

子育てお役立ち情報

校区担当の保健師です！

校区名	担当保健師	校区名	担当保健師
志賀島	山田 陽子	八田	澁田 奈緒
勝馬		筥松	
奈多		多々良	相田 未樹
和白東		松島	
和白	津原 有紀	舞松原	後藤 泉
千早西		若宮	
西戸崎		青葉	
香椎	佐藤 麻実	名島	坂口 裕美
香陵		城浜	
照葉		馬出	高橋 恵莉
三苫	東箱崎	阿部 真実	
美和台	千早		
香椎東	箱崎		
香椎下原	鷹取 矩美		
香椎浜			
香住丘		立石 瑞稀	

保健福祉センターでは、妊娠中から出産、育児に至るまで、皆さんの子育てを応援しています。
皆さんがお住いの小学校区には、それぞれ担当の保健師がいますので、お気軽にご相談ください。

東区保健福祉センター(東保健所)

地域保健福祉課 地域保健福祉係 tel:645-1088



子育て情報を調べたいときは
「東区子育て情報ページ」にアクセス！！



教室や相談等のご利用については、市政だより、ホームページ、電話等でご確認ください。

(問:問い合わせ先・・・裏面をご参照ください)

〈 妊娠・出産について知りたい 〉

- ① マタニティスクール (問:健康課母子保健係)
妊娠・出産・産後の育児について学びます。
日時:毎月3回(月曜日) 13:30~15:30
場所:東区保健福祉センター1階
住所:東区箱崎2-54-27
- ② 助産師による電話相談 (問:健康課母子保健係)
妊娠・出産・母乳・産後のことについての相談。



〈 家庭訪問をしてほしい 〉

- ③ 出生連絡票
(問:健康課母子保健係, 地域保健福祉課 地域保健福祉係)
助産師, 保健師が訪問し, 赤ちゃんやお母さんの健康状態や育児上の相談をお受けします。赤ちゃんが生まれたら, 母子手帳にある出生連絡票又は, お電話でご連絡ください。

〈 食事について知りたい 〉

- ④ 離乳食教室 (問:健康課健康づくり係)
離乳食の進み具合や月齢により2つのクラスに分けています。
日時:毎月1回 11:00~12:00 13:30~15:30
場所:東市民センター(なみきスクエア) 2階第1会議室
住所:東区千早4-21-45
- ⑤ 栄養士による個別栄養相談
(問:健康課健康づくり係)
離乳食や幼児食, 生活習慣病予防の食事(治療中の方は対象外)などの相談。
日時:毎月3回 午前中 ※予約制
場所:東区保健福祉センター
- ⑥ 栄養士による電話相談
(問:健康課健康づくり係)

〈 子育て相談をしたい 〉

- ⑦ 保育士による電話相談 (問:子育て支援課)
TEL:645-1132へご連絡ください。

〈 子育てについて学びたい・友達を作りたい 〉

- ⑧ 初めての子育てビギナーズ教室 (問:地域保健福祉課地域保健福祉係)
初めての子育てに奮闘中のママ, パパと生後3か月までのお子さんを対象とした教室です。日頃のちょっとした不安や疑問を解消しつつ, 子育ての仲間づくりをしませんか。

	開催日	開催場所	対象のお子さん
1	H30年 5/17	東区保健福祉センター	H30年2月~3月生まれ
2	8/ 2	なみきスクエア	4月~5月生まれ
3	9/25	東区保健福祉センター	6月~7月生まれ
4	11/ 1	なみきスクエア	8月~9月生まれ
5	H31年 1/15	東区保健福祉センター	10月~11月生まれ
6	3/ 5	なみきスクエア	12月~H31年1月生まれ

時間:13:30~15:00
場所:東区保健福祉センター1階講堂
(東区箱崎2-54-27)
東市民センター[なみきスクエア]
2階第1会議室 (東区千早4-21-45)
※予約制
【申し込み方法】
各回, 申し込み期間があります。詳細については, 市政だよりやホームページご確認ください。

- ⑨ 親子の絆づくり 赤ちゃんが来た! (問:子育て支援課こども相談係)
初めて育児をするお母さまと2~5か月のお子さんを対象に, 仲間・きずな・学びのプログラムです。

	開催日	開催場所	対象のお子さん
1	H30年 6/6, 6/13, 6/20, 6/27	三苦子どもプラザ	H30年1月~3月生まれ
2	9/13, 9/13, 9/20, 9/27	東浜子どもプラザ	4月~6月生まれ
3	10/15, 10/22, 10/29, 11/5	香椎子どもプラザ	5月~7月生まれ
3	11/26, 12/3, 12/10, 12/17	香椎子どもプラザ	7月~9月生まれ
4	H31年 2/20, 2/27, 3/6, 3/13	なみきスクエア	10月~12月生まれ

時間:10:00~12:00
※予約制
【申し込み方法】
各回, 申し込み期間があります。詳細については, 市政だよりやホームページでご確認ください。

〈 お母さん・お父さんの健康管理 〉

- ⑩ 年に1度は健診を受けよう。(問:健康課健康づくり係)

健診名	対象者
よかドック30	平成30年度中に30~39歳となる福岡市民で職場等で健康診断を受ける機会のない人
よかドック	40歳~74歳の福岡市国民健康保険加入者
子宮頸がん	20歳以上の人。受診は2年度に1回
乳がん	40歳以上の人。受診は2年度に1回
胃がん	40歳以上の人
大腸がん	40歳以上の人
肺がん	40歳以上の人
前立腺がん	55歳以上の人
胃がんリスク検査 (平成30年7月~開始)	平成30年度中に35歳, 40歳になる人。 将来胃がんになるリスクを判定するための検査。



FukuokaCity
けんしんナビ
へアクセス

※各種がん検診は, 加入保険に関係なく, 職場等で検診を受ける機会がない福岡市民が対象です。
※日程, 料金等はお問合せください。
※保健福祉センター, 東市民センター(なみきスクエア), 公民館(一部の公民館のみ)での受診を希望される場合は, 集団検診予約センター(tel:0120-985-902)へ事前予約が必要です。
※委託医療機関で受診される場合は, 直接医療機関に連絡してください。



福岡市健診ガイド

健診場所によっては, 「土・日・祝日, 平日の夜実施や託児付き, 女性医師DAY」などもあります。

〈家の近くで育児相談を受けたい〉

① 母子巡回健康相談(問: 地域保健福祉課地域保健福祉係)

内容: 計測, 身体発達観察, 個別相談, 友達づくり など。

※開催日によって会場や受付時間が異なります。参加ご希望の方は, 受付時間に会場へお越しください。



平成30年度 母子巡回健康相談日程表<平成30年4月~平成31年3月>

校区	開催会場	会場TEL番号	開催日時 【受付時間】午後13:30~14:00		
			※ただし, ☆は【受付時間】午前9:30~10:00		
勝馬 志賀島	志賀公民館	603-6706	5/31(木)	※志賀公民館のみ 受付14時~14時30分	
西戸崎	西戸崎公民館	603-0201	7/13(金)	11/16(金)	3/12(火)
奈多	奈多公民館	607-4697	5/29(火)	9/7(金)	1/18(金)
和白	和白公民館	606-3001	7/9(月)	11/8(木)	3/7(木)
三苦	三苦公民館	606-4511	4/25(水)	8/23(木)	12/17(月)
美和台	美和台公民館	607-0294	7/12(木)	★10/5(金)AM	★3/8(金)AM
和白東	和白東公民館	607-2442	6/8(金)	10/5(金)	3/8(金)
香住丘	香住丘公民館	681-4704	5/24(木)	8/31(金)	12/21(金)
香椎下原	香椎下原公民館	682-6334	7/11(水)	11/12(月)	3/4(月)
香椎	香椎公民館	661-3258	6/14(木)	9/27(木)	1/8(火)
香椎東	香椎会館	682-3789	4/3(火)		
	香椎東公民館	672-7098		8/24(金)	12/20(木)
香陵	香陵公民館	663-4485	6/11(月)	10/9(火)	★2/22(金)AM
照葉	照葉公民館	674-3101	4/17(火)	8/20(月)	12/25(火)
香椎浜	香椎浜公民館	682-1697	6/4(月)	10/11(木)	1/21(月)
千早	千早公民館	661-3240	5/9(水)	★8/20(月)AM	12/26(水)
千早西	千早西公民館	683-3933	4/11(水)	8/21(火)	12/19(水)
城浜	城浜公民館	671-6181	4/16(月)	8/27(月)	★12/17(月)AM
若宮	若宮公民館	662-5454	7/19(木)	10/3(水)	3/6(水)
舞松原	舞松原公民館	672-2199	6/7(木)	10/4(木)	2/28(木)
八田	八田公民館	681-5371	4/10(火)	9/25(火)	1/22(火)
青葉	青葉公民館	691-9799	5/25(金)	9/6(木)	★1/21(月)AM
多々良	多々良公民館	691-3767	5/23(水)	9/26(水)	2/27(水)
名島	名島公民館	681-0155	5/28(月)		11/19(月)
	松崎会館	問い合わせは地域保健福祉課へ		★8/27(月)AM	
箱崎	箱崎公民館	651-7708	4/13(金)	7/17(火)	11/15(木)
東箱崎	東箱崎公民館	632-4127	6/13(水)	10/10(水)	1/9(水)
筈松	筈松公民館	621-4999	5/30(水)	8/28(火)	11/13(火)
松島	松島公民館	612-1533	4/18(水)	8/22(水)	11/9(金)
馬出	馬出公民館	651-0605	7/10(火)	10/2(火)	3/5(火)

〈 困ったときは… 〉

近くの病院が分からない	福岡県救急医療情報センター(24時間対応)	TEL: 471-0099
	「ふくおか医療情報ネット」にて検索	
病気・ケガの時に, どう対応して いいか分からない	小児救急医療電話相談 平日: 19:00~翌朝7:00 土曜日: 正午~翌朝7:00 日祝日: 一日中(翌朝7:00まで)	#8000または TEL: 661-0771
	「こどもの救急」にて検索	
平日夜間や休日の「急患」「ケガ」	福岡市急患診療センター	TEL: 847-1099
	※比較的症状の軽い方は, かかりつけ医の診療時間内に受診を	

＜遊びに行きたい・友達をつくりたい＞

⑫ 子育て交流サロン（問：地域保健福祉課地域保健福祉係）

公民館などの身近な地域の会場で、子育てサポーターが見守る中、プログラムを設けず、乳幼児の親子が開設時間内の好きな時間に訪れて、自由に過ごすことができる場所です。



（H30. 4. 1現在）

サロン名	開設場所	開設日	開設時間
子育てママのフリースペース 友遊悠	西戸崎公民館	毎週月曜日	10:30～12:30
子育てサロンきらきら星	奈多公民館	毎週月曜日（祝日休み）	10:30～13:00
わじろワイワイサロン	和白公民館	第4金曜日	10:00～12:00
スイッピー広場	三苫公民館	第1・3水曜日	10:00～12:00
サロンぽけっと美和台	美和台公民館	第4水曜日口	10:30～14:30口
サロンぽけっと和白丘	下和白集会所	第1金曜日	10:00～12:00
サロンぽけっと美和台新町	美和台新町集会所	第2金曜日	10:00～12:00
らっこサロン	和白東公民館	第2月曜日 第4月曜日	10:00～12:00 10:00～14:00
香住丘えがおサロン	香住丘公民館	第1～4火曜日（祝日除く）	10:30～14:00口
唐原えがおサロン		休止中	
香椎下原ほっとタイム	香椎下原公民館	第2・4月曜日	10:00～12:00
びよびよ広場	香椎公民館	第1～4月曜日	10:00～12:00
りりふ	香椎東公民館	第2・4火曜日	10:00～12:00
エンジェルルームちはや	千早公民館 講堂	第2・4月曜日	10:00～12:00
ほんわかサロン	千早西公民館	第2月曜日	10:00～13:00
子育てサロン	香陵公民館	第2・4水曜日	10:30～12:00
香椎浜子育てのびのびくらぶ	香椎浜公民館	第3木曜日	10:30～12:00
わんぱく広場	城浜公民館	第2・4木曜日	10:30～12:00
子育て交流サロン「しゃぼん玉」	若宮公民館	第3木曜日	10:00～12:00
子もりうた	舞松原公民館	第2・4月曜日	10:00～12:00
あい・あい広場	八田公民館	第2・4木曜日	10:30～12:00
にこにこサロン	青葉公民館	第1・3木曜日	10:00～12:00
ひよこサロン多々良	多々良公民館	第1・3月曜日	10:00～14:00
子育てママのフリースペース 「なかよしサロン」	名島公民館	毎週火曜日 （祝日除く）	10:00～12:00
子育てサロン「こぼと」	箱崎公民館	第1・3月曜日口	10:00～12:00
サロンいちばん星	東箱崎公民館	第2・4水曜日	10:30～14:00
ハムエッグサロン	筥松公民館全館	毎週月曜日	10:00～15:00
子ども広場サロン 「いこいこサロン」	筥松老人いこいの家 ただし25日の場合はお休みです	毎週水曜日 第4土曜日	10:00～17:00
ママとSODATTE広場	松島公民館	第2木曜日	10:00～12:00
SUNさんサロン	馬出公民館	第1・3木曜日	10:00～12:00
すくすく広場	馬出人権のまちづくり館	第2・4火曜日	10:30～12:00
チューリップくらぶ （発達が気になる子どもと親のためのサロン）	東障がい者フレンドホーム	第2・4木曜日	10:30～12:30

⑬ 東区子どもプラザ（問：子育て支援課こども相談係）

乳幼児の親子がいつでも気軽に訪れ、自由に遊ぶことができたり、他の親子と交流ができたり、子育てに関する相談ができます。



三苫子どもプラザ

時間：10時～16時
休館：毎週水曜日
第2日曜日
年末年始
場所：三苫5丁目1-40
エムザス1F
電話：692-6267

東浜子どもプラザ

時間：10時～16時
休館：毎週木曜日
第3金曜日
年末年始
場所：東浜1丁目1-1
ゆめタウン博多2F
電話：292-5320

香椎子どもプラザ

時間：10時～16時
休館：毎週月曜日
第3日曜日
年末年始
場所：香椎駅前2丁目52-1
セピアテラス西鉄香椎2F
電話：663-3263

【 問い合わせ先 一覧 】

東区保健福祉センター	地域保健福祉課 地域保健福祉係	乳幼児の育児相談・健康教室・家庭訪問等	Tel: 645-1088	
	健康課	母子保健係	乳幼児の健診・マタニティスクール等	Tel: 645-1077
		健康づくり係	離乳食教室、予防接種、お母さんお父さんの健診等	Tel: 645-1078
	子育て支援課		保育所入所・子育て支援コンシェルジュ・児童手当等	Tel: 645-1068
			子育て相談	Tel: 645-1132
		児童虐待に関する相談	Tel: 645-1082	
家庭児童相談室	子どもや家庭に関する相談・養育相談等	Tel: 645-1072		
えがお館（こども総合相談センター）		子どもに関する相談・児童虐待に関する相談 （24時間対応相談電話 ※年末年始を除く）	Tel: 833-3000	