



# ひがし



なみきスクエアの情報は区ホームページ  
〔なみきスクエア〕で検索)に掲載。携帯  
電話は上のコードから。オープニングイ  
ベントの写真や動画なども掲載しています。

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 310,156人(+344)  
男 150,906人 / 女 159,250人  
世帯数 143,961世帯(+149)  
平成28年9月1日現在推計(前月比)

期=日時、開催日、期間 所=場所 対=対象 定=定員 料=料金、費用 申=申し込み 問=問い合わせ F=ファクス 区=メール HP=ホームページ 託=託児 持=持参

## 土日祝も午後8時まで証明書がとれます ～千早証明サービスコーナー～

なみきスクエア内の千早証明サービスコーナーでは、土日祝日も午後8時まで住民票の写しや印鑑証明書を発行しています。また、平日の午前9時から午後5時15分までは、税や戸籍に関する証明書も発行します。※本人確認書類(運転免許証など)を持参してください。問▷千早証明サービスコーナー☎674-3983 ☎674-3974▷区市民課☎645-1016 ☎632-0360

## マイナンバーカード申請出張サポート

公民館でマイナンバーカード(個人番号カード)の申請書の書き方や写真撮影・印刷(無料)など、申請までをサポートします。期・所下表の通り(どの公民館でも可)。時間中であれば出入り自由。※開始直後は混雑が予想されます。☎通知カード、個人番号カード交付申請書、申請用封筒(いずれも通知カードと一緒に同封されていたもの) 問市マイナンバーコールセンター☎0570-07-0160または☎436-7954 ☎716-8817



マイナちゃん

日付	開催公民館(東区)	
	午前9時半～正午	午後2時～4時半
10/24(月)	西戸崎、八田	奈多、和臼
10/25(火)	志賀、美和台	三苫、和臼東
10/26(水)	香椎下原、千早西	香椎、千早
10/27(木)		香住丘、舞松原
10/28(金)	多々良、若宮	筥松、松島
10/31(月)	香椎浜、香陵	城浜、照葉
11/1(火)	名島、東箱崎	箱崎、馬出
11/2(水)	青葉	香椎東

## 東体育館の教室

### ●ビューティーピラティスII

期 11月25日～来年2月24日の金曜日。(12月23日、30日を除く)。午後1時15分～2時45分。全12回 対 18歳以上 定 抽選25人 料 6,500円 問 はがきかファクスに、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、問い合わせ先へ。10月31日(月)必着 問 東体育館(〒813-0003 香住ヶ丘一丁目12-2) ☎672-0301 ☎672-0302



## 東市民プールからのお知らせ「ハロウィーンイベント」

### ●ハロウィーン★仮装大会

仮装して撮った写真を募集します。グランプリの人には景品があります。期 11月7日(月)までに、仮装して撮った写真を2階事務所へ持参。10月17日(月)～31日(月)は館内の飾り付けをしています。問 東市民プール(名島二丁目) ☎662-6111 ☎662-6112

## テレビで東区の情報発信中! 「まるっと東区」番組案内

10月の放送内容  
「健やかサロン～城浜校区～」他



J:COM 11ch ※区ホームページからも視聴可  
毎日 計3回放送(毎回4分30秒)  
①午前8時～ ②午後3時～(土日は午後2時)  
③午後9時55分～

## なみきスクエア1階「ひまわりひろば」 芸術・文化活動の場として利用しませんか

千早駅前のなみきスクエア1階には「ひまわりひろば」という、約500平方メートルの広々とした空間があります。ここは、市民の皆さんの芸術・文化活動の発表の場として、ギャラリー(絵画・写真等の展示)やロビーコンサートなどの会場などに利用されています。

9月9日に、ひまわりひろばで有泉芳史さんのロビーコンサートが開催されました。有泉さんはチェロの演奏家で、ソロ活動や日本各地で後進の指導に尽力されています。この



チェロの美しい調べが「ひまわりひろば」に響き渡ります

日集まった観客は150人以上。コンサートが始まると、皆さんうっとりとした表情で演奏に聴き入っていました。観客は「感動しました。このような企画があればまた参加したいです」と大変満足した様子でした。

ひまわりひろばを始めたなみきスクエアのイベント情報は公式ホームページ(「なみきスクエア」で検索)に掲載しています。

### 多目的スペースと会議室を利用できます

ひまわりひろばの多目的スペースや二つの会議室は、乳幼児健診などの市の事業で使用予定がないときは、市民の皆さんが講演会や子育てサロン、まちづくりイベントの会場などとして利用できます。ただし、市の共催または後援が必要です。利用料金や申し込み方法など、詳しくは区ホームページに掲載していま



押し絵ワークショップで真剣に取り組む子どもたち

す。申し込み用紙は、なみきスクエア施設窓口や区総務課で受け取れます。区のホームページからもダウンロードできます。

【申し込み先】なみきスクエア施設窓口 ☎674-3981 ☎674-3972

【問い合わせ】区総務課 ☎645-1007 ☎631-2131

## 歴史

### 歩・歩・歩

### ボランティアのおすすめスポット

### 自然に抱かれた志賀島の「火焰塚」

東区歴史ガイドボランティア連絡会「歩・歩・歩・会」の城戸重臣さん(64)に志賀島の火焰塚について伺いました。

◆ ◆ ◆  
昔の生ず花崗岩と広葉樹林の自然に守られるようにたたずむ、不動明王の光背の火焰を祭る「火焰塚」。志賀海神社のそばを流れる溪流に沿って行くと道は二股に分かれ、右に進むと見えてくるお堂の辺りを火焰塚と呼んでいます。

1274年の文永の役、元寇で博多とその周辺は壊滅。その後、九州の御家人により今

津・香椎間の海岸線に石築地(防壁)が築かれ、1281年の弘安の役では、防備の手薄な志賀島・西戸崎が戦場。島では「敵国退散・国家鎮護」祈願の壇を築き、高野山南院の不動明王の尊像を供えて僧侶や島民が護摩を焚いて祈禱を続ける中、昼夜陸海で激戦が続きました。戦いは、疾病や自然災害(台風)も重なり、双方に大きな犠牲を残して終息。僧侶が不動明王を護持して寺へ帰ろうとしたとき、島民や武家から「光背の火焰」を島に残してほしいと懇願され、この地にとどめたと伝えられています。



お堂の辺りで祈禱が行われました



笑いを交えながら楽しく体操

「地域カフェ」は、地域の中の居場所・たまり場として、地域住民の交流の場になっていきます。美和台公民館では「地域カフェ」みわだいくらす」を、毎月一回開催しています。認知症予防を目的に、脳トレ体操と一緒に、多様な企画を行っており、高齢者を中心に毎回約40人が参加しています。9月8日は「懐かしい歌声喫茶」。歌うことで健康を促進する企画で、50人以上が参加しました。懐かしいメロディー

**地域カフェ みわだいくらす**  
**体操や歌で楽しく健康づくり**

美和台

「知り合いが増えてうれしい」などの感想がありました。美和台公民館の安武美穂主事(44)は、「地域には芸達者な人が多く、企画の講師は地域の人にお願ひしています。併せて参加者の中から認知症サポーターを募り、ボランティアとして協力してもらっています。多くの人に参加してもらい、交流の場にしたい」と話しています。

地域カフェについては  
区社会福祉協議会(☎643・8922 ☎643・8923)へお問い合わせください。

**地域住民のための  
福岡東在宅療養シンポジウム 2016**

在宅介護経験者の体験談や在宅療養で利用できるサービスを織り込んだ寸劇など、在宅療養に関する情報満載のシンポジウムです。  
期 11月12日(土)午後2時～3時半 所 福岡リーセントホテル(箱崎二丁目) 定 200人  
料 無料 申 電話かファクス、メールで氏名(ふりがな)・電話番号・参加人数・車いす席を希望する人は人数を問い合わせ先へ。 問 市医師会 医療介護推進室  
☎ 852-1527  
☎ 852-1510  
✉ higashi-zaitaku@city.fukuoka.med.or.jp



メールの場合はこちらのコードから

**保健  
だより**

問=問い合わせ  
申=申し込み  
受=受付時間

- ①健康づくり係 ☎645-1078
  - ②精神保健福祉係 ☎645-1079
  - ③母子担当 ☎645-1077
  - ④医薬務係 ☎645-1081
  - ①～④ ☎651-3844
  - ⑤地域保健福祉課 ☎645-1088 ☎631-2295
- ※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	実施日		実施時間	予約	対象者・料金・場所等	問
	10月	11月				
風しん抗体検査	18(火)	1(火)、15(火)	9:00～11:00	-	☑妊娠を希望する女性(妊婦は除く)。妊娠を希望する女性または妊婦と同居している配偶者。※いずれも18歳以上で、抗体検査歴、予防接種歴、既往歴のある人を除く。検査結果は2週間後に本人に直接説明。	
エイズ・クラミジア抗体検査	18(火)、25(火)	1(火)、8(火)、15(火)、22(火)、29(火)	9:00～11:00	-	匿名で受けられます。検査結果は1～2週間後に本人に直接説明。	①
B型・C型肝炎ウイルス検査	18(火)	15(火)	9:00～11:00	-	☑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。	
心の健康相談		1(火)	10:00～12:00	要	精神科医による相談。1人30分程度。	
	25(火)	22(火)	13:30～15:30			
こころの病で悩んでいる家族のための講座		7(月)	13:30～15:30	-	<テーマ>統合失調症の理解 <講師>精神科病院精神保健福祉士	②
うつ病予防講座①(全2回)		17(木)	13:30～15:00	要	<テーマ>うつ病とは <講師>精神科医師 ※2回目は12月13日(火)開催予定	
個別栄養相談	26(水)	2(水)、9(水)、14(月)、30(水)	10:00～12:00	要	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	17(月)	21(月)	13:30～15:00	要	☑生後5～7カ月の子どもとその保護者。離乳食を始めてからの参加をお勧めします。	
マタニティスクール	17(月)、24(月)	7(月)、14(月)、21(月)、28(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	③
母子巡回健康相談	予約不要 ※時間の記載がないものは☎13:30～14:00 ▷10/17(月)千早公民館(☎9:30～10:00) ▷10/17(月)香陵公民館 ▷10/19(水)若宮公民館 ▷10/21(金)奈多公民館 ▷10/25(火)馬出公民館 ▷10/27(木)志賀公民館(14:00～14:30) ▷11/2(水)筥松公民館 ▷11/8(火)香椎下原公民館 ▷11/11(金)西戸崎公民館					⑤
献血	▷10/23(日)三苦公民館 10:00～12:00、13:00～15:00 ▷10/25(火)イオンモール香椎浜店 10:00～12:00、13:00～16:00 ▷11/1(火)青葉公民館 10:00～12:30、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(☎9:00～17:00 ☎0120-985-9022 ☎0120-931-869)へ。  
※11月17日(木)に実施する、がん検診・骨粗しょう症検査の受付時間は9:00～11:00です。

内容	実施日		受付時間	予約	対象者・料金・場所等	問
	11月	12月				
よかドック(特定健診)	4(金)、10(木)、21(月)	15(木)	8:30～10:30	要	☑40～74歳の市国民健康保険被保険者 ☎500円 ☑健康保険証	
がん検診	4(金)、10(木)、17(木)、21(月)	15(木)	8:30～10:30	要	☑35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						
骨粗しょう症検査	4(金)、10(木)、17(木)、21(月)	15(木)	8:30～10:30	要	☑40歳以上 ☎500円	
校区がん検診	記載がないものは、☎9:00～11:00、胃がん、子宮頸がん、肺がん、結核・肺がん検診。料金や対象は上記がん検診と同じ。 ▷11/4(金)奈多公民館(☎9:30～11:00) ▷11/9(水)香椎東公民館 ▷11/10(木)松崎会館(☎9:30～11:00) ▷11/12(土)香住丘公民館(☎9:30～11:00) ▷11/16(水)青葉公民館 ▷11/19(土)志賀公民館(よかドック、胃がん、子宮頸がん、肺がん、結核・肺がん、乳がん、大腸がん検診) ▷12/4(日)松島小学校(よかドック、胃がん、子宮頸がん、結核・肺がん、乳がん、大腸がん検診) ▷12/7(水)美和台公民館(胃がん、子宮頸がん検診、☎9:30～11:00)					

**よかドック ウェルカムキャンペーン** **無料** 平成28年度中(来年3月31日まで)に40歳または50歳になる市国民健康保険加入者は、よかドック(特定健診)が無料で受けられます。問 区保険年金課 ☎645-1105 ☎631-6463