

健康づくりは、ウォーキングと省塩から始めよう

しょう えん

〇歩くことは健康維持・改善への第一歩!

ウォーキングは年齢を問わず、誰でも手軽に取り組むことができます。生活習慣病の予防やストレス解消にも効果があるとされています。



「はぴウォーク2026」スプリングチャレンジ 参加者募集中! ㊦

目標歩数を達成した方全員に、ふくいのはぴコイン500円分(65歳以上の方は1,000円分)をプレゼントします。(8月下旬に付与予定)

参加方法/①歩行計測アプリをインストール

②募集期間中に、専用サイトから必要事項を入力

応募締切/5月31日(日) 活動期間/6月1日(月)~6月30日(火)

☎ はぴウォーク2026専用コールセンター TEL:0776(50)7661



詳細はこちら

〇取り組もう!「省塩」

しょう えん

「省塩」とは、減塩を前向きに捉えられるよう、「省エネ」とかけた福井県オリジナルの言葉です。食塩を取りすぎると、高血圧や動脈硬化、脳卒中などの病気のリスクが高まります。日常生活の中に省塩を取り入れましょう。



※ふくい省塩プロジェクト「省塩」ロゴ



詳細はこちら

福井県民の1日の平均食塩摂取量(20歳以上)は男性11.9g、女性9.9gと、目標量(男性8g未満、女性7g未満)を大きく上回っています。

(令和4年度県民健康・栄養調査)



省塩のコツ

- ・汁物は具たくさんにしてうま味を生かす
- ・香味野菜を味のアクセントに活用
- ・めん類のスープはなるべく残す
- ・省塩の商品を選ぶ

「ふくい100彩ごはん」を食べて省塩にチャレンジ!

県では、塩分控えめでバランスの取れた定食・弁当・惣菜等を「ふくい100彩ごはん」として認証しています。認証店のメニューを選んで省塩生活を始めましょう。



詳細はこちら

☎ 健康政策課 TEL:0776(20)0352

働く

名古屋・大阪で学生向け 合同企業説明会を開催します ㊦

午前には先輩社会人とのグループトーク、午後には合同企業説明会を開催します。

日時・場所/
大阪:6月7日(日)10:30~16:00
OMMビル 2階Bホール
(大阪市中央区)

名古屋:6月14日(日)10:30~16:00
JPタワー名古屋ホール&カン
ファレンス(名古屋市中村区)

対象/大学生等
☎ 固定住促進課 TEL:0776(20)0638



大阪開催の詳細はこちら



名古屋開催の詳細はこちら

ご案内

海外クルーズ客船「ハンセアティック・インスピレーション」が敦賀港に寄港します

クルーズ船で福井に来られる外国人観光客の方々と一緒にのお出迎え、お見送りしましょう。



日時/6月7日(日) 入港:12:45 出港:18:45(予定)
場所/敦賀港鞠山南岸壁(敦賀市金ヶ崎町)
☎ 成長産業立地課 TEL:0776(20)0365

海ごみに関するアンケートにご協力ください

海ごみに関する県民意識調査を実施します。ご回答いただいた方から3人に抽選で県産品ギフトカタログをプレゼント!

対象/福井県内にお住まいの方
回答締切/6月15日(月)

☎ 循環社会推進課 TEL:0776(20)0317



回答はこちら

中東情勢の影響を受ける中小企業の 収益力強化を支援します ㊦

中小企業の収益力強化を後押しする補助金の申請を受け付けています。採択にあたり、中東情勢の影響に対する取組みには、優遇措置(審査での加点)を設けました。

申込締切/6月5日(金)

☎ 経営改革課 TEL:0776(20)0367



詳細はこちら

省エネ住宅「ふくいエコはぴねす住宅」 の新築・リフォームを支援します ㊦

断熱性、気密性、防露性に優れ、快適・健康・経済的に暮らせる福井県独自の省エネ住宅「ふくいエコはぴねす住宅」に新築・リフォームする際の費用の一部を補助します。

補助金額/新築(最大20万円)
リフォーム(最大100万円)

☎ ふくい健康省エネ住宅推進協議会
TEL:0776(52)6666



ふくいエコはぴねす住宅



詳細はこちら

自動車税の納期限は6月1日(月)です

自動車税の納付にはスマホ決済アプリやインターネットバンキング、クレジットカードを利用したキャッシュレス納付が大変便利です。

※キャッシュレス納付を利用して、紙の領収証書や納税証明書が手元にない場合でも、未納がなければ車検を受けられます。

☎ 福井県税事務所 TEL:0776(21)8274
嶺南振興局税務部 TEL:0770(56)2223



詳細はこちら

平日・夜間のエイズ相談・検査 を実施します ㊦

6月1日(月)~7日(日)のHIV検査普及週間に合わせて、エイズ相談・HIV抗体検査を実施します。HIVは潜伏期間が長く、自覚症状がほとんどないため、感染の有無は検査を受けなければ分かりません。感染の不安がある方は、ぜひ検査を受けてください。(無料・匿名・要予約)

検査日時/6月1日(月)~3日(水)

※各健康福祉センターにより異なります。

場所/各健康福祉センター
☎ 各健康福祉センター



詳細はこちら

「地域の縁結びさん」相談窓口 をご利用ください ㊦

地域の身近な結婚支援ボランティア「地域の縁結びさん」の利用方法や地域の縁結びさんを紹介する相談窓口を開設します。

お気軽にご利用ください。(無料・要予約)

開催日時/毎週水曜~日曜・祝日 11:00~19:00
場所/地域の縁結びさん相談窓口(福井市西開発)

対象/福井での結婚を誠実に希望する
独身の方やその親

☎ 地域の縁結びさん相談窓口
TEL:0776(50)7819



詳細はこちら

省エネ家電購入応援キャンペーン を開催します ㊦

キャンペーン参加店舗で省エネ性能の高い家電を購入した方にその場で「ふくいのはぴコイン」チャージ券をお渡しします。支援額/エアコン・冷蔵庫:2万円分
エコキュート・ハイブリッド給湯器
エネファーム:4万円分

※一定以上の省エネ性能を有する等、所定の要件を満たした製品のみ対象
期間/12月31日(木)まで ※予算額に達し次第終了
☎ ふくアプリ・ふくいのはぴコイン事業事務局
TEL:0776(50)7698



詳細はこちら

いきいき消費者フォーラム2026 を開催します

八代英輝弁護士による身近な金融トラブルの対処法についての講演会や、消費生活について学べる展示、体験教室等を行います。

日時/5月31日(日)11:00~15:30

場所/AOSSA 8階県民ホール(福井市手寄)

☎ 消費者総合フォーラム・交流展実行委員会
(県消費生活センター)
TEL:0776(22)1102



詳細はこちら

第16回みどりと花の県民運動大会 ~フラワーグリーンフェア~を開催します

花や木に関する体験会やステージイベント、県産の木製品・農産物・花苗の販売をします。また、緑や花・林業に功績があった個人や団体の知事表彰を行います。

日時/6月7日(日)10:00~16:00

場所/総合グリーンセンター(坂井市丸岡町楽間)

☎ 緑と花の県民運動推進委員会
(森づくり課) TEL:0776(20)0442



詳細はこちら

フ レ ィ ド テ レ ビ	Wake Up!ふくい FBCテレビ/日曜7:00~7:30	5/17(日) 旬です! 食の国ふくいの恵み② ※FBCテレビのHPでアーカイブ配信します
	掘りだせ!ふくい人 福井テレビ/第1・3土曜17:00~17:15	5/16(土) 福井を盛り上げる プロジェクトを発掘! ※福井テレビのHPでアーカイブ配信します
ラ ジ オ	トピックスふくい	FBCラジオ 月・金/10:20ごろ 第3・5土曜/13:50ごろ
	県政スポット	FM福井 金曜/8:45ごろ
	YouTube ふく#(タグ)	福井をもっと身近に感じる 動画を公開中!
	県政広報 福のたより	5月24日(日)発行
	知事への提案便	県の施策に関するご意見や提案をお寄せください。 詳しくは「知事への提案便」検索

掲載している内容は変更や中止となる可能性があります。詳細は☎へお問い合わせください。㊦のマークがあるものは、事前申込みが必要です。㊧のマークがあるものは有料、それ以外は無料です。