



ひがし



宮崎宮花庭園の冬ボタ
ン。2月下旬まで
楽しめます。

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 315,985人(+123)
男 153,775人 / 女 162,210人
世帯数 150,621世帯(+25)
平成31年1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

2月は生活習慣病予防月間です

ロコモティブシンドローム(※)の予防について、区保健福祉センター(保健所)でイベントを行います。

※骨・関節・筋肉などの運動器の機能が低下し、要介護につながる可能性が高い状態。

●健康食パーティー

ロコモティブシンドロームを予防する食生活のポイントを学んだ後、カフェテリア方式で主菜・副菜を選び、予防につながる食事をします。☎2月22日(金)午前11時～午後1時☒先着40人☒400円☒2月1日(金)午前9時以降に、電話かファクスで、住所・氏名・年齢・電話番号を問い合わせ先へ。



よかろーもん

●講演会

「知って防ごうロコモティブシンドローム～いつまでも自分の足で歩くために～」をテーマに、健康運動指導士の齋藤郁磨氏が講演します。軽い運動も行います。運動ができる服装でお越しください。☎2月25日(月)午後2時～3時半☒無料☒不要
☎区健康課 ☎645-1078 ☒651-3844

東部療育センター保育士による「親子で楽しむふれあい遊び」

ダウン症や落ち着きがないなど、発達が気になる子どもと親の交流サロン「チューリップくらぶ」で、親子遊びをします。☎2月14日(休)午前10時半～午後0時半☒東障がい者フレンドホーム(松島三丁目)☒未就学児の子どもとその保護者☒無料☒不要☒区地域保健福祉課 ☎645-1088 ☒631-2295

子育てビギナーズ教室

初めて赤ちゃんを育てるママ・パパが対象の教室(写真)です。ミニ講話や参加者同士の交流を通して、子育てについて学びます。☎3月5日(火)午後1時半～3時☒なみきスクエア(千早四丁目)☒平成30年12月～平成31年1月生まれの第1子とその保護者☒先着25組☒無料☒2月4日(月)午前9時以降に、電話かファクスで、住所・氏名・電話番号、子どもの氏名(ふりがな)・生年月日を問い合わせ先へ。☒区地域保健福祉課 ☎645-1088 ☒631-2295



多々良川水系河川整備計画(案)住民説明会

県が策定している多々良川水系の今後の整備計画(案)について説明会を行います。☎2月15日(金)午後7時～8時☒県粕屋総合庁舎(箱崎一丁目)☒無料☒不要☒県土整備事務所河川砂防課 ☎641-0165 ☒632-8677

博多どんたく港まつり 東区演舞台出演者を募集

博多どんたく港まつり東区演舞台の出演者を募集します。ダンスや歌、楽器演奏などで演舞台と一緒に盛り上げませんか。

☎5月3日(金・祝)午前10時半～午後4時5分、4日(土・祝)午前11時5分～午後4時
※出演時間は1組15分以内☒香椎駅前西公園(香椎駅前二丁目)☒各日抽選14組程度(3月13日(水)の抽選会で出演日時を決定します)☒東区役所、区内公民館、なみきスクエア(千早四丁目)、コミセンわじろ(和白丘一丁目)で配布する申込用紙を、持参か郵送、ファクス、メールで問い合わせ先へ。
※申込用紙は、区ホームページ(「東区演舞台」で検索)からもダウンロードできます。3月7日(木)午後5時必着。☒区企画振興課(〒812-8653住所不要)☎645-1037 ☒651-5097☒kikaku.HIWO@city.fukuoka.lg.jp



東区演舞台で元気にダンスを披露する子どもたち

在宅ホスピスを語る会～在宅療養と一緒に学んでみませんか～

住み慣れた場所で医療や介護を受けながら、最期まで自分らしく過ごす在宅療養や在宅ホスピスについて学びます。内容は、体験談やミニ講話などです。☎2月16日(土)午後2時～3時半☒なみきスクエア(千早四丁目)☒抽選50人☒無料☒2月12日(火)午後5時までに、電話かファクスで、氏名・電話番号を問い合わせ先へ。☒区地域保健福祉課 ☎645-1087 ☒631-2295



「超高齢・長寿社会を支える地域力について考える」シンポジウム

九州産業大学、福岡工業大学、福岡女子大学の3大学連携でシンポジウムを開催します。各大学が、テーマに沿って3年間調査・研究した成果を発表します。詳しくは、ホームページ(「東部地域大学連携シンポジウム」で検索)をご覧ください。☎3月9日(土)午後1時～3時半☒福岡女子大学講義棟(香住ヶ丘一丁目)☒290人(定員超過の場合のみ連絡)☒無料☒ファクスかメールで、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を問い合わせ先へ。☒福岡女子大学地域連携センター ☎661-2728 ☒692-3220☒c-renkei1@fwu.ac.jp



区役所での市県民税の申告は2月18日(月)からです

市県民税の申告を、2月18日(月)～3月15日(金)午前9時～午後5時に区役所課税課窓口と郵送で受け付けます(土日除く)。

■申告が必要な人

平成30年中に所得があり、平成31年1月1日現在、区内に住所がある人。

■申告が不要な人

- ▷確定申告書を税務署に提出する人
- ▷所得が給与のみで、勤務先から市へ給与支払報告書が提出されている人
- ▷年金・恩給などの公的年金のみを受給し、各種控除(下表)などがない人

■申告に必要なもの

- ①朱肉を使う印鑑②マイナンバーカードか、マイナンバー通知カードと本人確認書類(運転免許証など)③平成30年中の所得が分かるもの(源泉徴収票など)④平成30年分の各種控除に必要な主な書類(下表の通り)

各種控除	必要書類
医療費控除	医療費控除の明細書(※)
社会保険料控除	国民年金保険、国民健康保険、介護保険などの社会保険料の控除証明書または領収書
生命保険料控除	保険会社からの控除証明書
地震保険料控除	保険会社からの控除証明書
寄附金税額控除	寄附金の領収書
配偶者特別控除	配偶者の所得が分かるもの
障害者控除	障害者手帳など

※病院ごとの医療費を合計した表を事前に作成してください。

■臨時窓口を開設

区役所以外に臨時窓口を開設しますので、ご利用ください。

開設日	受付時間	臨時窓口
2/5(火)～8(金)、12(火)	9:30～16:30	なみきスクエア
2/13(水)	10:00～16:00	志賀公民館
2/14(木)		西戸崎公民館

☒区課税課(〒812-8653住所不要)☎645-1026 ☒632-4970

■所得税の確定申告

確定申告期間や申告会場など詳しくは、本紙5面をご覧ください。

東体育館 体験！弓道教室

弓道の基本的な技術や知識を学びます。☎3月10日(日)午前10時～午後4時☒18歳以上☒抽選20人☒3,000円☒往復はがきに、教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて問い合わせ先へ。2月20日(水)必着。☒東体育館(〒813-0003香住ヶ丘一丁目12-2)☎672-0301 ☒672-0302

1月1日号に掲載したタイトル横の写真説明文中のサークル名に誤りがありました。正しくは「プリザーブド&フラワーアレンジ」です。お詫びして訂正します。