



公園に咲くひまわり(昨年アイランドシティ中央)

区役所代表電話 ☎631-2131

ホームページ 福岡市東区

東区データ
 人口 321,346人(+173)
 男 156,227人 / 女 165,119人
 世帯数 156,455世帯(+188)
 令和2年7月1日現在推計(前月比)

📅=日時、期間 📍=場所 👤=対象 👥=定員 💰=料金、費用 📄=申し込み 🗨️=問い合わせ 📠=ファクス 📧=メール 🏠=ホームページ 📞=託児 🕒=持参 🕒=受付時間

高齢者乗車券

申請・交付が郵送に変わりました

窓口ではなく
郵送手続きです

市は高齢者の社会参加を促進するために交通費の一部を助成する「高齢者乗車券」を交付して

乗車券の種類等

ですが、今年度は新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、郵送で交付します。区役所等で、ご注意ください。

対象者

市に住民登録をしている満70歳以上で、市の介護保険料の所得段階区分

り異なります(左下表)。

申請方法

が1〜7の人が対象です。所得段階区分は7月に送付した令和2年度の介護保険料の決定通知書でご確認ください。

市政日より8月1日号7面に掲載の申請書に必要事項を記入の上、左下の「高齢者乗車券郵送受付センター」へ封書(切手代は自己負担)で郵送してください。市政日より8月1日号をお持ちでない人は郵送受付センターへ連絡してください。

乗車券の交付

乗車券は申請受け付け後、9月下旬以降に順次簡易書留で郵送します。

ICカードの希望者には、交付額をチャージした新たなカードを郵送します。来年度以降も使用しますので、残額がなくなっても大切に保管してください。



交通用福祉ICカード

郵送申請の流れ

- ① 申請書に記入**
申請書に必要事項を記入します
- ② 郵送**
申請書を封筒に入れ、切手を貼って郵送受付センターへ
- ③ 受け取り**
簡易書留で乗車券を受け取り(9月下旬以降、順次)



申請月と交付額 ※交付は来年9月末までに1回です

申請月	8~12月	来年1~3月	来年4~6月	来年7~9月
所得段階区分1~5の人	12,000円	9,000円	6,000円	3,000円
所得段階区分6、7の人	8,000円	6,000円	4,000円	2,000円

問い合わせ・申請書送付先

高齢者乗車券郵送受付センター

☎0120-502-633 (通話無料)

📠0120-880-219

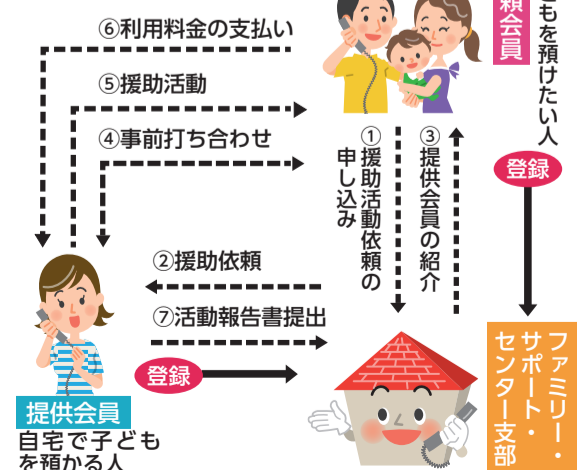
平日午前9時~午後5時

〒810-0073 中央区舞鶴二丁目5-1

ファミリー・サポート・センターの会員になりませんか

「福岡ファミリー・サポート・センター」は、地域で子育てを助け合う会員制の組織です。自宅で子どもを預かる「提供会員」になるための講習会を9月14日(月)、15日(火)、16日(水)になみきスクエア(千早四丁目)で開催します。子どもを預けたい「依頼会員」になるための講習会は随時開催しています。詳細はお問合せください。福岡ファミリー・サポート・センター東支部 ☎631-0633 📠643-8923

〈利用の流れ〉



大雨の後、短期間だけ出現した池(令和元年9月撮影)



遊歩道を渡って水辺を散策できます

このエリアは両側が海に挟まれた細い砂州。『筑前国風土記逸文』には「この地に亀ヶ池、亀栖池あり。これ志賀大神を祀る所」と記載があり、この「幻の池」に神功皇后ゆかりの亀を祀るといわれています。

さんば会では、9月27日(日)に森の池エリアを巡るガイドツアーを行う予定です。詳細は同会加藤会長(☎090-6177-9478 📠603-6200)まで問い合わせを。

歴史

歩・歩・歩さんば

ボランティアのおすすめスポット
海の中道に幻の「森の池」現る

「歩・歩・歩さんば」
城戸 重臣(68)

海の中道海浜公園(大字西戸崎)は、昭和47(1972)年に米軍から返還された博多基地の跡地に整備された国営の公園です。今年4月から、公園の一部で、これまで未公開だった「森の池エリア(約50畝)」が公開されています。

このエリアは両側が海に挟まれた細い砂州。『筑前国風土記逸文』には「この地に亀ヶ池、亀栖池あり。これ志賀大神を祀る所」と記載があり、この「幻の池」に神功皇后ゆかりの亀を祀るといわれています。

さんば会では、9月27日(日)に森の池エリアを巡るガイドツアーを行う予定です。詳細は同会加藤会長(☎090-6177-9478 📠603-6200)まで問い合わせを。



子育て教室（機中八策®）

「子どもの気持ちに理解を示す」、「できたことを褒める」など、子どもとの対話をスムーズにするための八つのコツを学ぶプログラムです。期10月7日から10月21日の水曜日午前10時～正午。全3回所なみきスクエア（千早四丁目）区内に住み、おおむね5歳から小学3年生までの子の保護者宛抽選5人無料期9月11日（金）午後5時までに電話かファクス、メールで住所・氏名・電話番号、子どもの氏名と年齢を問い合わせ先へ。区子育て支援課 ☎645-1082 631-1511 区子育て支援課 ☎645-1082 631-1511 区子育て支援課 ☎645-1082 631-1511 kosodate.HIWO@city.fukuoka.lg.jp



スタイル美UP！レッスン～40代からの身体ととのえ講座～

女性特有の心身の変化や悩みについての講話と、運動の実技指導を行います。期下表午後1時半～3時宛40～59歳の女性で、2日とも参加できる人宛先着18人宛無料期8月17日（月）午前9時以降に、電話かファクスで教室名・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号を問い合わせ先へ。区地域保健福祉課 ☎645-1088 631-2295



日程	場所	講師
9/10（木）	なみきスクエア（千早四丁目）	保健師 健康運動指導士
9/17（木）	福岡市総合体育館（香椎照葉六丁目）	健康運動指導士

うつ病予防講座

症状や治療について正しく知り、自分に合った予防法を学びます。期下表午後2時～3時半。※いずれかのみの参加も可区保健福祉センター（保健所）宛各先着25人宛無料期8月17日（月）午前9時以降に、電話で住所・氏名・電話番号を問い合わせ先へ。



日程	テーマ	講師
9/15（火）	うつ病について学ぼう	医師 松口 和憲氏
9/23（水）	人間関係で傷つきやすい方のためのうつを予防する認知行動療法	臨床心理士 中島 美鈴氏

区健康課 ☎645-1079 651-3844

子ども体操教室①②

鉄棒や跳び箱などを行います。期9月28日～12月7日の月曜日（10月19日、11月16日、11月23日を除く）①午後3時～4時②午後4時～5時。全8回所東体育館宛①年中・年長②小学1～3年生宛各抽選20人宛各5,800円期往復はがきに、教室名・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号を書いて問い合わせ先へ。8月31日（月）必着。区東体育館（〒813-0003香住ヶ丘一丁目12-2）☎672-0301 672-0302

東区公式フェイスブック「東区まるっと情報」

区公式フェイスブックページ「東区まるっと情報」では、地域の情報などを発信しています。下のコードからアクセスし、ページに「いいね」すると、自動でお知らせを受け取ることができて便利です。区企画振興課 ☎645-1012 651-5097



新型コロナウイルス感染症対策にご協力を

講座等は感染予防対策を徹底した上で実施します。密集、密接、密閉の回避、マスク着用など新型コロナウイルスの感染予防対策にご協力をお願いします。なお、感染拡大防止のため、講座等が中止になる場合があります。事前に各問い合わせ先にご確認ください。※掲載している情報は7月27日時点のものです。

保健だより

- ①健康づくり係 ☎645-1078 ②精神保健福祉係 ☎645-1079 ③母子保健係 ☎645-1077 ④医薬務係 ☎645-1081 ①～④ 651-3844 ※マスクの着用をお願いします。※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止になる場合あり。※場所の記載がない場合は、区保健福祉センター（保健所・箱崎二丁目54-27）で実施。料金の記載がないものは無料。※健（検）診は、満70歳以上と市民税非課税世帯の人などは料金が免除されます（証明書が必要）。

9月から来年3月まで、工事で区保健福祉センター講堂が使用できないため、よかドックとがん検診は、なみきスクエアで実施します。予約は、健（検）診日より土日祝日などを除く10日前までに、予約センター（平日9:00～17:00 ☎0120-985-902 0120-931-869）へ。今年度からよかドック受診には健康保険証と受診券が必要です。

内容	予約	実施日		受付時間	対象者・料金・等	区
		9月	10月			
よかドック（特定健診）	要	3（木）、23（水）	2（金）、21（水）	9:30～11:30	宛40～74歳の市国民健康保険被保険者 500円 健康保険証と受診券 ※令和2年度中（来年3月31日まで）に40歳または50歳になる人は無料	①
胃がん					宛40歳以上 600円	
大腸がん					宛40歳以上 500円	
子宮頸（けい）がん					2年度に1回受診可 宛20歳以上 400円	
乳がん					2年度に1回受診可 宛40歳以上 40歳代は1,300円、50歳以上は1,000円	
肺がん					宛40～64歳 500円 ※喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上で喀痰（かたん）細胞診検査希望者は別途700円	
結核・肺がん					宛65歳以上 無料	
胃がんリスク検査	宛35・40歳 1,000円					

内容	予約	実施日		実施時間	対象者・料金等	区
		8月	9月			
エイズ・クラミジア・梅毒検査	—	18（火）、25（火）	1（火）、8（火）、15（火）、29（火）	9:00～11:00	匿名で受けられます。検査結果は2週間後に本人に直接説明します	①
B型・C型肝炎ウイルス検査	—	18（火）	15（火）	9:00～11:00	区内に住む20歳以上で過去に検査を受けたことがない人。検査結果は2週間後に本人に直接説明します	
個別栄養相談	要	19（水）、26（水）	2（水）、9（水）、16（水）	11:00～12:00 13:30～14:30	栄養士による食事のバランスチェックや離乳食・子どもの食生活などの相談	①
離乳食教室	要	—	16（水）	11:00～11:30 13:30～14:00	宛おおむね生後9カ月～18カ月頃の子どもの保護者 宛おおむね生後4カ月～8カ月頃の子どもの保護者	
なみき離乳食教室 所なみきスクエア	要	28（金）	24（木）	11:00～11:30 13:30～14:00 14:30～15:00	宛おおむね生後9カ月～18カ月頃の子どもの保護者 宛おおむね生後4カ月～8カ月頃の子どもの保護者	試食なし
心の健康相談	要	—	8（火） 25（火）	10:00～12:00 13:30～15:30	精神科医による相談。1人30分程度	②
こころの病で悩んでいる家族のための講座	要	—	2（水）	13:30～15:00	<テーマ>統合失調症の理解③～当事者の話を聞こう～ <講師>東第3障がい者基幹相談支援センター職員他	
マタニティ相談	要	17（月）、24（月）	7（月）、14（月）、28（月）	10:00～11:30	区内に住む妊婦とその家族。妊娠・出産時の健康と育児について助産師による個別相談。1人30分程度	③
献血	—	▷8/20（木）東区保健福祉センター講堂 9:30～12:00、13:00～15:00 ▷9/11（金）香椎下原公民館10:00～12:30、13:30～15:30 ▷9/8（火）エフコープ舞松原店 14:00～16:00 ▷9/17（木）和白公民館武道場10:00～13:00、14:00～16:00				④

8月25日～31日は飲酒運転撲滅週間です

「飲酒運転は、絶対しない！させない！許さない！」を合言葉に飲酒運転をなくしましょう。区総務課 ☎645-1038 645-1127