



アイランドシティ中央公園の花木園(香椎照葉四丁目)に咲く紅梅(昨年)

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	321,728人(+174) 男 156,417人 / 女 165,311人
	世帯数	156,652世帯(+126) 令和2年9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

### 【オンライン開催】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をオンラインで開催します。ミニ講話や参加者同士の交流を通じて、子育ての不安や疑問を解消しませんか。📅3月4日(木)午後2時～3時半📍区内に住む昨年12月～今年1月生まれの第1子とその保護者📄先着10組📄無料📄2月1日(月)午前9時以降に、区ホームページ(「子育てビギナーズ教室」で検索)から申し込みを。右のコードからもアクセスできます。📍区地域保健福祉課 ☎645-1088 📠631-2295



### 避難訓練コンサート

市消防音楽隊の演奏中に火災が起きたと想定して、避難訓練を行います。詳細は、ホームページ(「なみきスクエア公式」で検索)を確認を。📅2月21日(日)午後1時半～3時📄先着300人📄無料📄2月2日(火)午前9時以降にはがきかファクスに、参加者全員の氏名、住所、電話番号を書いて、問い合わせ先へ。📍📄なみきスクエア(〒813-0044千早四丁目21-45) ☎674-3981 📠674-3972



昨年のコンサート

### 区役所に行かずに公民館でマイナンバーカードが申請できます

区内の公民館で、下表の通り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、マイナポイント申し込みのサポート(マイナンバーカードを持っている人のみ)を行います。市マイナンバーカード申請予約センター(☎0570-07-0178 📠716-1522📄毎日午前9時～午後5時)へ予約が必要です。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)をご覧ください。※定員に達した時点で予約受け付けを終了します。お住まいの校区以外への申し込みも可能です。

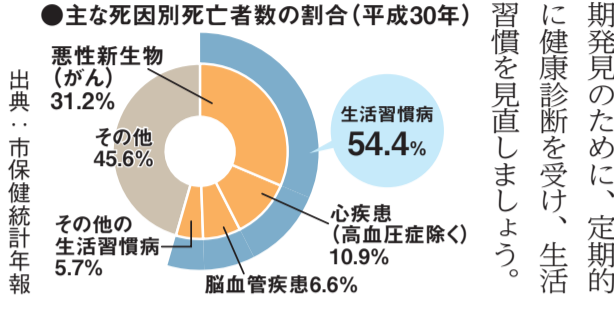


マイナちゃん

開催日	時間	開催公民館	予約受付期間
2/4(木)	9:30～12:30	八田	1/21～2/1
2/5(金)	11:30～15:30	東箱崎	1/22～2/2
2/10(水)	9:30～16:30	香椎東	1/27～2/5
2/12(金)	9:30～13:30	筥松	1/28～2/8
2/25(木)	9:30～16:30	三苫	2/9～2/19

### イベント・講座等についてのお知らせ

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。掲載している情報は1月12日時点のものです。



生活習慣病が原因で亡くなる人の割合も高くなっています。病気の早期発見のために、定期的に健康診断を受け、生活習慣を見直しましょう。

令和2年度中(今年3月31日まで)に40歳または50歳になる人や、満70歳以上の人、市民税非課税世帯(要証明)の人は無料です。

【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、医師や保健師などから生

予約は、検診日から土曜・祝日を除く10日前までに集団検診予約センター(☎0120・985・902 📠0120・931・869)へ。ホームページ(「けんしんナビ」で検索)からも予約可能です。

①なみきスクエア  
工事により3月まで区保健福祉センター講堂が使用できないため、なみきスクエア(千早四丁目)で実施しています。2月以降は、2月19日(金)、3月3日(水)、10日(水)に実施。受付時間はいずれも午前9時半から11時半までです。

②よかドックを実施する医療機関  
受診できる医療機関をよかドック案内センター(☎711・4826 📠733・5756)で案内しています。予約は直接各医療機関へ。

このステッカーが受診医療機関の目印です



## 2月は生活習慣病予防月間

### よかドックを受けて生活習慣を見直そう

年に一度は受診を

高血圧症、糖尿病などの生活習慣病は、自覚症状がないうちに進行して、心筋梗塞や脳卒中などの重い病気を引き起こすことがあります。生活習慣病が原因で亡くなる人の割合も高くなっています。病気の早期発見のために、定期的に健康診断を受け、生活習慣を見直しましょう。

よかドックは、40歳から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】  
1万円程度の内容の検査を500円で受診できます。

日曜・祝日を除く10日前までに集団検診予約センター(☎0120・985・902 📠0120・931・869)へ。ホームページ(「けんしんナビ」で検索)からも予約可能です。

②よかドックを実施する医療機関  
受診できる医療機関をよかドック案内センター(☎711・4826 📠733・5756)で案内しています。予約は直接各医療機関へ。

## 区役所での市県民税の申告は2月16日(火)からです

市県民税の申告書を1月末に郵送しています。申告は2月16日(火)～3月15日(月)午前9時～午後5時に区役所課税課窓口(土・日曜・祝日を除く)で受け付けます。窓口は大変混み合います。新型コロナウイルス感染症対策のため郵送での提出にご協力ください。

■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、マイナンバーが分かる書類と本人確認書類(運転免許証など)③令和2年中の所得が分かるもの(源泉徴収票など)④令和2年分の各種控除に必要な主な書類(下表)

■申告が必要な人  
令和2年中に所得があり、令和3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(右表)などがない人

各種控除	必要書類
医療費控除	医療費の明細書(※)
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	
寄付金税額控除	寄付金の領収書
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

■臨時窓口も開設

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

※病院ごとの医療費の合計表を事前に作成してください。

■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。  
📍区課税課(〒812-8653住所不要) ☎645-1026 📠632-4970