

健康の森 通信

2026年4・5・6月

vol.
71



気持ちのいい日は、外に飛びだそう!!



ちびっこ広場



BBQ 広場(予約制)



ふくい健康の森 MAP

ご案内

温泉施設について

源泉設備の故障により、現在、福井県発注の源泉揚湯ポンプ等更新工事が実施されています。このため、工事完成までの間、沸かし湯での営業となっております。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

温泉施設等の供用停止について

6/23 (火)～ 6/26 (金)の期間中は、保守点検等のため生きがい交流センター 2階の温泉施設、くつろぎの間、教養娯楽室、音楽健康室の供用を停止します。

温水プールの供用停止について

6/23 (火)～ 7/3 (金)の期間中は、保守点検等のため温水プールを全面供用停止します。

木の湯



土の湯



福祉の湯

電動昇降リフト付

※事前予約制

石造りの「土の湯」、
自然木を活かした「木の湯」が
男女週替わりで堪能できます。

ふれあいコンサート

4/5日

バンド シンジバンド

70年代フォークからJポップ、洋楽までジャンルを問わず楽しい音楽を！

5/17日

三重奏 福井つぐみ音楽団

バイオリン、ビオラ、チェロによる弦楽三重奏をお楽しみください。

6/14日

落語オペラ『目黒のさんま』
市民オペラフェニックス

お客様に笑っていただくことをモットーに多数上演しています。

6/21日

ゴスペル R.S.C.

坂井市、福井市を中心に愛や喜び、癒しや感謝などをテーマにした英語、日本語の曲を歌っています。

入場無料

場所 1階 交流ホール

開演 開演 14:00~ (開場 13:30~)

※イベントの日程・内容は、変更または中止になる場合があります。ご了承ください。

information

貸館のご利用ができます。

ふれあい研修室



「ふれあい研修室」を使うのは会議だけだと思いませんか？
空手や少林寺拳法、ダンスの練習、縄跳びの練習など



使い方は無限大です

A または B : 1時間 600円

AB : 1時間 1,200円

ご予約方法・料金・利用時間など、詳細は生きがい交流センターまでお問合せください。

健康の森温泉 生きがい交流センター 開館情報

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	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				

…休館日

…温泉施設供用停止

※沸かし湯での営業期間中の料金

利用時間 生きがい交流センター 開館時間 9:00 ~ 21:00
健康の森温泉 利用時間 10:00 ~ 20:30 ※最終受付 20:00

入浴料 大人 520円 小人 250円 高齢者65歳以上 400円
障がい者(大人) 400円 障がい者(小人) 210円



上記施設は、けんこうスポーツセンターに入館いただいた皆様に、無料でご利用いただけます。
けんこうスポーツセンターには、上記の他、浴室（サウナ付き）などがあります。
入館料、入館方法の詳細につきましてはホームページでご確認ください。※一部、プログラムや貸出用品は有料

体力づくり教室・各種講座

けんこうスポーツセンターでは、エアロビクススタジオ、温水プール、運動フロアで体力づくり教室を開催しています。

- ▶ 気軽に楽しめるレクリエーションプログラム
- ▶ 中・上級者向けの本格的な運動 ほかに

また、運動プログラムの発行・体力測定も実施。
スケジュールなど詳細はホームページでご確認ください。

令和8年度3ヶ月減量講座 随時受付・スタート可

- ①ボディメイクコース 健康運動士が発行する運動プログラムに従い
- ②減量コース 3ヶ月間継続して運動を実施します。

日程	都合の良い時間に週2~3回でもOK!!
受講料	受講料/15,600円（高齢者/13,080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
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）



information

けんこうスポーツセンター・健康スポーツ公園では、専用利用ができます。



エアロビクススタジオ
大きな鏡があるので、ダンスの練習などに最適!
1時間 **650円**



運動フロア（半面）
バスケットボールやバレーボールなど、多目的に使えます。
1時間 **890円**



400mトラック
昨年の改修により綺麗に整備されました。大会前の練習にもおすすめです。
1時間 **860円**

ご予約方法・料金・利用時間など、詳細はけんこうスポーツセンターまでお問合せください。

けんこうスポーツセンター 開館情報

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	31	25	26	27	28	29
					30	

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	7/1	2	3	4

☐…休館日 ☐…温水プール供用停止

利用時間	日・祝日以外		日・祝日	
	けんこうスポーツセンター	9:00~21:00	9:00~18:00	
温水プール	10:00~20:30	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	※スケートパークは別料金				
	大人	630円	小人	250円	高齢者65歳以上
	障がい者(大人)	310円	障がい者(小人)	120円	
	※けんこうスポーツセンターの入館料				

4/11(土)・5/9(土)・6/13(土) 健康講座

健康づくりに関する旬な話題、正しい情報をお話しします。
講義の冒頭にはテーマに沿ったミニ講座を15分開催します。(医療スタッフ)

- 講師** 松田医師、田中医師、山内医師
開催日 4/11(土) レジリエンストレーニング：立ち直る力をつける生活習慣
 5/9(土) 運動で薬を減らせる体づくり
 6/13(土) 都道府県の長寿ランキング：福井県は？
時間 15:00～16:00
場所 2階大研修室 **受講料** 無料

5/24(日) 体の若返りポイント測定会&新緑ウォーク

- ・体の若返りポイント測定会 (体力測定、3D動作解析)
- ・新緑ウォーク (雨天時は傘をさしてのウォーキングを行います)

- 講師** 県民健康センター健康運動指導士
開催日 令和8年5月24日 日曜日
時間 13:30～15:30 (受付13:00～)
場所 県民健康センター **受講料** 500円
定員 20名 ※要予約・先着申込締切
準備物 飲料水、室内用運動靴、タオル、運動しやすい服装・靴、帽子、雨天時傘などの雨具
申込締切 5/19(火) 12時
 申込方法：申込フォームまたはお電話



申込フォーム

デジタル乳がん検診車が完成しました

一般財団法人日本宝くじ協会による社会貢献広報事業の助成を受け、新たなデジタル乳房X線撮影装置を導入いたしました。

最新鋭のデジタル乳房X線撮影装置を搭載し、高画質な画像が得られ、乳がんの発見に繋がる精度の高い乳がん検診が可能となりました。車内の更衣室は個室を設け、プライバシーに配慮した作りとしています。

また、車いす利用の方にも安心して受診いただけるよう、初めて昇降用リフトを備えています。

今後は、福井県全域で地域の皆様の健康増進に貢献すべく活用してまいります。



6/28(日) 栄養教室 ヘルシー編 煮込まないスープ～10分で完成！暑い夏でも栄養たっぷり食べやすいスープ～

猛暑が続く夏でも栄養はしっかり摂りたい。

長時間煮込まないから栄養素の損失は最小限で抑えられる食べやすいスープを紹介します。今年の夏は煮込まないスープで乗り切ろう！

- 開催日** 令和8年6月28日 日曜日
時間 13:30～15:30 (受付13:00～)
場所 2階栄養教室 **受講料** 1,300円
定員 15名 ※先着申込締切
準備物 エプロン、三角巾、タオル、マスク、筆記用具、飲料水、タッパーなどの持ち帰り容器
申込締切 6/24(水)

県民健康センター 開館情報

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

ご利用時間 8:30～17:00

☐…休館日

☐…女性の健診日



FOLLOW ME!!
Instagram

はじめました!



健康の森温泉
けんこう
スポーツセンター

県民健康センター



交通案内	京福バス 清水グリーンライン 清水プラント3から車約7分	北陸自動車道 福井ICから車約35分 鯖江ICから車約25分
	ハピラインふくい線 福井駅から車約30分 鯖江駅から車約20分	
無料駐車場 普通車 600台 / 大型車 10台		

ふくい健康の森

<https://kenmorifukui.com/>

休館日、利用方法などは変更することがあります。HPをご確認ください

