



一人一花パートナー花壇に登録されている「アストルティアのお花たち」の花壇

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 326,237人(+419)
 男 158,169人 / 女 168,068人
世帯数 159,976世帯(+775)
 令和4年4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

梅雨が始まる前に 災害への備えはできていますか



これから梅雨を迎え、大雨による災害が発生しやすくなります。

災害への備えについて、区総務課防災・安全安心係の山中京介係長(43) 顔写真IIに話を聞きました。

●災害リスクの確認を

近年、大雨に伴う河川の氾濫や土砂崩れなどの災害が増加しています。災害時に取るべき行動について知り、日頃から災害に対する備えをすること



「避難」とは、「難」を「避」けることです。災害が起きたときに自宅での安全が確保できる場合は、無理に避難する必要はありません。避難する場合は、安全な場所に避難する▽屋内の上層階に移動する▽市が開設する避難所へ行くーなど、自分に合った避難行動を考えましょう。

市ホームページ(「福岡市 備蓄」で検索)に、備蓄品や非常用持ち出し品の例を掲載しています。



スマホはこちらから

●防災訓練を実施

区は、地域の皆さんや学校等と協力し、台風や

避難経路を複数考え、実際に歩いて、より安全な経路を確認しましょう。

●備蓄品や非常持ち出し品の確認を

水や食料、衛生用品、常備薬など避難生活に必要な物や、感染対策としてマスクや消毒液、体温計、スリッパなどを事前に準備しておきましょう。

地震などの大規模災害に備えた防災訓練を実施しています。



宮松校区防災訓練でのテント設営(昨年)

避難所を開設するときの手順を確認するほか、テントやダンボール間仕切りの設営をするなど、避難所運営を行う際の知識を深めることができます。実施日は公民館だよりなどでお知らせしています。

【問い合わせ先】

区総務課
 ☎645-1038
 ☎645-1127

防災情報を活用しましょう

●ハザードマップ

災害の危険度情報や避難場所などの情報を一つにまとめた「市総合ハザードマップ」は、市ホームページ(「福岡市 防災ハザードマップ」で検索)で確認できます。



スマホはこちらから



また、紙版の洪水ハザードマップ=右写真、高潮ハザードマップは、区情報コーナーと総務課で配布しています。

●動画配信

ハザードマップの使い方を紹介する動画を、区ホームページ(「東区 防災動画」で検索)に掲載しています。



スマホはこちらから

●マイ・タイムライン

「マイ・タイムライン」は、災害に備え自分と家族が取るべき行動を事前に決めておくためのものです。市ホームページ(「福岡市 マイ・タイムライン」で検索)でダウンロードできるほか、区情報コーナーと総務課で作成シートを配布しています。

マイナンバーカード申請サポート

マイナンバーカードの申請受け付けや申請用写真の撮影、マイナポイントの申し込みサポートを公民館で下表の通り行います。予約方法など詳しくは、ホームページ(「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)を確認を。☎市マイナンバーカード出張サポート受付センター ☎260-3590 ☎272-2312

開催日	時間	開催公民館	予約受付期間
6/16(木)	10:00~16:30	奈多	5/30~6/13
6/17(金)	13:30~16:30	多々良	5/31~6/14
6/19(日)	11:00~16:00	香椎	6/2~6/16
6/21(火)	9:30~12:30	城浜	6/2~6/16
6/22(水)	10:00~16:30	西戸崎	6/3~6/17
6/23(木)	10:00~16:30	照葉北	6/6~6/20
6/24(金)	9:30~12:30	松島	6/7~6/21
6/25(土)	11:00~16:00	香椎下原	6/8~6/22
6/26(日)	10:30~12:30	箱崎	6/9~6/23
6/28(火)	9:30~12:30	三苦	6/9~6/23
6/29(水)	9:30~12:30	香椎東	6/10~6/24
6/30(木)	9:30~12:30	馬出	6/13~6/27
7/2(土)	11:00~16:00	千早	6/15~6/29
7/5(火)	9:30~12:30	東箱崎	6/16~6/30
7/6(水)	13:30~16:30	八田	6/17~7/1
7/9(土)	11:00~16:00	和白	6/22~7/6
7/13(水)	9:30~12:30	千早西	6/24~7/8
7/14(木)	13:30~16:30	香住丘	6/27~7/11
7/20(水)	9:30~12:30	香椎東	6/30~7/14
7/21(木)	10:00~16:30	奈多	7/1~7/15
7/22(金)	13:30~16:30	青葉	7/5~7/19
7/23(土)	13:30~16:30	志賀	7/6~7/20
7/24(日)	11:00~16:00	若宮	7/7~7/21
7/26(火)	9:30~12:30	筥松	7/7~7/21
7/27(水)	9:30~12:30	香陵	7/8~7/22
7/28(木)	10:00~16:30	美和台	7/11~7/25
7/30(土)	11:00~16:00	名島	7/13~7/27
7/31(日)	11:00~16:00	和白東	7/14~7/28

参加募集 7/5 【オンライン参加可】子育てビギナーズ教室

初めて赤ちゃんを育てるママ・パパを対象とした教室です。子育ての不安や疑問を解消しませんか。期7月5



日(火)午後1時半~3時 ☒今年4月・5月に生まれた第1子とその保護者 ☓先着20組(対面15組、オンライン5組) ☚無料 ☚6月1日(水)午前9時以降に、区ホームページ(「子育てビギナーズ」で検索)から申し込みを。☎区地域保健福祉課 ☎645-1088 ☎631-2295



スマホはこちらから

参加募集 7・8月 運動からはじめる認知症予防教室

脳トレや有酸素運動などを行い、認知症を予防する教室です。期7月14日(木)、21日(木)、28日(木)、8月1日(月)、8日(月)の午後1時半~3時半。全5回 ☒香椎浜公民館(香椎浜二丁目) ☒全回に参加でき、65歳以上で介護サービスを利用していない人 ☓抽選20人 ☚無料 ☚6月17日(金)午後5時までに電話で問い合わせ先へ。☎区地域保健福祉課 ☎645-1088 ☎631-2295

よかドックで健康チェック

よかドックは、40歳~74歳の市国民健康保険加入者を対象とした生活習慣病予防のための特定健診です。



【料金】1万円程度の検査内容が500円で受診できます(一部対象者は無料)。

【検査内容】身体・血圧測定、尿・血液・心電図検査、問診など。結果に応じて、医師や保健師、管理栄養士などから生活習慣改善のアドバイスが受けられます。

【受診場所・予約方法】①よかドックを実施する医療機関：予約は直接医療機関へ。よかドックご案内センター(☎711-4826 ☎733-5756)で受診できる病院を案内します。②保健福祉センター等：予約は市集団健診予約センター(☎0120-☎0120-931-869) ☒スマホはこちらから



スマホはこちらから

☎区保険年金課 ☎645-1105 ☎631-6463

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、講座等が中止になる場合があります。事前に各問い合わせ先にご確認ください。※掲載情報は5月18日時点。