

健康の森 通信

2026年 10・11・12月

vol.
73



高い空の下で 紅葉も温泉も楽しもう



BBQ 広場(予約制)



テニスコート(予約制)



木の湯 露天風呂

ご 案 内

温泉施設について

福井県発注の「温水ヒーター等更新工事」および「源泉揚湯ポンプ等更新工事」の完成に伴い、生きがい交流センター2階の温泉施設、くつろぎの間、教養娛樂室、音楽健康室の利用を9月1日から再開しました。

なお、温泉施設は天然温泉でご利用いただけます。長期間にわたり多大なるご不便とご迷惑をおかけし、心よりお詫び申し上げます。

スポーツ施設の運動フロアの利用制限について

福井県発注の運動フロア照明設備改修工事等に伴い、10月6日から来年5月31日まで2階運動フロアがご利用いただけません。

なお、200mトラックの利用の可否については協議中であり、決まり次第、ホームページ等でお知らせします。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

健康スポーツ公園について

健康スポーツ公園内の各施設の取扱いは次のとおりですので、ご注意ください。

- ・11月 コートハウスの開館時間は9:00～17:00
- ・12月～2月 コートハウスとバーベキュー広場は閉鎖
- ・12月～2月 テニスコート、400mトラック、多目的運動広場の予約は当日のみ受付（積雪時の利用不可）



ふくい健康の森 MAP

土の湯



木の湯



福祉の湯

電動昇降リフト付

※事前予約制

弱アルカリ性の泉質で「美人の湯」として親しまれる日帰り温泉施設。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。

スケートパーク



温水プール



400mトラック



ふれあいコンサート

10/11日

エレキバンド かわだベンチャーズ
バンドを組んで 49 年。毎年、健康を気にしながらコンサートを楽しんでいます。

11/8日

コカリナ ふくいコカリナアンサンブル
活動 17 年です。コカリナのあたたかな音色が似合う音楽を中心に演奏します。

12/13日

ギターとキーボード Major7
男女 2 人組のユニット。小学校・福祉施設などで年齢に関係なく楽しめる音楽を演奏します。

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。

紅葉の健康森さんぽ

桜の紅葉コース

所要時間 約 30 分
距離 2.0km

色鮮やかに染まった桜並木の紅葉を楽しみながら、歩道を歩くコース。



ふくい健康の森には、イチョウや桜、カエデなど多くの落葉樹があります。足元には落葉の絨毯が広がり、色々な種類のどんぐりが顔をのぞかせます。気持ちのいい青空の下、お散歩しながら四季の移ろいをお楽しみください。

イチョウ並木コース

所要時間 約 30 分
距離 2.0km

黄金に輝く「いちょう並木」を走り、秋を存分に感じられる、ゆったりお散歩コース。

温水プールは一年を通じてご利用いただけます
25m プール、屋内流水プール、ウォータースライダー、幼児用プールが楽しめます。

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 ほかも、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 ②減量コース

健康運動士が発行する運動プログラムに従い 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 運動のできる服装・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な方 (18歳以上)
お問い合わせください

健康の森温泉 生きがい交流センター・けんこうスポーツセンター 開館情報

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

…休館日 年末年始の休館日 令和 8 年 12 月 28 日～令和 9 年 1 月 4 日

利用時間	けんこうスポーツセンター	日・祝日以外		日・祝日	
		9:00～21:00		9:00～18:00	
入館料	温水プール	10:00～20:30		10:00～17:30	
		9:00～18:00		9:00～21:00	
入館料	健康スポーツ公園	630 円		250 円	
		高齢者 65 歳以上 500 円		障がい者 (大人) 310 円	
入浴料	スケートパーク	670 円		250 円	
		高齢者 65 歳以上 550 円		障がい者 (大人) 550 円	
利用時間	健康の森温泉 利用時間	9:00～21:00		10:00～20:30	
		※最終受付 20:00		※最終受付 20:00	
入浴料	健康の森温泉 利用時間	670 円		250 円	
		高齢者 65 歳以上 550 円		障がい者 (大人) 550 円	
入浴料	健康の森温泉 利用時間	670 円		250 円	
		高齢者 65 歳以上 550 円		障がい者 (大人) 550 円	

※小人、障がい者(小人)の 12 歳～中学生は別途入湯税 150 円が必要です。

10/10㊦・11/14㊦・12/12㊦ 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。

- 講師** 松田医師、田中医師、山内医師 ミニ講座講師 保健師等
開催日 10/10(土) 高齢者で増加中の乳がん：予防と早期発見のポイント
 11/14(土) 寒くなると危険 高血圧と上手につきあう方法
 12/12(土) がん診療における遺伝子解析
時間 15:00～16:00
場所 2階大研修室 **受講料** 無料

12/12㊦ 『栄養教室 ヘルシー編』 ふくいの郷土料理

福井と言えば…! の食材を使った料理を紹介します。

- 講師** 福井市食生活改善推進員
開催日 令和 8年 12月 12日 土曜日
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 ※要予約・先着申込締切
準備物 エプロン、三角巾、マスク、タオル、筆記用具、飲料水
申込締切 12/9(水)



10/17㊦ リレー・フォー・ライフ・ジャパン 2026 ふくい

がん患者やその家族を支援し、がん向き合い、がん征圧を目指す
チャリティイベントを行います。詳しくはHPをご覧ください。

- 開催日** 令和 8年 10月 17日 土曜日
時間 10:00～20:00
場所 福井市中央公園



11/22㊦ 健康力アップ教室

一生歩けるカラダをつくる 今日から始める貯筋術

健康や体力維持のために今日からカラダの貯筋を始めませんか?
コツコツ貯める貯筋のコツを講義・実践・調理実習を通して学びます。

- 開催日** 令和 8年 11月 22日 日曜日
時間 13:30～16:00 (受付 13:00～)
場所 県民健康センター **受講料** 500円
対象 筋力UPに関心のある方
定員 20名 ※要予約・先着申込締切
 (電話・窓口または申込フォームより)
準備物 筆記用具、タオル、飲料水、
 運動しやすい服装・靴、
 エプロン、三角巾
申込締切 11/18(水) 17時



10/1㊦・2㊦ ピンクリボンライトアップ

10月は乳がん月間です。乳がんの早期発見・早期治療の大切さを
知ってもらい、乳がん検診の大切さを発信するために、ピンク
リボンのシンボルカラーにちなみ、AOSSAを「ピンク」に
ライトアップします。

- 日時** 令和 8年 10月 1日 木曜日 ・ 2日 金曜日
 <ライトアップ時間>
 1日: 18:00～22:00
 2日: 17:30～22:00
場所 A O S S A



県民健康センター 開館情報

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

ご利用時間 8:30～17:00

…休館日 …女性の健診日

年末年始の休館日 令和8年12月29日～令和9年1月4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



@KENMORI_KENSHIN

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
 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
 北陸自動車道 福井ICから車約35分
 鯖江ICから車約25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

