



ひがし



香椎商工連盟主催「第14回小学生絵画コンクール」福岡市長賞
香椎下原小学校6年 糸山珀さんの作品

区役所代表電話 ☎631-2131

ホームページ 福岡市東区 検索

東区データ
人口 318,842人(+275)
男 154,939人 / 女 163,903人
世帯数 153,545世帯(+150)
令和元年10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

11月24日(日)開催 ユースフェスタ・ひがし

第2回東区こども青少年文化祭「ユースフェスタ・ひがし」を下記の通り開催します。
☎11月24日(日)午前10時～午後4時半 ☏なみきスクエア(千早四丁目) ☑入場無料 ☒不要

●ステージ発表(なみきホール)

小中高生による吹奏楽・太鼓の演奏や合唱、ダンス、書のデモンストレーション(右写真は昨年)など、さまざまな演目が披露されます。クラブ活動等の練習の成果をご覧ください。



●体験・ワークショップ(2階7フロア等)

VR(バーチャルリアリティ)などの最新技術やプログラミング、ものづくりなど、子どもたちが遊んで学べる約30のブースが並びます。※材料費など一部有料



博多人形絵付け体験

●東区子ども会育成連合会文化祭(同時開催)

1階のひまわりひろばで、作品展示や親子で参加できるゲーム、電子紙芝居などを行います。

●並木広場にやってくる!

並木広場で、さまざまなプロの料理が楽しめる「美味(おいしい)もの市」や、福岡で活躍するアーティストの作品の販売などを行います。

詳しくは、区役所や公民館等で配布するチラシ、区ホームページ(「ユースフェスタ・ひがし」で検索)をご覧ください。



右のコードからもアクセスできます。☎区地域支援課 ☎645-1121 ☎645-1042

クリスマスリースアレンジ

クリスマスリースを作ります。☎12月8日(日)午前11時から午後0時半 ☏なみきスクエア(千早四丁目) ☑5歳以上 ※小学生未満は保護者同伴 ☒先着18人 ☓2,000円 ☔11月15日(金)以降に、電話か来所で問い合わせ先へ ☏東図書館(なみきスクエア内) ☎674-3982 ☎674-3973

人権を尊重する市民の集い

DV・虐待防止専門家の森田ゆり氏による講演会「生きる力の人権～虐待やDV防止に向けて～」と抱撲館(ほうぼくかん)福岡による実践報告「生活困窮者自立支援の取り組み」を行います。☎12月9日(月)午後1時半～4時 ☏東市民センター(千早四丁目・なみきスクエア内) ☒650人 ☓無料 ☔不要 ☕8人(1歳以上の未就学児)。託児希望者は12月2日(月)までに問い合わせ先へ。☎区生涯学習推進課 ☎645-1144 ☎645-1042

「子育てサロン」は、地域のボランティアスタッフが見守る中で、乳幼児と保護者がゆっくり過ごせる場所です。区内に31カ所あり、公民館など身近な場所で開催されています。

香陵 子育てサロン

香陵校区の「子育てサロン」は、毎月第2・第4水曜日の午前10時半から正午まで香陵公民館で開催されています。



親子を見守るスタッフ(香陵)

10月9日は5組の親子が参加し、おもちゃで遊んだり、本を読んだり、思い思いの時間を過ごしていました。

初めてサロンを訪れた母親は「最初は緊張したけれど、スタッフの手助けもあり、打ち解けることができました。子育て中の参加者同士で話ができ良かったです」と笑顔でした。

スタッフの代表を務める松尾千枝美さんは「参加者から子どもの夜泣きや離乳食についての相談を受けたときは、自身の経験を思い出しながらアドバイスをしています」と話しました。

10月8日には「親子で一緒に遊ぼう会」が行われ、幼児教育専門家の熊丸みつ子さんが親子でできる手遊びや歌遊びを紹介しました。参加した25組は新聞紙を使ったボール作りや輪投げなどを楽しみながら、親子で和やかな時間を過ごしていました。

代表を務める明石ヤス子さんは「地域に住む約30人が協力してサロンを運営しています。サロン

各校区の子育てサロンの情報は公民館だよりや区ホームページ(「東区子育てサロン」で検索)で確認できます。問い合わせは、区地域保健福祉課(☎645-1088 ☎631-2295)へ。

名島 なかよしサロン
名島校区の「なかよしサロン」は、毎週火曜日の午前10時から正午まで名島公民館で開催されています。

10月8日には「親子で一緒に遊ぼう会」が行われ、幼児教育専門家の熊丸みつ子さんが親子でできる手遊びや歌遊びを紹介しました。参加した25組は新聞紙を使ったボール作りや輪投げなどを楽しみながら、親子で和やかな時間を過ごしていました。

は参加者同士の交流だけでなく、地域の人と触れ合うきっかけにもなっています。絵本の読み聞かせやクリスマス会などのイベントも行っているの

と呼び掛けました。

昔、この岩は上部が平らな大きな岩でした。そのため、地元では「平岩」とも呼ばれ、三苦浜のシンボリックな存在として地域の人々に親しまれていました。岩の上に一人登って、岩の上に一人登る

近年は波や風の浸食によって年々消滅しつつあり、砂に埋もれて見えな

い地域の「ふる里遺産」といえるでしょう。

歴史 歩・歩・歩

ボランテアのおすすめスポット 三苦浜の平岩(赤岩)

「歩・歩・歩」 山田 次男(67)



昭和45(1970)年ごろの平岩。岩の上には人の姿も



現在の平岩。浸食により全長約3メートル70センチ、高さは約50センチに





マイナンバーカードを取得しませんか

●コンビニで住民票の写し等が50円お得に

マイナンバーカードを持っている人は、マルチコピー機が設置されているコンビニで住民票などの証明書を50円安く取得することができます。



マイナちゃん

※カードには暗証番号の設定が必要です。

住民票の写しや印鑑証明書は土日祝休日も午前6時半から午後11時まで、戸籍の証明は平日の午前9時から午後5時まで取得できます。

●カードの申請は初回手数料が無料

現在、マイナンバーカードの申請は初回手数料が無料です。通知カードに付いている申請書をご利用ください。後日、受け取り案内のはがき（交付通知書兼照会書）が郵送されますので、はがきと必要書類を持参し本人が区役所に受け取りに来てください。紛失等で新たに申請書を希望する場合は、区市民課にご相談ください。

☎区市民課 ☎645-1016 ☎632-0360

なみきスクエアで健康チェック

なみきスクエア（千早四丁目）でよかドック（特定健診）とがん検診を行います。☎1月14日(火)、2月17日(月)、3月3日(火)午前9時



よかろーもん

半～正午 ☎☎☎ 下記の保健だより参照 ☎区健康課 ☎645-1078 ☎651-3844

空港周辺住宅の空調機器の取り換え費用助成の申込期限は12月6日金まで

福岡空港周辺の航空機騒音指定区域内で、住宅防音工事により設置した空調機器（10年以上経過し故障しているもの）の取り換え工事に一定額を助成します。市空港振興部空港対策課（市役所北別館1階）、区市民相談室、共同利用会館で配布する申込書を、問い合わせ先へ郵送か持参してください。今年度の申し込み期限は12月6日(金)必着です。

☎空港周辺整備機構（〒812-0013博多区博多駅東二丁目17-5 アークビル9階）☎472-4594 ☎472-4597

東体育館の教室

●ビューティーピラティスⅢ

ストレッチポールを使って姿勢を整えます。☎1月10日～3月13日の金曜日午後1時15分～2時45分。全10回 ☎18歳以上 ☎抽選25人 ☎5,800円

●ジュニアダンス

☎1月17日～3月6日の金曜日午後5時15分～6時15分。全8回 ☎小学生 ☎抽選15人 ☎3,400円



★共通事項★

☎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。11月30日(土)必着。☎東体育館（〒813-0003香住ヶ丘一丁目12-2）☎672-0301 ☎672-0302

コミュニティカフェ@east wings (東区いきいきまちづくり提案事業)

みゆき通りにある九州産業大学コミュニティギャラリー east wings（千早五丁目）に大学生がコミュニティカフェを開設します。会話やゲームなどを楽しみながら交流しませんか。子どもからお年寄りまで利用できます。☎11月16日～12月1日の土曜日と日曜日午前10時～午後5時（11月30日は正午まで）☎入場無料（飲み物等は有料）☎不要 ☎九産大コミュニティカフェ実行委員会（担当：古賀）☎090-7462-1657 ☎kyusan.konekuto@gmail.com



てりは古本かえっこ市

「てりは古本かえっこ市」は、読まなくなった本を持ち寄って「かえっこ」する催しです。絵本・小説・雑誌など、ジャンルは問いません。本を3冊持ち込むとチケット1枚と交換でき、チケット1枚につき本1冊を持ち帰ることができます。☎12月1日(日)午前11時～午後3時 ☎センターマークスゲート3階多目的ホール（香椎照葉五丁目）☎市内に住むか通勤している人 ☎コトノハ運営委員会事務局（担当：野田）☎090-1872-9970 ☎981-1142



読まなくなった本を持ち寄って

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

※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、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）。

内容	予約	実施日		実施時間	対象者・料金・場所等	☎☎
		11月	12月			
エイズ・クラミジア・梅毒検査	—	19(火)、26(火)	3(火)、10(火)、17(火)、24(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。	
B型・C型肝炎ウイルス検査	—	19(火)	17(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2週間後に本人に直接説明	
個別栄養相談	要	20(水)、25(月)	4(水)、11(水)、16(月)、18(水)	11:00～12:00	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	—	15(金)	—	13:30～15:00	☎4カ月健診後～おおむね生後8カ月の子どもとその保護者	
なみき離乳食教室	—	26(火)	17(火)	13:30～15:00	☎4カ月健診後～おおむね生後8カ月の子どもとその保護者	
☎なみきスクエア	—	—	—	11:00～12:00	☎おおむね生後9～18カ月の子どもとその保護者	
心の健康相談	要	—	10(火)	10:00～11:30	精神科医による相談。1人30分程度。	②
		26(火)	—	13:30～15:00		
こころの病で悩んでいる家族のための講座	—	—	4(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> 地域活動支援センターピアひがし スタッフ	
マタニティスクール	—	18(月)、25(月)	2(月)、9(月)、16(月)	13:30～15:30	妊娠、出産、育児について学びます。☎母子健康手帳	
母子健康手帳交付&マタニティ講話	—	18(月)、25(月)	2(月)、9(月)、16(月)	☎9:30～11:00	妊娠届出書の受け付け後、母子健康手帳を交付し、使い方などを説明します。☎妊娠届出書、マイナンバーが分かるものと本人確認書類（運転免許証等）	③
献血	—	▷11/17(日)美和台公民館 9:30～15:30 ▷11/18(月)名島公民館 9:30～12:30、13:30～15:30				④

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。

内容	予約	実施日		受付時間	対象者・料金・場所等	☎☎
		12月	1月			
よかドック（特定健診）	要	5(木)、18(水)	9(木)、22(水)	8:30～10:30	☎40～74歳の市国民健康保険被保険者 ☎500円 ☎健康保険証 ※平成31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	5(木)、18(水)	9(木)、22(水)	8:30～10:30	☎40歳以上 ☎600円	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（かたん）細胞診検査希望者は別途700円	
					☎65歳以上 ☎無料	
☎35・40歳 ☎1,000円						
骨粗しょう症検査	要	5(木)、18(水)	9(木)、22(水)	8:30～10:30	☎40歳以上 ☎500円	

インフルエンザを予防しよう

インフルエンザの予防のポイントは、①流行期は人ごみへの外出を控える②日常的な手洗い③休養・栄養④適度な湿度⑤せきエチケットです。☎区健康課 ☎645-1078 ☎651-3844