

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 婦人の健診日

4月							5月							6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					6	7	8			1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30			
							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 ●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) 温水プール供用停止(けんこうスポーツセンターは開館)

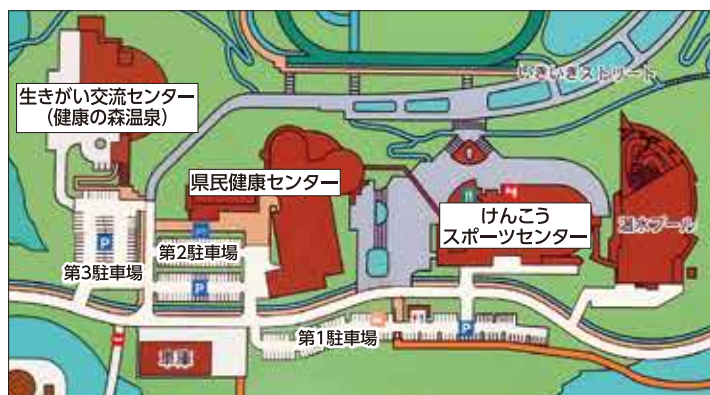
4月							5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3							1			1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
25	26	27	28	29	30		23	24	25	26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

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)
営業のご案内 温泉設備機器の不具合により臨時休館の場合もありますので、詳細はホームページでご確認ください。

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



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4日曜) 「朝だよ!ハピネスふくい」(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) 「GO! ゴー! ふくい」 (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
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.52

2021年 4・5・6月

2021年3月25日発行
編集・発行/ 公益財団法人 福井県健康管理協会

最新鋭のデジタル乳房検診車が
加わりました



ふくい健康の森
LINE 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



コラム

今年度は
是非、がん検診を
受けましょう

福井県健康管理協会・県民健康センター所長
松田 一夫

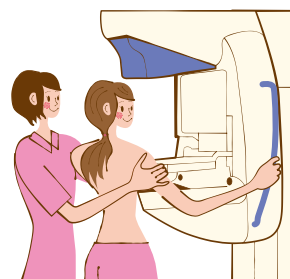
今年度は是非、がん検診を受けましょう

福井県健康管理協会・県民健康センター所長 松田 一夫

昨年度は、新型コロナウイルス感染の影響を受けて、がん検診とりわけ集団検診の受診者数が激減しました。集団検診ではなく医療機関での個別検診を受けた方もいますが、がん検診の受診者数は最終的に前年度の7割程度にとどまっています。受診者数が減った理由としては、集団検診の予約人数を減らしたことが第一に挙げられますが、感染の危険を恐れて受診を控えた人が少なくなかったと思われます。そこで心配されるのは、がん発見の遅れです。海外からは、がんの治療開始が遅れて、がん死亡が増えているとの報告が相次いでいます。

個別検診機関はもとより、集団検診会場においても検温や体調確認、手指消毒、3密(密閉、密集、密接)を避け、検診車内の換気など、感染予防を徹底しています。がん検診を受けても新型コロナウイルス感染の危険性が高まることは決してありません。

がん検診の対象年齢と検診間隔は、右の表の通りです。**重要なことは、決められた間隔で繰り返し受けること、「要精密検査」の通知が届いたら必ず受けることです。**



先にごがん検診を受けないことによる危険性について述べましたが、精密検査を受けないのはもっと危険です。

また、がん検診後に乳房のしこりや不正出血、肛門出血などの**自覚症状が現れた場合には、次の検診を待たずに医療機関で診察を受けることも大切です。**

ご自分の命を守るため、今年度は家族そろってがん検診を受けましょう。

がん検診の対象年齢と検診間隔

	対象年齢	検診間隔
肺 大腸	40歳以上	1年に1回
胃 (X線、内視鏡)	50歳以上 (X線検査は40代で 受けられる市町も)	2年に1回
子宮頸	20歳以上	
乳	40歳以上	



最新鋭のデジタル乳房検診車が加わりました

公益財団法人JKAの2020年度の「検診車の整備(婦人検診車)」事業として採択され、競輪の補助金の交付を受けて、新しい乳房検診車を導入いたしました。

最新鋭のデジタル乳房撮影用装置を搭載しており、この装置で撮影した画像は、アナログシステムの画像に比べて高画質な画像となり、早期の乳がんで見られる特徴も鮮明に映し出すことができます。



デジタル乳房撮影用装置



車内はフラットな床面で、待合室や撮影室も広々としており、受診者にやさしい仕様となっております。

車体外装は、KEIRINシンボルマーク“GIRLS KEIRIN”のマークを車両の両側面部および後部に貼付しています。

令和3年4月の検診より本格稼働となり、乳がんの早期発見を目指して、県民の健康増進に寄与してまいります。



けんこうスポーツセンター

第1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。

4/1(木)～6/30(水)

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)

都合の良い時間に
週2～3回
の頻度で!!

定員／30名※先着申込締切
受講料／13,600円(65歳以上／11,080円)
※施設利用料等込
※個別トレーニングは実施しません。
準備物／運動の出来る服装・内履きシューズ

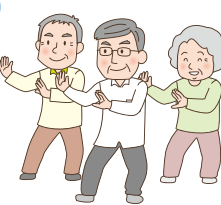
**スポーツセンター
利用無料券進呈**
(翌営業日から1ヶ月有効)

第1期 太極拳教室 全12回

ゆったりとした呼吸や優雅な動きの中で、姿勢をよくしたり、足腰を強くする要素の運動を行います。

4/10(土)～6/26(土)

場所 エアロビクススタジオ
時間 15:00～16:00
対象 高校生以上(初心者、初級者)



**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)

定員／25名※先着申込締切
受講料／8,500円(開催期間定期保持者／6,000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

※コロナ感染状況により、変更になる場合も御座います。ご了承ください。マスクの着用もお願い致します。

第1期 キッズダンス教室 全12回

HIPHOPの基礎的な技術を習得し、かっこよく踊れるように指導します。ダンスを始めたいというお子さんにオススメです。

4/9(金)～6/25(金)

場所 エアロビクススタジオ
時間 18:25～19:25
対象 初めてダンスをしてみようと思う小学生(初心者、初級者)

**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)

定員／20名※先着申込締切 受講料／6,000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

第1期 フラダンス教室 全12回

ハワイアン音楽に合わせて踊る初級レベルのフラダンスを指導します。

4/10(土)～6/26(土)

場所 エアロビクススタジオ
時間 19:00～20:00
対象 高校生以上(初心者、初級者)



**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)

定員／25名※先着申込締切
受講料／8,500円(開催期間定期保持者／6,000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

健康の森温泉 生きがい交流センター

営業のご案内 温泉設備機器の不具合により臨時休館の場合もありますので、詳細はホームページでご確認ください。

入湯税の税率改定に伴い入浴料金が変更になります

改定日 令和3年 **4/1(木)** **入湯税の税率** 入浴1人1回について150円(旧:100円)

回数券のご利用について

改定前に温泉で購入した回数券はご利用時に50円が必要です。回数券はスポーツセンターとの共通ご利用が出来なくなります。

開館時間 9:00～21:00
入浴時間 10:00～20:30(最終受付20:00)

お部屋のご利用案内

家族や友人で貸し切ってゆっくりお過ごし頂ける小さな畳のお部屋、また研修会、木工などの創作活動にご利用いただけるお部屋もあります。



県民健康センター

健康講座 無料

健康づくりに関する旬な話題、正しい情報をお話します。

場所 2階 大研修室
時間 15:00～16:00



4/17(土) コロナ太りとコロナフレイルそしてコロナうつ **講師** 田中医師

5/8(土) 感染症の予防策 ～ワクチンの効果を含めて～ **講師** 松田医師

6/12(土) ストレスを和らげるマインドフルネス **講師** 田中医師

※コロナ感染状況により、変更になる場合も御座います。ご了承ください。マスクの着用もお願い致します。