



ひがし

http://www.city.fukuoka.lg.jp/higashi/

人口 289,324人
男 143,417人 女 145,907人
世帯数 131,889世帯
(平成21年12月1日現在推計)

higashi ward office

東区役所
〒812-8653 東区箱崎二丁目 54-1

※区役所電話番号案内 ☎631-2131

期=日時、開催日、期間 所=場所 問=問合せ F=ファクス
対=対象 定=定員 料=料金、費用 託=託児 申=申込み



お知らせ



東体育館で教室開催

①冬ピラティス教室(託児付き)

体の奥深くにある筋肉に働きかけ、体のゆがみや姿勢改善を目指します。☎2月2日(火)～3月2日(火)の毎週火曜日。午後1時半～2時半。全5回。
☎市内に住むか勤務する18歳以上の人数30人
料1,100円(託)あり。12人。満1歳～就学前。子ども1人につき2,500円。
☎往復はがきに教室名、参加者の住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、託児希望の有無を書いて東体育館へ。託児を希望する場合は、子どもの人数(2人まで)、氏名(ふりがな)、年齢、性別も記入してください。15日(金)必着。応募多数の場合は抽選。

②40歳から始める太極拳教室

40歳以上の太極拳初心者が対象。☎2月17日(水)～3月19日(金)の毎週水・金曜日。午前11時半～午後0時半。全10回。
☎市内に住むか勤務する40歳以上の人数30人
料3,600円(託)往復はがきに教室名、参加者の住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を書いて東体育館へ。15日(金)必着。応募多数の場合は抽選。

☎東体育館

〒813-0003 東区香ヶ丘一丁目12-2
☎672-0301 F672-0302

志賀島森林保全ボランティア募集

志賀島は、国宝の金印が出土した金印公園、全国の綿津見神社の総本山(海神の総本山)である志賀海神社などの歴史的資源や自然豊かなドライブコースが人気の観光スポットです。区は、NPO、地域、ボランティアと共働して、志賀海神社から潮見公園へ向かうルートを整備し、魅力ある散策ルートにするために、竹や樹木の伐採、落ち葉掃きなどの保全活動を行っています。下記のとおり森林保全ボランティアを募集します。ふるってご参加ください。

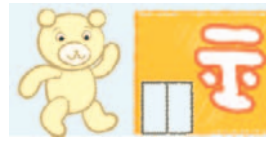
☎1月9日(土)、2月16日(火)。いずれも午前10時から午後3時まで。1日のみの参加も可。志賀海神社駐車場集合。作業が可能な服装で。☎健康保険証(コピー可)、軍手、タオル、飲み物、弁当。
☎15歳以上
☎各日程20人
☎メール、ファクス、電話で、参加者の住所、氏名(ふりがな)、年齢もしくは年代、性別、電話番号、メールアドレスを下記の事務局へお知らせください。締め切りは各日程の4日前。



保全活動に汗を流すボランティア(昨年11月)

☎☎志賀島歴史と自然のルートづくり事業
実行委員会事務局(担当 志賀)
☎090-7396-6830 F714-0999
メール soshi@pop21.odn.ne.jp

住民票などの証明窓口



住民票や印鑑登録証明などの証明書は、区役所以外に証明サービスコーナー(市役所1階 情報プラザ内 ☎733-5222)や市内35(東区では10)の郵便局で取ることができます。郵便局では、請求者本人に関する証明のみ受け付けます。

なお、年始(1日～3日)はお休みです。詳しくは、市民課(☎645-1016)へ。

税務署からのお知らせ ～所得税の還付申告受付開始～

中途退職者や医療費控除を受ける人などの所得税の還付申告は、1月から各税務署で受け付けが始まります(土・日・祝日は除きます)。



香椎税務署は署内に申告相談会場を設置します。駐車場は利用できませんので、公共交通機関をご利用ください。☎香椎税務署(東区千早六丁目2-1 ☎661-1031)

また、博多税務署は次のとおり申告相談会場を設置します。この期間中は、博多税務署内での申告相談は行いませんのでご注意ください。☎1月25日(月)～3月15日(月)午前9時～午後4時。
☎ソラリアステージビル6階 西鉄ホール(中央区天神二丁目)☎博多税務署(東区馬出一丁目8-1 ☎641-8131)

保健だより



〒812-0053 箱崎二丁目 54-27

東区保健福祉センター

会場の記載がないものは東区保健福祉センター(保健所)で実施。費用の記載がないものは無料。
☎651-3844

母子巡回健康相談 ☎645-1088

育児相談を行います。

▷25日(月)=若宮公民館▷25日(月)=香椎東公民館▷26日(火)=千早公民館▷27日(水)=照葉公民館▷28日(木)=城浜公民館▷29日(金)=美和台公民館。受付時間は若宮公民館が午前9時半～10時、それ以外は午後1時半～2時。



結核健診 ☎645-1078

▷18日(月)、25日(月)、2月1日(月)午前9時～10時半受け付け。18歳以上。

乳がん検診(マンモグラフィと視触診併用) ☎645-1078

▷25日(月)午前9時～10時半。40歳以上。40歳代は1,300円、50歳以上は1,000円。2年度に1回受診可。要予約。

子宮がん検診 ☎645-1078

▷18日(月)、2月1日(月)午前9時～10時半。20歳以上。400円。2年度に1回受診可。要予約。

胃がん検診(バリウムによる胃透視) ☎645-1078

▷2月1日(月)午前9時～10時半。35歳以上。600円。前日午後9時以降の飲食不可(少量の水は受診3時間前まで可)。要予約。

風しん抗体検査 ☎645-1078

▷19日(火)午前9時～11時。成人女性(妊婦は除く)。720円。

肺がん・結核検診(40歳以上) ☎645-1078

▷18日(月)、25日(月)、2月1日(月)午前9時～10時半。40歳以上。胸部X線検査(無料)。50歳以上のハイリスク者の希望者は喀痰(たん)検査(700円)。

特定健診 ☎645-1078

生活習慣病(糖尿病・脂質異常症など)予防のための健診です。年に一度は受診しましょう。

▷18日(月)、25日(月)、2月1日(月)午前9時～10時半。500円。40歳以上74歳以下の国民健康保険被保険者。健康保険証持参。要予約。



エイズ・クラミジア抗体検査 ☎645-1078

▷毎週火曜日。午前9時～11時。

心の健康相談 ☎645-1079

▷12日(火)午前10時～正午。▷26日(火)午後1時半～3時半。精神科医による相談。要予約。

女性の健康相談 ☎645-1077

▷15日(金)午前10時～午後3時半。1人30分～60分。助産師による相談。要予約。

ヘルスアップスクール(託児付き) ☎645-1078

▷2月8日(月)=健康・体力診断、骨塩量測定。2月24日(水)=結果説明。3月3日(水)=食生活のアドバイス(調理実習あり)。3月10日(水)=運動実技。受け付けはいずれも午前9時～9時半。2,700円。18～39歳。要予約。

栄養相談 ☎645-1078

病気の方や離乳食などについてのご相談をお受けしています。
▷15日(金)、2月5日(金)午後1時～3時半。要予約。

離乳食教室 ☎645-1078

▷18日(月)午後1時半～3時。要予約。

健康づくり運動教室 ☎645-1078

健康づくりのために無理なくできる運動実技指導を行います。
▷25日(月)午後1時半～3時半。運動できる服装、運動靴で。要予約。

骨粗しょう症検査 ☎645-1078

骨量測定を行い骨粗しょう症を予防するためのアドバイスをいたします。
▷25日(月)午前9時～10時半。40歳以上。500円。要予約。

エイズ相談ダイヤル(専用) ☎651-8391

▷匿名で相談できます。