



# ひがし



ガラスが見頃のパンパス

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** 325,599人(+277)  
 男 158,044人 / 女 167,555人  
**世帯数** 158,291世帯(+145)  
 令和3年9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

## コロナ禍のごみと資源

### 出し方のポイントを紹介します

**マスク**  
 県内の緊急事態宣言は9月末で解除されましたが、引き続き、マスクの着用など、基本的な感染防止対策の徹底が求められています。今回は、コロナ禍でよく出るごみや資源物を出す際のポイントを紹介します。

### マスク

感染防止のために使用したマスクを、燃えるごみ袋に直接入れるのはやめましょう。収集作業時にごみ袋が破れた際、マスクが飛び出し、収集作業員が感染する恐れがあります。

一度ビニール袋に入れて密封した上で、燃えるごみ袋に入れてください。また、使用済みのマスクは、一度ビニール袋に入れて密封した上で、燃えるごみ袋に入れてください。

### テイクアウト



テイクアウトやデリバリーを注文する際、食べ切れる量だけを注文し、スプーンなどの使い捨てプラスチック製品を断ると、ごみの量を減らすことができます。

やむを得ず食べ残しを廃棄する場合は、悪臭を防止するためにも、しっかりと水分を切ってからごみに出しましょう。

### ダンボール

ネットショッピングなどで、家庭にダンボールがたまっていませんか。ダンボールはごみではなく、資源物です。伝票を取り除き、紙ひもやビニールひもで十字に縛って、近くの紙リサイクルボックスに持ち込みましょう。



### マスクの出し方

①ビニール袋で密封してから燃えるごみ袋に入れる

②ごみ袋内の空気を抜き、しっかりと口を結んで収集場所へ。出した後は手を洗う

マスクのポイ捨ては絶対にしないでね

ごみ減量シンボルマーク「かーちゃん」

その他、ごみの分類や持ち出しのルールなど、詳しくはホームページ「福岡市ごみと資源」で検索をご覧ください。

**問い合わせ先**  
 区生活環境課  
 ☎645-1061  
 ☎632-8999



### 【オンライン開催】子育てビギナーズ教室

初めて赤ちゃんを育てるママ・パパを対象とした教室を、オンラインで開催します。ミニ講話や参加者同士の交流を通じて、子育ての不安や疑問を解消しませんか。

期11月15日(月)午後2時～3時半 ☎今年7月以降に生まれた第1子とその保護者 ☎先着10組 ☎無料 ☎10月15日(金)午前9時以降に、区ホームページ「子育てビギナーズ」で検索から申し込みを。右のコードからもアクセスできます。☎区地域保健福祉課 ☎645-1088 ☎631-2295



### 区内で撮影した写真を募集中

区ホームページ「東区！これが私のオススメ！」では、区内で撮影された写真を募集しています。風景や地域の催しなどを撮影した「通常編」と、花を撮影した「花編」があります。写真は区ホームページに掲載します。【応募方法】メールに投稿者名(ハンドルネームでも可)、撮影場所、撮影日などの必要事項を記入し、写真を添付して区企画振興課(h-osusume@city.fukuoka.lg.jp)へ。詳しくは、区ホームページ「東区！これが私のオススメ！」で検索をご覧ください。☎区企画振興課 ☎645-1012 ☎651-5097



投稿写真(花編)

### 市民企画講座「声からはじめるエイジングケア」

「声は心と体を元気にする」をテーマに、講義とボイストレーニングの実技を行います。講師はボイストレーナーの森田真由美氏。

期下表の午後2時～3時半 ☎所なみきスクエア(千早四丁目) ☎40歳以上 ☎各回抽選30人 ☎無料 ☎電話かファクス、メールで住所・氏名・年齢・電話番号・参加希望回を問い合わせ先へ。10月22日(金)午後5時必着。☎区生涯学習推進課 ☎645-1144 ☎651-5097 ☎h-gakushu@city.fukuoka.lg.jp

回	日時	内容
①	11/5(金)	講義「声と健康寿命の深い関係」/実技「喉周りを鍛える簡単トレーニング」
②	1/25(火)	講義「声が心に与える影響」/実技「呼吸と響きのトレーニング」
③	3/30(水)	講義「歌う効果」/実技「歌うポイント」で、さらに声力アップ」

### 福岡東在宅療養シンポジウム2021「やっぱり家(うち)が一番よか!!」

介護する側、される側にとって負担の少ない「ノーリフティングケア」をご存じですか。「生活環境整備で自立生活と介護負担軽減を図り、楽しい生活を実現する」と題して、オンライン会議システム「Zoom(ズーム)」を使って講演などを行います。期11月14日(日)午前10時～正午 ☎先着500人 ☎無料 ☎下記のコードから参加登録フォームにアクセスし、氏名・メールアドレスを入力して、申し込みを。☎市医師会医療介護推進課 ☎852-1527 ☎852-1510



### ねんりんクラブ(老人クラブ)に加入しませんか

ねんりんクラブとは、高齢者の仲間づくり・健康づくりにつながる活動や地域での奉仕活動を行う自主組織です。おおむね60歳以上の人が加入できます。グラウンド・ゴルフやカラオケなどのサークルがあり、楽しみながら交流もできます。加入については、地域のねんりんクラブか東区ねんりんクラブ連合会事務局(☎645-1074 ☎631-2191)へ問い合わせを。



### 中止のお知らせ

●ユースフェスタ・ひがし2021(東区子ども青少年文化祭)  
 11月21日(日)に開催を予定していた「ユースフェスタ・ひがし2021」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止します。☎区地域支援課 ☎645-1121 ☎645-1042

●志賀島金印まつり  
 例年10月に開催している「志賀島金印まつり」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止します。☎金印まつり実行委員会事務局(区企画振興課) ☎645-1037 ☎651-5097

### 講座等についてのお知らせ

新型コロナウイルス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10月1日時点のものです。





公民館でマイナンバーカードの申請ができます

区内の公民館で、マイナンバーカードの申請受け付けや申請用写真の撮影、マイナポイントの申し込みサポート（マイナンバーカードを持っている人のみ）を行います。☞所下表の通り☞区内に住む人（お住まいの校区以外への申し込みも可能）☞無料☞市マイナンバーカード申請予約センター（☎050-3538-2830 ☎050-3538-3158☞毎日午前9時～午後6時）へ予約が必要です。

開催日	時間	開催公民館	予約受付期間
11/1(月)	13:30~16:30	和白東	10/18~10/27
11/2(火)	9:30~16:30	照葉	10/19~10/28
11/4(木)	9:30~12:30	松島	10/21~10/29
11/8(月)	9:30~12:30	馬出	10/25~11/2
11/9(火)	9:30~16:30	香椎	10/26~11/4
11/11(木)	9:30~16:30	若宮	10/28~11/8
11/12(金)	9:30~16:30	千早	10/29~11/9
11/16(火)	10:00~16:00	東箱崎	11/2~11/11
11/19(金)	9:30~16:30	香椎下原	11/5~11/16
11/22(月)	9:30~12:30	八田	11/8~11/17
11/24(水)	9:30~12:30	香陵	11/10~11/18
11/25(木)	9:30~16:30	香椎浜	11/11~11/19
11/29(月)	9:30~12:30	名島	11/15~11/24

歴史

歩・歩・歩  
さんぽ

ボランティアのすすめスポット  
香椎操車場と千早陸橋の跡

「歩・歩・歩・会」  
森永徹 (75)

現在、千早四・五丁目には多くの高層マンションが立ち並んでいます。ここには以前、旧国鉄の「香椎操車場」がありました。操車場とは、主に車両の入れ替えなどを行う停車場のことです。また、同操車場を横断する形で「千早陸橋」が架かっていました。

香椎操車場は昭和17(1942)年に、博多臨港線の分岐点として、香椎駅西部待避線の名称で開設し、昭和34年に香椎操車場に改称されました。博多・吉塚地区の貨物取り扱

多、福博のまちの産業発展に大きな役割を果たしたといわれています。しかし、時代とともに役割を終え、昭和59年には香椎操車場の使用は停止されました。

その後、香椎副都心土地区画整理事業により、操車場跡地の中心部に「千早四丁目」に、陸橋の一部を活用したモニユメントが残っています。

現在、千早中央公園

い設備が集約されるなど、完成した千早



上香椎操車場跡地(H15年)、右千早陸橋(H15年)。提供独立行政法人都市再生機構

保健  
だより

①健康・感染症対策係 ☎645-1078 ②精神保健福祉係 ☎645-1079 ③母子保健係 ☎645-1077 ④企画管理係 ☎645-1076 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。※場所の記載がないものは、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)。

太枠内の予約は、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。令和3年度から区保健福祉センターおよびなみきスクエアでの検診車による胃がん検診は、40歳から69歳の人を対象となります。満70歳以上の人は医療機関もしくは健康づくりサポートセンター(中央区舞鶴二丁目)で受診してください。

内容	予約	実施日		受付時間	対象者・料金等	問
		11月	12月			
よかドック(特定健診)					☞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3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	
がん検診	要	4(木)、19(金)	2(木)、16(木)	8:30~10:30	☞40~69歳☞600円 ※バリウムによる胃透視	①
					☞40歳以上☞500円	
					2年度に1回受診可☞20歳以上☞400円	
					2年度に1回受診可☞40歳以上☞40歳代は1,300円、50歳以上は1,000円	
					☞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(かくたん)細胞診検査希望者は別途700円。	
					☞65歳以上☞無料	
					☞35歳・40歳☞1,000円	
骨粗しょう症検査					☞40歳以上☞500円	
なみきスクエア健診	要	1(月)	13(月)	9:00~11:30	☞・☞内容は、上記よかドック、がん検診と同じ(骨粗しょう症検査は無し)	
☞なみきスクエア						
和白公民館	要	2(火)	-	9:30~11:30	胃がん、大腸がん、肺がん、結核・肺がん、子宮頸がん、乳がん、胃がんリスク、よかドック。☞・☞は上記がん検診、よかドックと同じ	
志賀公民館	要	20(土)	-	9:00~11:00	胃がん、大腸がん、肺がん、結核・肺がん、子宮頸がん、乳がん。☞・☞は上記がん検診と同じ	
松島小学校	要	-	5(日)	9:00~11:00		

内容	予約	実施日		実施時間	対象者等	問
		10月	11月			
エイズ・クラミジア・梅毒検査	-	19(火)	2(火)、16(火)	9:00~11:00	匿名で受けられます。検査結果は次回開催日(平日第1・3火曜日)に本人に直接説明します	
B型・C型肝炎ウイルス検査	-	19(火)	16(火)	9:00~11:00	☞市内に住む20歳以上で過去に検査を受けたことがない人。検査結果は平日第1・3火曜日に本人に直接説明します	
個別栄養相談	要	20(水)、29(金)	10(水)、18(木)、25(木)	13:30~14:30 14:30~15:30	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
なみき離乳食教室	要	-	2(火)	11:00~11:30	☞おおむね生後9カ月~18カ月頃の子どもとその保護者	
				13:30~14:00	☞おおむね生後4カ月~8カ月頃の子どもとその保護者	
心の健康相談	要	-	9(火) 26(火)	10:00~12:00	精神科医による相談。1人30分程度	
				13:30~15:30		
こころの病で悩んでいる家族のための講座	要	-	2(火)	13:30~17:00	〈テーマ〉統合失調症の理解②~家族への支援を通して~ 〈講師〉三善病院 精神保健福祉士 ※講座(90分程度)後に家族交流会あり	②
マタニティ相談	要	18(月)	8(月)、22(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	-	▷11/4(木)青葉公民館10:00~12:00、13:00~15:30 ▷11/7(日)三苦公民館10:00~12:00、13:00~15:00 ▷11/14(日)美和台公民館9:30~15:30 ▷11/15(月)名島公民館9:30~12:30、13:30~15:30				④

窓口受付時の本人確認書類 提示のお願い 市民課で届け出や証明申請をする際は、運転免許証・パスポート・マイナンバー(個人番号)カード・健康保険証など本人確認ができるものが必要です。☎区市民課 ☎645-1016 ☎632-0360