

健康の森 通信

Vol.57



マスクを
しよう!!

2022年 7・8・9月

2022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

県民健康センター

※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。マスクの着用をお願い致します。

夏の高血圧予防教室

夏に血圧が上がる仕組みと対策を紹介します。

8/28日 場所 2階 大研修室 時間 13:30~15:10

対象 高血圧予防に関心のある方 申込期限 8月23日(火)

定員/20名※先着申込締切 受講料/500円

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

講師 松田医師、田中医師

7/9 (土) 腸内環境を変えれば、あなたが変わる? ミニ講座 腸を整える食事(腸活)

8/13 (土) 手足のしびれで疑う病気 ミニ講座 しびれに効く栄養素ってあるの?

9/10 (土) がんは遺伝するか? ミニ講座 がん検診を受けよう!

定員/25名※先着順 受講料/無料

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

9/25日 ●ポールウォーキング体験 ※雨天時は屋内での体力測定、ヨガに変更となります。
●青空ヨガ

時間 13:30~15:30 対象 一般成人

講師 NPO法人生涯体育学習振興機構 申込期限
ヨガインストラクター、健康運動指導士 9月20日(火)12:00

定員/25名※先着申込締切 受講料/500円

準備物/ヨガマット・レジャーシート(ご自身の物がある方のみ)、
飲料水、タオル、雨天時用の室内用運動靴、運動しやすい服装・靴、帽子

ふれあいコンサート

7/17日

出演団体 ぱすてる

場所 健康の森温泉
交流ホール

時間 14:00~
(整理券配布13:00~、開場13:30)

定員/80名※先着順

認知症 研修会

認知症を予防するための基礎知識をお話します。

場所 健康の森温泉
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
管理栄養士 田中あゆみ氏

定員/25名※先着順 受講料/無料

けんこうスポーツセンター

※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。
マスクの着用をお願い致します。

第2期 3ヶ月減量講座

都合の良い時間に
週2~3回
の頻度で!!

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。

7/1金~9/30金

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)

定員/45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
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
※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ふりを作っていくクラスです。

7/1金~8/26金

場所 エアロビクススタジオ

時間 18:25~19:25

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
※翌営業日から1ヶ月有効

健康の森温泉 生きがい交流センター

※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。
入浴時以外はマスクの着用をお願い致します。

ラッキーくじ付! 回数券得とくセール



敬老の日の
プレゼントに
いかがでしょうか。

**9/13火
~19(祝・月)**

期間中回数券をご購入の方に
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 ※1ヶ月有効

さらに! 抽選で回数券表紙の回数券がもらえる Wチャンス!

抽選結果発表 **9/27火~10/26水**

料金(各6枚綴り) 大人 3,450円 小人 1,250円 高齢者 2,820円

8月キッズスペース特設予定!

※詳しくはHP等をご確認ください。

場所 健康の森温泉
交流ホール

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

Twitter

Instagram

Facebook

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
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

※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

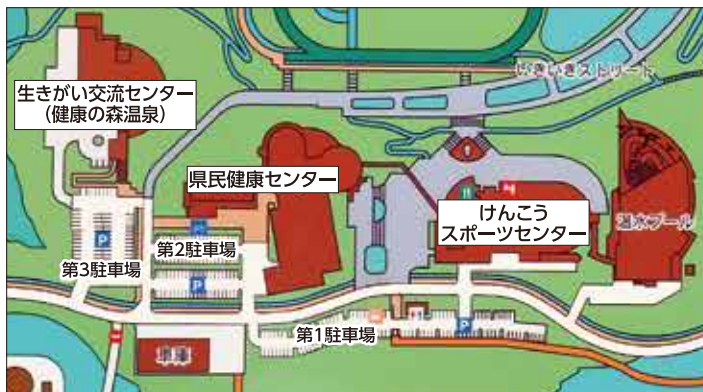
【利用時間】 ●開館時間 9:00～21:00 ●温泉利用時間 10:00～20:30(最終受付は20:00まで)

【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
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)



【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)



【GO！ゴー！ふくい】
(日曜 11:45～11:50/f t b 16:55～17:00/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

