

健康の森 通信

Vol.61

2023年 7・8・9月

2023年6月25日発行
編集・発行/

公益財団法人
福井県健康管理協会



がん検診を受けよう!!

県民健康センター

こころとからだの健康講座 青空ヨガ&ポールウォーキング

9/24 ① **場所** 県民健康センター
時間 13:30~15:30(受付13:00~)

対象 一般成人 **申込期限** 9月19日(火)12:00

内容 ●ポールウォーキング体験(講師:健康運動指導士)
(雨天時は室内にて体力測定を行います)
●青空ヨガ(講師:NPO法人生涯体育学習振興機構 ヨガインストラクター)
(雨天時は室内にて行います)

定員/25名※要予約・先着申込(6月26日~申込開始) 受講料/500円
準備物/ヨガマット・レジャーシート(持っている方)、飲料水、タオル、
室内用運動靴(雨天時)、運動しやすい服装・靴、帽子

健康講座

場所 2階 大研修室 **時間** 15:00~16:00

講師 松田医師、田中医師 **ミニ講座講師** 保健師等 **受講料/無料**

7/8 ① 久山町研究からわかった
元気で長生きの秘訣

8/12 ① 带状疱疹の予防と治療

9/9 ① 9月9日は救急の日
~いち早い気づき、通報、救急処置~

健康の森温泉 生きがい交流センター

キッズスペース

ふくい健康の森温泉(生きがい交流センター)では、子どもが広場で元気に楽しめる特別企画として、施設内にキッズスペースを設置。室内キッズスペースのため空調完備、雨天時を心配すること無く楽しむことができ、保護者の方も安心。子どもは入場料のみで温泉利用が可能。親子で温泉入浴しましょう。

8/11 ①(金・祝)・**12** ①(土)・**13** ①(日)・**19** ①(土)・**20** ①(日)

場所 1階 交流ホール **参加料/250円**(3歳~中学生/入浴券付)、
保護者は無料

時間 10:00~16:00 ※入浴する場合は、12歳~中学生は別途入湯税150円、
保護者も別途入浴料必要

敬老の日 **回数券得とくセールラッキー** 敬老の日のプレゼントにいかがでしょうか。

9/12 ①(火)~**18** ①(日) 温泉(入湯税別途150円必要) ※1ヶ月有効
期間中回数券をご購入の方に **スポーツセンター利用無料券進呈**

さらに! 抽選で回数券表紙の記載番号が当たると **回数券がもらえる Wチャンス!**
料金(各6枚綴り)
大人 3,450円
小人 1,250円
高齢者 2,820円

けんこうスポーツセンター

令和5年度 3ヶ月減量講座

健康運動士が発行する減量運動プログラムに従い、3ヶ月間継続して運動を実施します。

①ボディメイクコース ②減量コース \いつでも申し込みできます/

都合の良い時間に週2~3回の頻度で!!

温泉・(入湯税別途150円必要)
スポーツセンター利用無料券進呈
※初回翌営業日から1ヶ月有効

随時受付・スタート可

対象 医師による運動制限がなく、減量を希望する健康的な方(18歳以上)

受講料/13,600円(65歳以上/11,080円)
※施設利用料込
準備物/運動の出来る服装・内履きシューズ

第3期 初級テニス教室 全8回

高校生以上でこれからテニスを始めようと思われる初心者、初級者 **場所** 2階運動フロア

7/7 ①(金)~**9/8** ①(金)

時間 19:00~20:30 **対象** 高校生以上(初心者、初級者)

定員/20名※先着申込締切
受講料/6,500円(開催期間定期保持者/4,000円)※施設利用料込
準備物/運動の出来る服装・内履きシューズ・テニスラケット

温泉・(入湯税別途150円必要)
スポーツセンター利用無料券進呈
※初回翌営業日から1ヶ月有効

第2期 大人のチアダンス教室 全8回

ストレッチ、バレエの基礎、アームスやラインダンスなどを練習し、音楽に合わせた簡単な振りを作って行くクラスです。

7/5 ①(水)~**8/30** ①(水)

場所 エアロビクススタジオ **時間** 18:30~19:30 **対象** 高校生以上(初心者、初級者)

定員/25名※先着申込締切
受講料/6,500円(開催期間定期保持者/4,000円)※施設利用料込
準備物/運動の出来る服装・内履きシューズ

温泉・(入湯税別途150円必要)
スポーツセンター利用無料券進呈
※初回翌営業日から1ヶ月有効

認知症研修会

9/29 ①(金) 認知症の基礎知識と対応のポイントについてお話しします。

場所 1階 研修室 **時間** 13:30~14:30

対象 認知症に関心のある方 **講師** 福井県立すこやかシルバー病院 看護師 藤田 貴子氏
受講料/無料

ふれあいコンサート

8/27 ①(日) **内容** ベンチャーズ 寺内タケナつつかしの昭和歌謡

9/10 ①(日) **内容** トーンチャイムとベルハーモニー

出演団体 かわだベンチャーズ 唄:MASACO
マミーベル/大野ミュージックメイツ/ 瑠璃の会/すみれミュージックメイツ
場所 1階 交流ホール **開演** 14:00~(開場13:30~) **参加料/無料**

各SNSアカウントにて
おトクな情報をいち早くご案内!

友達登録やフォローは
QRコードから→



LINE

Instagram

ふくい健康の森 施設開館情報

☐…休館日

※休館日や利用方法などは変更することがあります。詳しくはHP等をご確認ください。

県民健康センター

〒910-3616 福井県福井市真栗町47-48
☎0776-98-8000/FAX0776-98-3502 kenmin@fkenkan.or.jp

【利用時間】 8:30～17:00 ☐ 女性の健診日

7月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

8月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

けんこうスポーツセンター

〒910-3616 福井県福井市真栗町47-47
☎0776-98-8020/FAX0776-98-4020 kenspo@fkenkan.or.jp

【利用時間】9月 ●けんこうスポーツセンター/火～土9:00～21:00、日・祝日9:00～18:00
●温水プール/火～土10:00～20:30、日・祝日10:00～17:30 ●健康スポーツ公園/9:00～18:00 ●スケートパーク/9:00～21:00
【入館料】 大人630円、小人250円、高齢者500円(65歳以上)

7・8月全日開館!

【利用時間】 ●けんこうスポーツセンター/9:00～21:00
●温水プール/10:00～20:30
日曜、祝日のみ9:30～20:30
※公園およびスケートパークは9月同様

9月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

健康の森温泉 (生きがい交流センター)

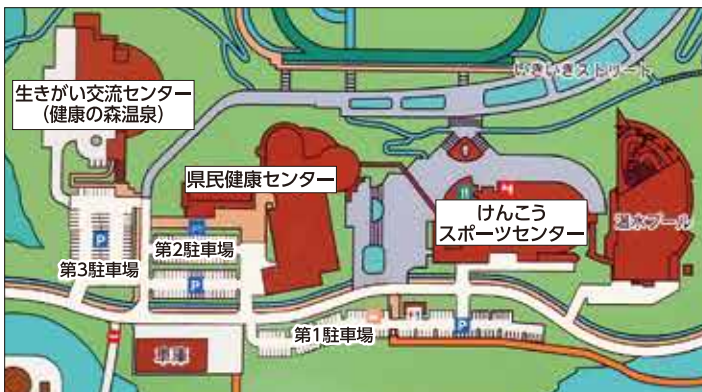
〒910-3616 福井県福井市真栗町47-51
☎0776-98-5801/FAX0776-98-5804 ikigai@fkenkan.or.jp

【利用時間】 ●開館時間 9:00～21:00 ●温泉利用時間 10:00～20:30(最終受付は20:00まで)
【入館料】 大人670円、小人250円、高齢者550円(65歳以上)

7月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

8月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



交通案内

☎ JR北陸線: 福井駅から車で約30分、鯖江駅から車で約20分
☎ 北陸自動車道: 福井ICから車で約35分、鯖江ICから車で約25分

駐車場

普通車 600台
大型車 10台

県内のがん検診情報は「がんネットふくい」で検索! <http://www.gan-net.fukui.jp/>



県の施策や事業、イベント、試験などの最新情報を分かりやすくお知らせしています。
※インターネットでも情報提供中 詳しくは、県広報広聴課0776-20-0220までどうぞ



【NEWSふくい】
(毎月第4日曜)



【県からのお知らせ】
(毎月1日、15日)



【朝だよ! ハビネスふくい】
(日曜 7:00～7:30/FBC)
【輝け! ふくいチャレンジャー】
(第1・3土曜 17:00～17:15/f t b)



【ふくいチャレンジ通信】
(月・水・金 10:20～10:30頃/FBC)
(第3・5土曜 10:35～10:40頃/FBC)
【FM県政スポット】
(金曜 8:45～8:53/FM福井)



ふくい健康の森

公益財団法人 福井県健康管理協会

<http://fkenkan.or.jp/>

ふくい健康の森

検索



ふくい健康の森は福井県が設置し、指定管理者の指定を受けた公益財団法人福井県健康管理協会が管理運営を行っています。

ふくい健康の森マスコットキャラクター
けんこうちゃん