



# さんぽみち 7



令和8年6月11日発行

E-mail hamashigou-cc@city.fukui-sakai.lg.jp 三国町下野58-16 TEL/FAX 0776-81-3001



浜四郷地区まちづくり協議会 総務安全部会

## エネルギー探検in三国

【近隣にある企業から  
くらしを支えるしくみを見に行こう！】

日時：7月4日(土) 午前8時50分

浜四郷コミュニティセンター集合

行先：福井石油備蓄(株)

北電施設 太陽光・風力発電 ほか

※詳しくは同日配布のチラシをご覧ください。



## 招魂祭のご案内

浜四郷地区の招魂祭が行われます。  
地区の皆さま方には、多数お参りしていただき  
ますよう、お願いいたします。

- 日時：7月10日(金) 午前11時～
- 場所：浜四郷コミュニティセンター  
多目的ホール

本年度は神式にて執り行います。



## 【夏休み子ども教室】

～開催のおしらせ～



今年も夏休み子ども教室を行います。  
写生教室やキーホルダーづくりなど、楽し  
い教室を企画しています！

また、居場所づくりも行っておりますので  
みなさんふるってご参加ください。

※詳しくは学校から配布されるチラシをご覧ください

熱中症予防



涼み処  
さかい

熱中症予防のため、坂井市内の公共施  
設や民間事業所に、暑さを避ける場所  
(クーリングシェルター)を設置します。  
「熱中症特別警戒アラート」が発生された  
時に開放しますので、どうぞお気軽にご  
利用ください。

【問合せ先】坂井市環境推進課  
50-3032

←この旗が目印です！

## ☆コミセン講座の様子☆



### 【おやすみ前のやすらぎヨガ】

5/14(木)～全7回

ゆったりとした呼吸とやさしい動きに合わせて身体  
をほぐし、心身ともにリラックスできる時間を過ごし  
ています。皆さん熱心に取り組まれ、日々の疲れを癒  
しながら、健康づくりを行っています。



### 【和菓子アラカルト講座】

5/22(金)～全3回

初回は柏餅づくりに挑戦しました。餅をこねる作業  
に悪戦苦闘しながらも、みなさん一生懸命取り組み  
最後にはおいしそうな柏餅ができあがりしました。和や  
かな雰囲気の中、楽しい講座となりました。





こしの医院  
越野 雄祐先生の

## ～健康コラム～



今回も高齢者用肺炎球菌ワクチン接種についてです。前回のこの欄で、今年度からより有効性の高い新しい肺炎球菌ワクチン(プレベナー20)が公費助成の対象になったというお話をさせていただきましたが、実は最近さらに新しい肺炎球菌ワクチンが市場に上梓されました。名前はキャップボックス(PCV21)と言います。このワクチンの最大の特徴は、侵襲性肺炎球菌感染症(より重症型の感染症)を引き起こすとされる肺炎球菌の血清型の実に8割以上をカバーしているということです。これがプレベナー20では、7割程度とされています。つまりキャップボックス(PCV21)はプレベナー20(PCV20)よりもより幅広く効果があるとされているのです。

より早く発売された関係から、公費負担の対象になったワクチンはプレベナー20でしたが、将来的にはキャップボックスも公費負担の対象に加えられることも予想されます。専門家はまずキャップボックスを接種してから、ある程度期間をおいてプレベナー20を接種すれば、より効果的だと言っています。公費負担の場合は、65歳になると自治体から接種券が届きますが、キャップボックスにはその制限がありません。ただ自費での接種になります。目安は1回15000円前後です(医療機関によって異なります)。接種は生涯1回のみでよいとされています。高齢者の場合、肺炎になるリスクは常にあり、特に基礎疾患をお持ちの方はさらにそのリスクが高くなります。一度かかりつけ医の先生に相談してみてもいいでしょうか。

### 【7月 浜四郷コミセン・臨海体育館予定表】

日	曜	コミュニティセンター	臨海体育館	日	曜	コミュニティセンター	臨海体育館
1	水	やさしいヨガ カラオケ愛好会		16	木		ファミリーバドミントン
2	木		ファミリーバドミントン	17	金		
3	金			18	土		スプリングクラブ
4	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ	19	日	休館日(第3日曜日)	
5	日			20	月	休館日(海の日)	
6	月			21	火	音楽・体操いきいき教室 ボールペン筆ペン講座	
7	火	音楽・体操いきいき教室 ボールペン筆ペン講座		22	水	夏休み子ども教室 居場所づくり	
8	水			23	木	コミセン講座 おやすみ前のやすらぎヨガ	ファミリーバドミントン
9	木	コミセン講座 おやすみ前のやすらぎヨガ	ファミリーバドミントン	24	金	コミセン講座 和菓子 アラカルト	
10	金	招魂祭		25	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ
11	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ	26	日		
12	日			27	月		
13	月			28	火		
14	火			29	水	夏休み子ども教室 居場所づくり	
15	水	やさしいヨガ		30	水	夏休み子ども教室 居場所づくり	
※予定を変更する場合がございます。ご了承ください。				31	金		



暑い日が続きます。熱中症にならないよう、こまめに水分や塩分を摂りましょう。