

県民健康センター





つきょつ編

皮むきから塩漬けまでを伝 授します。

講師:三里浜農業協同組合職員

梅ジャムや梅ジュース・梅 干の作り方を伝授します。

会場 2F 栄養教室

時間 14:00 ~ 16:30 (受付:13:30~)

定 員/30名 ※締切は1週間前、詳細は葉書にて 受講料 /1,700 円



講師:敦賀美方農業協同組合・梅の里会館職員

健康づくりに関する旬な話題 正しい情報を提供します。

会場 2F 大研修室

時間 15:00 ~ 16:00

担当県民健康センター医師

4/9

幸せになるための生活習慣

自己免疫疾患

~なぜ自分が自分の身体を傷つける?~

6/4

COPD は肺の生活習慣病

けんこうスポーツセンター



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

軽運動 + 栄養講話 + 健康ランチ

5/13 a Q



あじのトマトソース煮と切干 大根のサラダ(ダイエット)

エクササイズ

脂肪擊退体操





時間 / エクササイズ・栄養講話 11:00 ~ 12:00 健康ランチ 12:00 ~ 12:40 定員 / 先着 50 名(要予約) 対象 / 食事や運動に制限のない方 料金 /1,110 円 (施設利用科込・定期券、回数券をお持ちの方やランチのみ参加の方:620円)

3ヶ月減量講座

運動習慣と食生活の改善により健 康的な「減脂肪」に取り組みます。

教室受講者に 入館料無料券 1枚進呈!





4/1 **a** ~ 6/30 *

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) 員 / 先着 40名 受講料 /13,340円 (65 オ以上の高齢者 10,870円・施設利用料込み)









生きがい交流セン



母の日に温泉入浴の回数券をプレゼントしてみませんか?

母の日回数券特別販売

5/7±~8 B

回数券1冊(期限なし)ご購入いただい た方に、特典として温泉利用無料券1枚(約1ヶ月間有効入湯税100円別途必要) と健康の森タオルを進呈!

各6枚綴り

大人 3,070 円

高齢者 2,450 円

小人 1,230 円

替わり湯



本物の菖蒲を浴槽に浮かべます

5/4 ** • 5/5 **



ふれあいヨシャ

県内で活躍している 団体によるコンサート。

コンサート来場者全員に もれなく温泉入浴利用



会場 1階交流ホール

時間 開場 13:30 開演 14:00

無料

(目) 微風バラエティショー 出演:企画ボランティア微風

八一モニカ 出演: ラティーノ・フクイ・アルモニカ

6/12 コカリナ 出演: ふくいコカリナアンサンブル

6/26 コーラス 出演:清水混声合唱団

歳事、イベントなどに健康の森はいかがですか?

団体利用のご案内

けんこうスポーツセンタ-

各種教室指導 行っています

20 名以上の団体の場合

入館料:大人490円 小人210円













※講師料等が必要となる場合があります。※詳しくはスポーツセンターまでお問合わせください。

生きがい交流センター

送迎バス付き!

●定員 20 名~ ●要予約(10 日前まで) ●火~金





のんでリ温泉



ご利用料金

お一人様 1,800円

※地域によりお迎え時間、お送 り時間が異なりますのでご相 談ください。詳しくは生きがい 交流センターまでお問合わせ ください。











⇒ ふくい健康の森 施設開館情報



県民健康センター

〒910-3616 福井県福井市真栗町 47-48

☎ 0776-98-8000/FAX 0776-98-3502 kenmin@fkenkan.or.jp

利用時間 8:30~17:00

4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		

5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		
22 29	30	31						

			6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
5 12 19 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

2 0776-98-8020/FAX 0776-98-4020 kenspo@fkenkan.or.jp

利用時間 の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

温水プール 利用休止の お知らせ

温水プールは6月22日~6月30日まで、水の入れ 替え清掃のため利用休止とさせていただきます。 ※けんこうスポーツセンターは通常通り開館

温水プール

ヨーク	火水	木	金	土
			1	2
4 5	5 6	7	8	9
1 1	2 13	3 14	15	16
8 1	9 20	21	22	23
	6 2	7 28	29	30
	1 1 8 1	1 12 13 8 19 20	1 12 13 14 8 19 20 21	1 12 13 14 15 8 19 20 21 22

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
8 15 22 29	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

6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			

生きがい交流センター

〒 910-3616 福井県福井市真栗町 47-51

2 0776-98-5801/FAX 0776-98-5804 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

温泉施設 利用休止の お知らせ

2階温泉施設は6月21日~6月24日まで、 保守点検のため利用休止とさせていただきます。

※1階専用利用施設は9:00~17:00まで利用可能

温泉施設利用停止

4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	

5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		
22 29	30	31				4		

6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				
			9					





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25分

駐車場

普通車 250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



「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/ftb)

「まちかど県政」 (日曜11:45~11:50/ftb 16:55~17:00/FBC)



「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)



公益則國法人福井県健康管理協会

http://fkenkan.or.jp/

ふくい健康の森



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。