

ふくい健康の森 施設開館情報

…休館日

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

婦人の健診日

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

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】 ●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

【入館料】 大人610円、小人250円、(65歳以上の)高齢者480円

年末年始のご利用案内
平成29年12月30日～平成30年1月2日まで閉館
※平成29年12月29日および平成30年1月3日は特別営業
開館時間11:00～17:00(教室は全て休講)

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

生きがい交流センター(健康の森温泉)

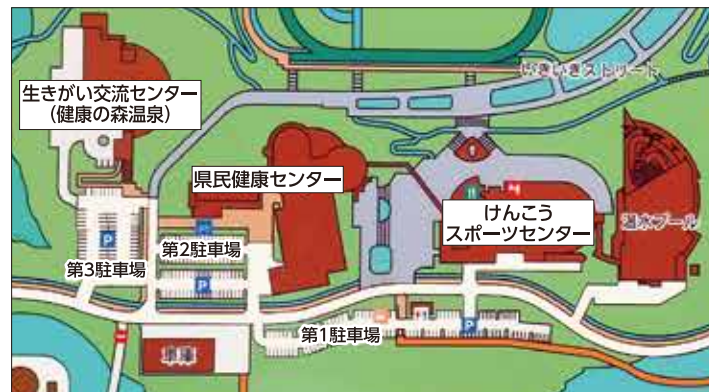
〒910-3616 福井県福井市真栗町47-51
☎0776-98-5801/FAX0776-98-5804 ikigai@fkenkan.or.jp

【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610円、小人250円、(65歳以上の)高齢者480円

ご利用案内
平成29年12月30日～平成30年1月2日まで閉館
※平成29年12月29日および平成30年1月3日は特別営業
開館時間11:00～17:00 温泉利用時間11:00～16:30(最終受付16:00)

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



交通案内
●京福バス:健康の森行き清水山線で約40分
●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 500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、県広報課0776-20-0220までどうぞ

「県政広報ふくい」 (毎月第4日曜) 「おはようふくいセブン」 (日曜 7:00～7:30/FBC) 「ほっとふくい」 (第1・3土曜 17:00～17:15/f t b) 「まちかど県政」 (日曜 11:45～11:50/f t b 16:55～17:00/FBC)	「県からのお知らせ」 (毎月1日、15日) 「ふくい元気通信」 (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

「健康づくり」の総合施設
ふくい健康の森

季刊誌

家族の健康と笑顔をサポート！

健康の森 通信 Vol.39

2017年 10・11・12月

2017年10月17日発行
編集・発行/

公益財団法人
福井県健康管理協会



ふくい健康の森

LINEは友だち募集中！

うれしい情報をLINEでお届け！

LINEの「友だち追加」から「QRコード」または「ID検索」

@jcd8407p



2017年10/29日

けんもり ふえすた

スポーツセンター
入館無料

健康の森温泉
入浴半額

大人・高齢者 310円 小人 130円

けんこうもいふえすた

健康の森で秋を満喫!

開催日 10/29日

会場 けんこうスポーツセンターおよび健康の森温泉(生きがい交流センター)

イベント開催時間 10:00~16:00
※開館時間と異なる

特典1 当日スポーツセンター入館無料、健康の森温泉は入浴半額(大人・高齢者310円、小人130円)

特典2 イベント入場無料

スポーツセンターと健康の森温泉を巡るイチョウ並木スタンプラリーで、大人の方には**利用割引券**、お子様には**お菓子が当たる!**さらに後日割引券利用時お友達紹介で素敵な粗品プレゼント!

準備物/スポーツセンター利用:上履き
プール利用:水泳帽
生きがい交流センター利用:タオル

※雨天決行
※個別の体験ブースの開始・終了時間は異なります。予めご了承ください。

スポーツセンター

- 特典付き回数券特別販売
- キッズコーナー
 - ★大トランポリン
 - ★ふわふわパルン
 - ★はびねずダンス
 - ★リユースプラレールランド
- 体力作り教室体験
 - 屋外ヨガ
 - 軽食販売

健康の森温泉(生きがい交流センター)

- ハンドマッサージ
- タイルコースター
- グラスアート
- 押し花
- デコパージュ
- 手作りカード
- チョークアート14:30~(1時間:料金1,500円※要予約)等
- 軽食販売
- 童謡コンサート(開演14:00~)

健康の森温泉 秋の還元祭

「運動」「文化活動」様々な体験で秋を満喫!

開催日 11/5・12・19・26 毎週日曜日

会場 健康の森温泉(生きがい交流センター)

イベント開催時間 10:00~16:00 ※開館時間と異なる
※雨天決行※個別の体験ブースの開始・終了時間は異なります。予めご了承ください。

5日

- オープニング太鼓 9:45~
- 新ちゃんみそのふるまい健康鍋(きのこ・豚など) 限定200食 9:45~
- こども落語 開演14:00
- ボールウォーキング11:00~
- 足裏マッサージ

12日

- コンサート歌と踊り 開演14:00
- 足つばマッサージ

19日

- 歌とギター 開演14:00

26日

- 歌とギター 開演14:00

健康チェックコーナー

- ★骨密度測定
- ★ナースちゃんに变身
- ★手の汚れチェック

手作り体験コーナー、販売

- ★フラワーアレンジ
- ★カルトナーージュ
- ★ワイヤーバッグ
- ★ハーブ&アロマ(匂い袋作り)
- ★エレガンスストーンデコ
- ★ブリザーブドフラワー
- ★グラスアート
- ★キャンドルづくり
- ★ビーズアクセサリー等

スタンプラリーでイベントブースをまわると秋のボックスティッシュまたはペットボトル飲料を進呈!(先着各日100名)

11/5・12・19・26 毎週日曜日

温泉入浴 半額

大人・高齢者 310円 小人 130円

県民健康センター

リラクゼーション教室 雨天決行

~紅葉ウォーキングとアロマヨガ~

健康の森をウォーキング(約3.5km) アロマヨガ

11/11日 会場 県民健康センター

時間 13:30~16:00

対象 一般成人(運動制限のない方)

定員/30名※要予約・先着順 受講料/大人300円

準備物/水分補給のための飲料水、運動できる服装と運動靴、タオル、帽子、雨具

温泉またはスポーツセンター利用割引券進呈(当日から1ヶ月有効)

ヘルシー栄養教室

マクロビオティック料理編 **10/22日**

無農薬・自然農法の穀物や野菜を中心とした食事についてのアドバイスやレシピを達人から伝授して頂きます。

受講料/2,000円※施設利用料込

会場 2F栄養教室 時間 14:00~16:30(受付13:30~) 対象 一般成人

定員/18名※要予約・先着順 準備物/エプロン、筆記用具

※締切は1週間前。詳細は葉書にて送付いたします。

温泉またはスポーツセンター利用割引券進呈(当日から1ヶ月有効)

常備菜編 **12/9日**

作りおきできるおかずは日々の食事をお助けしてくれます。簡単でヘルシーなおかずを紹介します。

受講料/800円※施設利用料込

無料 健康講座

健康維持増進等に関心のある方はお気軽にご参加下さい。

温泉またはスポーツセンター利用割引券進呈(当日から1ヶ月有効)

10/14日 乳がんを命を落とさないために

11/11日 糖尿病は万病の元 ~11月14日は世界糖尿病デー~

12/9日 危険が一杯! 冬の入浴

会場 2F大研修室 対象 一般県民

時間 15:00~16:00 担当 県民健康センター医師

定員/60名 受講料/無料

けんこうスポーツセンター

第3期 3ヶ月減量講座

健康運動指導士が発行する減量運動プログラムに従い、3ヶ月継続して運動を実践します。(完全個別トレーニングが追加)

温泉またはスポーツセンター利用無料券進呈(翌営業日から1ヶ月有効)

10/1日 ~ 12/28日

場所 けんこうスポーツセンター

対象 医師による運動制限がなく、減量を希望する健康な方(18歳以上)

定員/40名※要予約・先着順

受講料/15,340円(65歳以上/12,870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

都合の良い時間に週2~3回の頻度で!!

健康ランチ&エクササイズ

食事と運動について日常生活を見直すきっかけづくりの一日教室。

温泉メニュー 鯖のねぎみそ焼きとあったか生姜スープ

11/3日 時間 11:00~12:40

場所 けんこうスポーツセンター

対象 高校生以上

定員/45名※要予約・先着順

受講料/各1,110円(ランチのみ参加/各620円)※施設利用料込

準備物/運動のできる服装・内履きシューズ

生きがい交流センター

文化講座 筆ペン・ペン字教室

温泉入浴付きの教室。初心者でも安心・丁寧な指導で美しい文字を目指し、くせ字や苦手の書体を解決できます。

温泉またはスポーツセンター利用無料券進呈(当日から1ヶ月有効)

平成29年 **10/25日** 平成30年 **3/28日**

場所 1階ふれあい研修室

時間 18:30~20:30

第2、第4水曜日 対象 18歳以上~ 講師 北野 碧成(へきじょう)

定員/10名※要予約・先着順 受講料/5,400円(11回分)

準備物/筆ペン・0.7ミリ以上のボールペン・柔らかいアクリル下敷き(購入可)

替り湯

場所 木の湯 薬湯/土の湯 低温浴

リンゴ湯・ヒノキ湯・ゆず湯 季節の替り湯を開催します。

リンゴ湯 11/11日・12日

ヒノキ湯 11/25日・26日

ゆず湯 12/16日・17日

回数券特別販売 各6枚綴り

期間中回数券をご購入いただいた方に**温泉利用無料券1枚と(入湯税別途100円必要)健康の森タオルを(おひとり様1枚限り)進呈!**

いい風呂の日 11/23日(木)~11/26日(日)

クリスマス 12/22日(金)~12/24日(日)

大人 3,070円 小人 1,230円 高齢者 2,450円

※回数券はスポーツセンターでもご利用いただけます。

※無料券の有効期限は1ヶ月です。回数券は無期限です。

回数券ナンバー宝くじ

回数券表紙に記載されているナンバーでさらに回数券がもう一冊当たるチャンス!

※発表まで大切に保管してください。

※発表・引換期間 平成29年11月19日(日)~11月26日(日)まで。

無料 ふれあいコンサート

県内で活躍している団体によるコンサート。

温泉入浴割引券進呈!(当日から1ヶ月有効)

場所 1階 交流ホール 時間 開場13:30 開演14:00

10/29日 童謡

11/5日 こども落語

11/12日 歌と踊り

11/19日 歌とギター

11/26日 すげ笠音頭、スコープ三味線

12/10日 二胡

12/23日 ゴスペル