



さんぽみち 5

令和8年4月9日発行

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



♪音楽・体操いきいき教室♪ はじまります！



楽しい体操で健康生活を送りましょう☆

☆日 時 令和8年5月26日(火)～
第1・3火曜日 午後1時30分～3時
☆場 所 浜四郷コミュニティセンター

【問い合わせ先】坂井市高齢福祉課 TEL:50-3040

松の再生事業(松の防除)

センチュウによる松枯れ被害を食い止めるため、今年も引続き防除剤散布を予定しています。



・5月30日(土)
(予備日)・5月31日(日)
早朝4時～8時ごろまで



※天候や諸事情により変更する場合があります。

防除剤散布実施場所には近づかないでください！



いつまでも
残そう 守ろう まつばやし



スマホよろず相談所



開催日 : 6月17日(水)
場 所 : 浜四郷コミュニティセンター
内 容 : マンツーマンによる個別相談
相談時間 : お1人様 30分(10時～16時 ※12時～13時は除く)



電話もしくはWEBの予約専用フォームにてお申込みください

予約優先 ☎090-8186-5658 受付時間:10:00～16:00 (土・日・祝・年末年始を除く)



予約なしでも相談できますが、予約の方優先になります

はじめまして！

なかわき かずき
中脇 和希 です



ご挨拶

よろしく
お願いします

3月30日付で三里浜駐在所に赴任しました。趣味は、筋トレ、サッカーです。近くに海があるので、釣りを始めたいと思っています。

地域の安全・安心のため、皆さまに寄り添った活動を心がけていきたいと思っています。お困りごとや気になることがありましたら、どうぞお気軽にお声かけください。

人事異動のお知らせ



<異動挨拶>

4月1日の異動により、新保コミュニティセンターで勤務することになりました。浜四郷地区の皆さまには大変お世話になり、心より感謝申し上げます。浜四郷コミセンで過ごした3年間は、お陰さまで、ただただ楽しく、とても有意義な時間でした。皆さまと関わったことは、私の宝物です。今までありがとうございました。

コミュニティセンター主事 魚谷 啓子

<新任挨拶>

この度の異動により、浜四郷コミュニティセンターで勤務することになりました。分からないことも多くご迷惑をおかけしてしまうこともあると思いますが、楽しいコミセンになるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

コミュニティセンター主事 金崎 千鶴



こしの医院

越野 雄祐先生の

～健康コラム～



教えて
こしの先生！

今回は高齢者インフルエンザワクチン接種についてです。2026年10月1日から高用量インフルエンザワクチンというものが定期接種化される予定です。国内ではサノフィ株式会社の「エフルエルダ®筋注」が承認されています。従来の標準的なワクチン(標準用量)に比べて4倍の抗原量を含んでおり、免疫機能が低下しやすい高齢者において、より高い発症予防・重症化予防効果(特に入院リスクの低減)が期待されています。これは75歳以上の高齢者に対して定期接種化(料金の補助がある)される予定です。65歳から74歳の方に対しては、従来のインフルエンザワクチンが今までどおり補助されると思います。

ただ65歳～74歳の方が高用量インフルエンザワクチン接種を希望する場合は実費になると思います。この高用量インフルエンザワクチンの自己負担金は今までよりも少し高くなるかもしれません。ただ効果は従来よりも高くなるので接種を積極的に考えてください。ワクチンの安全性については高用量インフルエンザワクチンは標準用量インフルエンザワクチンよりも局所反応や筋肉痛、頭痛、発熱などの全身性の有害事象の頻度が高い傾向にありますが、軽度から中等度の一過性のものが多く、また重篤な有害事象の頻度は同等であり、重大な懸念は認められないとされています。



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	金			16	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ
2	土		スプリングクラブ	17	日	休館日(第3日曜日)	
3	日	休館日(憲法記念日)		18	月		
4	月	休館日(みどりの日)		19	火		
5	火	休館日(こどもの日)		20	水		
6	水	休館日(振替休日)		21	木		ファミリーバドミントン
7	木	カラオケ愛好会	ファミリーバドミントン	22	金	コミセン講座 「和菓子アラカルト講座」	
8	金			23	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ
9	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ	24	日		
10	日			25	月		
11	月			26	火	音楽・体操いきいき教室 ボールペン筆ペン講座	
12	火	ボールペン筆ペン講座		27	水	やさしいヨガ	
13	水	やさしいヨガ		28	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
14	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	29	金		
15	金			30	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ
※予定を変更する場合がございます。ご了承ください。				31	日		