绿化覆盖率达43.2%，人均公园绿地面积20.15平方米，全市1115处口袋公园镶嵌在城市的脉络之中，盛满暖暖的人间“烟火”。

景美人和，潍坊还是一座依山傍水的城市，2025年捧回了三张沉甸甸的“国字号”绿色名片：临朐弥河流域成功创建国家级“两山”实践创新基地，潍河(潍坊市段)入选国家美丽河湖优秀案例，潍坊滨海海岸带荣膺国家“美丽海湾”称号。

水是生存之本、文明之源，潍坊水系发达，河流、湖泊、湿地星罗棋布，以“我家门前那条河”环境提升专

项行动为抓手，潍坊系统推进河流生态治理与滨水空间品质提升，让沿河漫步成为市民的日常。

在城区东部，沂河自南向北流淌着，只见水面清波荡漾，耳畔鸟鸣声声。“河道周边的环境，包括草地什么的都越来越美了。”市民李凤霞说，每次走到这里都会忍不住多停留一会儿。

在潍坊，河流穿城而过，哺育着这方土地上的万物生灵。2024年，潍坊对流经中心城区的白浪河、虞河、沂河等7条河流进行提升改造，因地制宜开展水岸共治，打造了移步异景的生态空间。现在，7条河流宛如一条条碧绿的绸带，轻轻拂过城市的脉络，赋予了潍坊无限灵动和蓬勃生机。目前，全市累计72条(段)河湖建设成省级幸福河湖，总长度超1500公里，数量和长度均居全省第一。

城之宜居，始于生态，精于治理。近日，徜徉在奎文区，干净整洁

的主干道路，清爽宜人的内街小巷、规范有序的停车场……透过一处处温馨的城市空间，可以感受到城市治理的提档升级。

厚植生态底色，聚焦空间、功能、品质提升和市民美好生活需要，潍坊大处着眼，小处点晴，细处用力，去年，完成32条主要素示范路建设，5231处“多杆合一”，42处“疏绿透美”，118公里绿化带落土和26.6公里树木“穴”；积极开展“我家门前那条河”提升行动，完成18条河流沿岸公共空间、景观风貌改造；新建改建口袋公园30处，城市绿道20.2公里，1.47万平方米桥下空间配建体育运动场地……

从点亮街角的口袋公园，到润泽城区的蜿蜒碧水，再到将这些美好精心串联的城市治理，宜居的城市面貌在潍坊正清晰而温暖地呈现。“生活在潍坊，真好！”便成为人们脱口而出的肺腑之言。

## 为城市注入“康养”基因

扭住“大卫生、大健康”奋力走在前，潍坊全域整合服务资源，全链条优化服务供给，全过程完善服务体系，推动卫生健康事业从“以治病为中心”向“以人民健康为中心”加速转变。

中医药融入现代生活是“健康潍坊”的关键支撑。潍坊市中医院创新推出养生餐车，将中药茶饮、药膳糕点等以更贴近的方式呈现给医护人员、患者及家属，让“药食同源”融入日常生活。

千年智慧凝成草叶间的露珠悄然滴落，浸润着潍坊人的一饮一饷、一寐一兴。自2019年起，潍坊开始系统推动中医药文化与现代生活相融合，让中医的理论、方法和技术融入百姓的日常起居、饮食和运动中，“中医让生活更美好”的理念深入人心。

潍坊是中医药大市，中医药文化源远流长，清代就有“南藏北黄”之盛名。近年来，聚焦中医药传承创新发

展，潍坊持续擦亮沂山论健、黄元御中医药文化节品牌，上线“潍九味”道地药材IP，推动6类10项以上中医药适宜技术全域覆盖。2025年7月，潍坊成功入选中央财政支持中医药传承创新发展示范项目，成为全国15个人选城市之一，也是山东省唯一入选的地级市。

发展壮大卫生健康新质生产力，“健康潍坊”开启智慧医疗新时代。潍坊市人民医院主动拥抱“新质医疗”，前不久，在该院卒中中心、一场与时间赛跑的生命救援正在上演，患者还未到院，CT、心电图、血常规等相关数据和图像已经出现在中心大屏上。目前，“潍智救”已成为国内“可复制、可推广”的智慧急救新样板。

锚定“数字卫健”建设，全市加快推进医疗服务体系智能化升级，234辆救护车完成智能化改造，全面接入潍坊市智慧急救平台，形成全域联网

调度体系。“上车即入院，入院即治疗”协同模式的实施，成为生命救援中的“隐形加速器”。

基层医疗卫生服务机构是守护群众健康的“前哨”，潍坊在全省率先实现国家级医改试点城乡、中西医全覆盖。实施乡村医疗卫生服务能力提升三年行动，建成县域医疗服务次中心30处、社区医院45处、名医基层工作站199家，打造基层特色专科282处，布局县级呼吸健康中心8处，初级卫生保健体系更加健全，基本形成城乡居民“15分钟健康服务圈”。

将健康福祉融入城市发展脉络，“医+养”联手守护群众的幸福晚年。推动医疗机构延伸开展养老服务，全市建成老年病医院2家、康复医院9家、老年护理院8家。引导一批二级及以下医疗机构发展为医养结合机构，重点收治高龄、重病、失能老年人，开展“医疗-护理-康复-安宁疗护”全链条服务。

在基层，则推动乡镇卫生院与敬老院通过一体联建，“嵌入”服务站点等方式，开展“两院一体”紧密型合作，老年健康服务供给不断扩大。

加快建设更高水平健康潍坊，让“宜居颐养、健康潍坊”成为新的城市名片。2025年4月27日，山东第二医科大学、潍坊护理职业学院、潍坊市人民医院、潍坊市中医院共同签署“四方”合作协议。一次签约，四方携手，这场始于“双轮双院”的协作，最终指向的是潍坊健康福祉的持续提升。

让健康成为群众美好生活的“标配”。潍坊新创建4个省级区域医疗(公共卫生)中心、1个国家临床重点专科。在全国首创“单病种群体管理”模式，县域内就诊率全省第1。在全省率先实现省级综合类别区域医疗中心、专科类别区域医疗中心、区域中医医疗中心和公共卫生中心全覆盖，省市共建“三医”协同数据中心上线运行。

## 全民健身热潮澎湃

运动赋能健康，潍坊每年都会积极举办多种体育赛事。

2025年9月13日晚，随着终场哨声在潍坊奥体公园体育场响起，历时2个月、历经60场鏖战的潍柴动力·2025潍坊市足球超级联赛(简称“V超”)落下帷幕。

作为全省首个全域主客场制的地级市足球联赛，“V超”开赛后就获得社会各界的广泛关注。随着赛程的深入，广大球迷再次见证“草根足球”的激情与活力，关注“V超”、参与“V超”、为家乡球队呐喊助威成为广大市民的热点话题。整场比赛共组织16支球队、近600名队员参与，吸引现场观众30万人次，网络直播观众超4000万人次，话题播放量超7000万，创造了潍坊市本土赛事传播纪录，推动足球运动走向大众生活。

坚持开门办体育。2025年，第15届全国全运会足球篮球排球项目资格赛、全国排球高水平后备人才基地锦标赛、山东省青少年击剑公开赛等36项省级以上高端赛事密集落地。

此外，潍坊还打造了“悦动更好潍坊”“足球月”“篮球季”“和美家园”社区运动会等全民健身品牌，举办全国体育文化宣传推广活动暨美丽中国全民健身跑、山东省农民健身大赛等群众性赛事活动1万余场。

为一场比赛，奔赴一座城。“好运山东”歌尔·2025潍坊马拉松暨山东省马拉松联赛(潍坊站)中，潍坊用最美丽的赛道，最饱满的热情，最优质的服务，为来自全国各地的2万余名选手留下了无数的精彩瞬间和美好回忆。

坚持开门办体育。2025年，第15届全国全运会足球篮球排球项目资格赛、全国排球高水平后备人才基地锦标赛、山东省青少年击剑公开赛等36项省级以上高端赛事密集落地。

此外，潍坊还打造了“悦动更好潍坊”“足球月”“篮球季”“和美家园”社区运动会等全民健身品牌，举办全国体育文化宣传推广活动暨美丽中国全民健身跑、山东省农民健身大赛等群众性赛事活动1万余场。

上阵的社区运动会，一场场赛事如同一扇扇窗口，不仅让市民在运动中触摸着潍坊这座城市跳动的“健康脉搏”，更让全民健身的理念深入人心。

晨曦微露，潍坊已被奔跑的脚步唤醒：公园里太极行云流水，球场上挥拍虎虎生风，湿地步道上跃动着骑行者的身影……这是每个清晨都在上演的全民健身图景。

从白发长者到学步孩童，整座潍坊市正以蓬勃跃动的节拍，将“健康潍坊”的宏大叙事写进每一个寻常日子进发的活力之中。

全民健身热潮涌动，其蓬勃活力持续向基层延伸，各县市区纷纷发力，积极打造“城乡一体化15分钟健身圈”，让健身设施举步可达，健康服务触手可及。比如，昌邑构建起市、镇、村三级立体全民健身网络，

实现690个行政村健身设施全覆盖，809处全民健身广场可满足群众健身需求。

为了让“家门口”的健身圈更丰富更便捷，2025年，潍坊新建和提升体育公园、球类运动场地、儿童游乐场等16处，累计建成体育口袋公园924处；为部分老旧小区、行政村(社区)更新配建151套健身路径、55副篮球架和168张乒乓球桌；全市15处公共体育场馆面向社会免费或低收费开放。

将健康“动能”转化为幸福“势能”，今天，在潍坊，全民健身热情澎湃，已经从一种倡导内化为整座城市的生活风尚和健康底色。

这就是潍坊，一座把品质写进生态、健康、颐养与民生里的幸福之城。(策划统筹：高文 孟祥凤)