



ひがし



毎年、香椎宮の花菖蒲です。6月に見頃を迎えます。

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 321,057人(+949)
男 156,044人 / 女 165,013人
世帯数 156,097世帯(+996)
令和2年5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

新型コロナウイルスに便乗した二セ電話詐欺にご注意

行政機関などの職員を装い、「現金給付」や「マスク送付」などと電話をかけ、言葉巧みに個人情報聞き出し、現金をだまし取ろうとする二セ電話詐欺が発生しています。在宅時でも留守番電話を設定するか、かかってきた電話をいったん切り、相手を確認してかけ直すなどの対策を。不審に思ったら、すぐに家族や東警察署(☎643-0110)に相談を。



香椎浜中央交差点周辺道路で夜間車両通行止めを実施

福岡都市高速道路の延伸工事のため、6月24日(水)～7月17日(金)のうち3日程度、午後10時～翌午前5時半まで、一部区間が車両通行止めになります(下図参照)。ご協力をお願いします。日程などは、現地案内看板、ホームページ(「福岡北九州高速道路公社」で検索)で確認を。☎福岡北九州高速道路公社工事課 ☎631-0136 631-6830



日本人に不足しがちといわれている野菜には、私たちの健康を維持するために必要なミネラルやビタミン、食物繊維などの栄養素が含まれています。健康のために必要な野菜

簡単でバランスの取れた栄養士お薦めの「らくらくバランス料理レシピ」を区ホームページ(「東区食育」で検索)で紹介しています。ご活用ください。下のQRコードからもアクセスできます。詳しくは区健康課(☎651-3844)へ。



健康な毎日

バランスの良い食事から

6月は食育月間

健康づくりには、栄養バランスの良い食事が欠かせません。ご飯などの「主食」、魚や肉、卵、大豆製品を使った「主菜」、野菜やきのこ類などを使った「副菜」がそろった食事を基本とすることで、必要な栄養をバランス良く取ることができま

お薦めのレシピを紹介

菜の摂取量の目安は一日350g以上で、よく噛むことで満腹感が得られ、食べ過ぎ防止にも役立ちます。副菜などでも取り入れましょう。



東区買物支援ガイドブックを配布

「東区買物支援ガイドブック」=右写真=には、買い物に困っている高齢者や障がいのある人のために、食料品や日用品などを配達する約70店舗の情報を掲載しています。



東区社協事務所窓口で配布しているほか、ホームページ(「東区買物支援ガイドブック」で検索)からダウンロードもできます。また、郵送も行っています。希望者は問い合わせ先へ。☎東区社協事務所(東保健所内) ☎643-8922 643-8923

熱中症にご注意ください

熱中症は誰でもかかる危険性があり、特に高齢者と乳幼児は注意が必要です。



【予防のポイント】▷小まめに水分補給▷汗をかいたら水分と塩分を▷外出時には帽子、日傘を使用▷天候や室内の温度に注意▷エアコンや扇風機の効果的な使用▷体調が悪い時は無理をしない▷バランスのよい食事と睡眠
【熱中症かなと思ったら】▷風通しのよい日陰や冷房の効いた屋内へ▷言動がおかしい、意識がない場合はすぐに救急車を☎区健康課 ☎645-1078 651-3844

🚗 夜間・休日急患診療

以下の内容は市ホームページ(「福岡市 救急医療・消防」で検索)にも掲載しています。急患診療は、急病患者に対して応急処置を行うものですので、後日かかりつけの医療機関などで受診してください。

●救急車を呼ぶべきか迷ったときは ☎#7119

県救急医療情報センターが、看護師による相談や現在受診できる最寄りの医療機関の案内等を、年中無休で24時間行います。☎471-0099 415-3113でも受け付けます。

●急患診療センター(早良区百道浜一丁目) ☎847-1099

平日	内科、小児科 ▶ 午後7時半～翌朝6時半
土曜日	小児科 ▶ 午後5時～翌朝7時半 内科 ▶ 午後7時～翌朝7時半
日・祝休日	内科、小児科、外科、産婦人科 ▶ 午前9時～翌朝7時半 眼科、耳鼻咽喉科 ▶ 午前9時～午後11時半

※内科・小児科・耳鼻咽喉科は、待ち人数などの診療状況をホームページ(「福岡市急患診療センター 待ち時間」で検索)で確認できます。

●歯科急患診療所(中央区大名一丁目)

日・祝休日の急患診療を歯科急患診療所(県歯科医師会館内☎752-0648)で午前9時～午後4時半に行います。

●小児救急医療電話相談

☎#8000

子どもの急な病気やけがなどについて、午後7時(土曜日=正午、日・祝休日=午前7時)～翌朝7時に電話相談を行っています。☎661-0771でも受け付けます。

●急患診療所(各区保健福祉センター)

区	電話	診療科	診療日時
東	651-3835	内科・小児科	日・祝休日の午前9時～午後4時半
南	541-3299		
博多	441-0020	内科	
城南	831-7979		
西	882-3145		

※乳幼児は、検査機器などが比較的充実した急患診療センターでの受診をお願いします。



●外科当番医(6月前半の日曜日)

6月7日(日)

福岡山田病院(東区箱崎三丁目9-26)	☎641-1100
福岡和白病院(東区和白丘二丁目2-75)	☎608-0001
千鳥橋病院(博多区千代五丁目18-1)	☎641-2761
佐田病院(中央区渡辺通二丁目4-28)	☎781-6381
福岡山王病院(早良区百道浜三丁目6-45)	☎832-1100
聖峰会マリン病院(西区小戸三丁目55-12)	☎883-2525

6月14日(日)

福岡輝栄会病院(東区千早四丁目14-40)	☎681-3115
溝口外科整形外科病院(中央区天神四丁目6-25)	☎721-5252
那珂川病院(南区向新町二丁目17-17)	☎565-3531
安藤病院(城南区別府一丁目2-1)	☎831-6911
吉村病院(早良区西新三丁目11-27)	☎841-0835
白十字病院(西区石丸三丁目2-1)	☎891-2511

※外科当番医は変更の可能性あります。最新の情報は各医療機関へお問い合わせください。

※夜間・休日急患診療は、曜日・時間帯によって、加算(休日・時間外・深夜)があります。さらに外科当番医は、紹介状がない場合に必要選定療養費や、保険が利かない費用がかかる場合があるため、各医療機関にお問い合わせを。