



ひがし



ホームページ



フェイスブック



エックス

区役所代表電話 ☎631-2131

東区データ

人口 335,530人(+728)
男162,874人 / 女172,656人
世帯数 169,356世帯(+746)
令和6年6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

日頃からの備えが大切

災害から身を守るために

毎年、全国各地で大雨や台風、地震による被害が多く発生しています。日頃から災害に対する備えを行い、いざというときに慌てず行動ができるようにしておくことが大切です。☎区総務課 ☎645-1038 📠645-1127



◆ ハザードマップで災害リスクを確認

市は、危険箇所や避難場所などをまとめた「市総合ハザードマップ」を市ホームページ(「福岡市総合ハザードマップ」で検索)で公開しています。紙版は、区役所で配布しています。自宅の周辺などに災害リスクがないか、事前に確認しましょう。



スマホはこちらから

◆ 最新情報の入手方法を確認

- 避難行動に役立てられるよう情報収集の手段を確保しておきましょう。
- ▷テレビのデータ放送(dボタン)
- ▷NHK福岡などのラジオ
- ▷市防災メール(✉t-fukuoka-city@sg-p.jpに空メールを送り登録を)
- ▷市LINE公式アカウントを友だち追加

◆ 家庭での備蓄や非常持出品の準備を

災害時は、ライフラインが停止する場合があります。日頃から、「最低でも3日分の生活必需品」を備蓄しておきましょう。詳細は、市ホームページ(「災害備蓄」で検索)をご覧ください。



スマホはこちらから

【備蓄品の例】

- ・食品(レトルト食品、インスタントみそ汁、缶詰、チョコレートなど)
- ・飲料水(目安として1人1日3リットル)
- ・簡易トイレ・トイレットペーパー・乾電池
- ・ラジオ・携帯充電器 など

【非常持出品の例】

- ・食品・飲料水・現金・懐中電灯・眼鏡・携帯ラジオ・下着、靴下など



「ツナガル+」をご活用ください

防災アプリ「ツナガル+(プラス)」は、災害が発生すると、自動的に災害モードに切り替わり、避難所の開設状況や物資支援の情報などが分かります。在宅や車中泊など、市が開設する避難所以外の場所に避難している人も、市に支援を求めることができます。



地図上で避難所を確認できます

平常時でも、浸水や土砂災害などの危険度、避難所の情報などをマップ上で確認できます。詳細は、市ホームページ(「福岡市 ツナガル+」で検索)でご確認ください。☎市地域防災課 ☎711-4156 📠733-5861

住民票の写しなどの証明書は区役所以外でも取得できます

- 千早証明サービスコーナー(千早四丁目)
▷住民票の写しや印鑑登録証明書=毎日午前9時~午後8時▷戸籍・税証明=平日午前9時~午後5時15分☎千早証明サービスコーナー ☎674-3983 📠674-3974
 - 区内10カ所の郵便局=平日午前9時~午後5時 ※代理申請不可
 - コンビニ交付=利用者証明用電子証明書(数字4桁)を登録済みのマイナンバーカードを持っている人は、土日や夜間でも住民票の写しなどを50円安く取得できます。
 - オンライン申請=署名用電子証明書(英数字6桁~16桁)を登録済みのマイナンバーカードを持っている人は、スマートフォン等から住民票の写しや戸籍・税証明の交付申請ができ、郵送で受け取れます。手数料は窓口よりも50円安く、普通郵便料金は令和7年3月31日まで無料です。
- 詳細は区ホームページ(「東区証明の便利な取り方」で検索)で確認を。☎区市民課 ☎645-1016 📠632-0360



スマホはこちらから

空港周辺住宅の空調機器取り換え費用助成

福岡空港周辺の航空機騒音指定区域内に昭和57年3月30日以前に建てられ、国の補助による防音工事で設置した機器(10年以上経過し故障しているもの)の取り換え工事に一定額を助成します。購入後の申請は対象外です。申請後、審査に1カ月程度かかります。**申込書の配布** 市空港対策課(市役所10階)、区市民相談室、各共同利用会館 **申込期限** 郵送または持参で12月2日必着 **申請先** 空港周辺整備機構(〒812-0013博多区博多駅東二丁目17-5 アークビル9階) ☎472-4594 📠472-4597

志賀島にバスで行こう

西鉄バス志賀島内線は、西戸崎と志賀島北部を結ぶ路線バスです。志賀島へのお出かけにご利用ください。



島内線のバスで行くことができる志賀島北部の勝馬地区の美しい海岸において、シュノーケリングで、海中を観察するイベントが開催されます。詳細は、ホームページ(「ふくおかFUN」で検索)をご覧ください。

☎7月20日(土)午前10時~午後12時30分
所志賀島ビジターセンター(勝馬) 対小学校3年生~中学校3年生 対先着30人(事前申込制) 対無料 対休暇村志賀島 ☎603-6631



スマホはこちらから

★ 志賀海神社「七夕祭」

今年の七夕祭は、参道や神社が竹灯籠=右写真=でライトアップされます。志賀島や玄界島の子どもたちが描いた紙灯明=下写真=も展示されます。飲食店の出店や手持ち提灯の限定販売などの催しも行われます。



☎8月3日(土)~7日(水)午後3時~9時 所志賀海神社周辺(志賀島877番) 対志賀島にぎわいづくり実行委員会事務局 ☎090-4995-9805 (受午前9時30分~午後6時)



夏本番! 熱中症にご注意ください

- 次の点に注意し熱中症を予防しましょう。
 - ▷小まめに水分・塩分を補給する
 - ▷ゆったりした涼しい服装で、外出時には日傘や帽子を活用する
 - ▷室温が28℃を超えないように、エアコンや扇風機を利用する
 - ▷カーテンやすだれで直射日光を遮り、部屋の風通しをよくする
 - ▷暑さに備えた体力づくりを行う
 - ▷バランスのよい食事や十分な睡眠を取る
- ☎区健康課 ☎645-1078 📠651-3844

日頃の手洗いをチェックしませんか

8月は食品衛生月間です。食中毒予防に効果的な手洗いの実習を開催します。(お土産付き) ☎8月8日(木)午前10時~正午 所パン工房フルフル(松崎二丁目) 対先着100人(小学生以下保護者同伴) 対東衛生課 ☎645-1111 📠645-1114



アクティブシニアの健康づくり教室

加齢や病気によって心身の機能が低下する「フレイル」予防について学び、予防のための有酸素運動や脳を活性化させる脳トレなどを行います。☎9月6日、13日、20日、27日全て金曜日の午前10時~正午(9時30分受付) 所東区役所別館 対65歳以上の介護保険サービスを利用していない人で、軽い運動が可能な全回出席できる人 対抽選25人 対無料 ☎7月31日(水)までに問い合わせ先へ☎区地域保健福祉課 ☎645-1088 📠631-2295



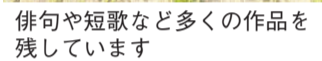
九州帝国大学の前身、京都帝国大学福岡医科大学の初代耳鼻咽喉科教授だった久保猪之吉(1874〜1939)は、日本で初めて内視鏡手術を行った医師で、福岡の文学界に大きな功績を残した歌人です。



九州大学病院キャンパス(馬出三丁目)の敷地内には、久保猪之吉の偉業をたたえる「久保記念館」Ⅱ左上写真Ⅱがあります。昭和2(1927)年に門下生によって耳鼻咽喉科教室の創設20周年を記念して建てられました。



日本初の内視鏡手術で使われた器具を含む医療器具や長年の医療記録、医学標本、文芸雑誌『エニグマ』などが収蔵される他、妻のより江夫人、患者であった長塚節や斎藤茂吉、与謝野晶子など当時の文化人の作品も展示されています。



俳句や短歌など多くの作品を残しています

歴史

歩・歩・歩
さんぽ

ボランティアのすすめスポット

久保記念館

「歩・歩・歩・会」

奥永 茂晴

公民館でマイナンバーカード申請

公民館で、マイナンバーカードの申請(要予約)やマイナ保険証の申し込み(予約不要)などをサポートします。

開催日	時間	公民館	予約受付
7/28(日)	10:00~12:00	若宮	~7/24(水)
8/1(木)	10:00~12:00	松島	~7/26(金)
	14:00~16:00	香椎東	
8/2(金)	10:00~12:00	筈松	~7/29(月)
	14:00~16:00	多々良	
8/7(水)	10:00~12:00	香陵	~8/1(木)
	14:00~16:00	東箱崎	
8/8(木)	14:00~16:00	舞松原	~8/2(金)
	10:00~12:00	照葉	
8/19(月)	14:00~16:00	香椎下原	~8/13(火)
	10:00~12:00	城浜	
8/20(火)	14:00~16:00	八田	~8/14(水)
	10:00~12:00		

詳細は市ホームページ(「マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)で確認を。申問市マイナンバーカード総合コールセンター ☎600-2402 図06-7664-9531

千早証明サービスコーナーでマイナンバーの手続きができます

▷マイナンバーカードの受け取り
▷暗証番号の変更、再設定▷券面記載事項変更(氏名、住所等)
▷電子証明書発行、更新一を平日午前9時~午後6時30分、土・日曜日祝休日午前9時~午後4時30分に手続きできます。
※手続きは本人のみで、予約が必要。予約は、電話(☎645-1049)平日午前8時45分~午後5時15分)するか、上コード(受24時間)から。問区市民課 図632-0360



保健だより

【問い合わせ・申し込み先】

①集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 図0120-931-869 受平日9:00~17:00 ②健康づくり係 ☎645-1078 ③母子保健係 ☎645-1077 ④企画管理係 ☎645-1076 図651-3844 (②~④共通) ⑤市保健所感染症対策課 ☎791-7081 ⑥市保健所精神保健・難病対策課 ☎711-4377
※場所の記載がないものは、区保健福祉センター(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)診等

内容	実施日		受付時間	予約	対象・料金・その他 (令和7年3月31日までに対象年齢になる人は誕生日前でも受診できます)	申 込 み は ①、 問 い 合 わ せ は ②
	8月	9月				
なみきスクエア健診	28(水)	26(木)	9:00~11:30	要	下記のとおり。がん検診と同じ内容をなみきスクエア(千早四丁目)で実施。(骨粗しょう症検査は無し。)	① ②
よかドック(特定健診)				要	図40~74歳の市国民健康保険被保険者 図500円 図健康保険証、よかドック受診券	
骨粗しょう症検査				要	図40歳以上 料500円	
がん検診 胃がん、子宮頸(けい)がん、乳がん、大腸がん、胃がんリスク検査	7(水) 19(月)	5(木) 20(金)	8:30~10:30	要	【胃がん】 図40歳以上(70歳以上は委託の医療機関等で実施) 図600円 ※バリウムによる胃透視 【子宮頸がん】 2年度に1回受診可 図20歳以上 図400円 【乳がん】 2年度に1回受診可 図40歳以上 図40歳代1,300円、50歳以上1,000円 【大腸がん】 図40歳以上 図500円 【胃がんリスク検査】 図35歳・40歳 図1,000円	
肺がん				要	図40~64歳 図500円	
結核・肺がん				要	図65歳以上 ※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	
勝馬公民館(がん検診)	6(火)	—	9:00~11:00	要	胃がん、肺がん、結核・肺がん、大腸がん、子宮頸がん検診。図や図は区保健福祉センターと同じ	

※健(検)診等は70歳以上と市県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)。
※健(検)診等の予約は、実施日から土・日曜・祝休日を除く10日前までに集団健診・よかドック総合窓口(①)、または「けんしんナビ」で受け付け。

検査・相談等

内容	実施日		受付時間	予約	対象者・料金等	申 込 み は ①、 問 い 合 わ せ は ②
	7月	8月				
エイズ・クラミジア・梅毒検査	22(月)	26(月)	9:30~11:00	要	匿名検査可。検査結果は、後日、本人に直接説明	⑤
B型・C型肝炎ウイルス検査	—	26(月)		要	図20歳以上で過去に受検歴がない人。検査結果は、後日、本人に直接説明	
個別栄養相談	17(水) 19(金)	1(木)、5(月)、 22(木)、26(月)	13:00~13:50 14:00~14:50	要	栄養士による相談。1人50分程度	②
離乳食教室	図なみきスクエア 18(木)	27(火)	11:00~12:00 14:00~15:00	要	図生後4カ月~8カ月頃の乳児の保護者 図生後9カ月~18カ月頃の乳児の保護者	
マタニティスクール	第1編 —	5(月)	10:00~10:30 (講座10:30~12:00)	要	図区内に住む妊婦とその家族。図前月の25日までに区ホームページまたは電話で申込 第1編:妊娠中の生活、ママと赤ちゃんの栄養 第2編:産後の生活と赤ちゃんのお世話	③
心の健康相談	—	13(火) 23(火)	10:00~12:00 13:30~15:30	要	精神科医による相談。1人30分程度	

校区献血

場所	実施日	受付時間	申 込 み は ①、 問 い 合 わ せ は ②
香椎公民館	7/18(木)	9:30~12:00	④
香椎東公民館	7/18(木)	14:00~16:00	

健診の予約はけんしんナビで

市ホームページ(「けんしんナビ」で検索)で、健(検)診等の日程の確認や予約ができます。定期的に健診を受けましょう。



スマホはこちらから

アタマジラミにご注意を

アタマジラミは、清潔にしているにもかかわらず、子どもの集団生活のように頭が触れ合う場面や、ブラシやタオルなどを共有することで感染が広がることがあります。毎日洗髪し、定期的に子どもの頭髪を確認しましょう。問東衛生課 ☎645-1112 図645-1114