



ひがし



福岡女子大学キャンパス(香住ヶ丘二丁目)のイルミネーション。1月下旬まで(写真は昨年)。

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

ニセ電話詐欺にご注意

最近、ニセ電話詐欺が多発しています。コロナ禍でいつもより自宅にいたことが多くなっているため、より一層ニセ電話詐欺に注意しましょう。手口として、キャッシュカード等をだまし取るものや架空料金を請求するものがあります。

▶キャッシュカード等の詐取

「あなたの口座が不正に使われている」など、警察官等を装った電話がかかり、キャッシュカードや通帳をだまし取られます。警察官がキャッシュカード等を預かることは絶対にありません。

▶架空料金請求

被害者の携帯電話に、「料金未納が発生している」などのメールが届きます。メールに記載の電話番号に連絡したところ、「料金を支払わないと逮捕される」「電子マネーカードを買ってID番号を教えてください」などと言われ、金品をだまし取られます。



在宅時でも留守番電話を設定し、知らない人

からの電話には出ないようにしましょう。電話に出て知らない人だった場合は電話を切りましょう。不審と感じたら、すぐに家族に相談するか、110番してください。東区警察署生活安全課 ☎643-0110



いづれかを飲めば
4時間以上
(女性は5時間以上)

※体調や体質によっては、さらに時間がかかります

ビール	焼酎	チューハイ	ワイン
500ml 1杯	水割り(5:5) 1杯	350ml 1本	200ml 1杯

アルコールの分解には、男性で4時間以上、女性で5時間以上かかります。飲酒をしたら絶対に車、バイク、自転車などを運転してはいけません。アルコールが分解するまでには、ビール500mlでも、男性で4時間以上かかります。

年末年始 飲酒運転の撲滅にご協力を

年末年始は、忘年会・新年会など、飲酒の機会が多くなります。飲酒をしたら絶対に車、バイク、自転車などを運転してはいけません。アルコールが分解するまでには、ビール500mlでも、男性で4時間以上かかります。

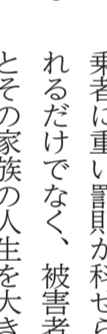
上、女性は5時間以上かかるといわれています(左上イラスト参照)。仮眠を取っても飲酒運転となります。どうしても車の運転が必要なきときは、あらかじめハンドルキーパーを決めておいたり、代行運転などを利用したりしましょう。

飲酒運転撲滅キャンペーン



西鉄千早駅で8月に実施したキャンペーン

飲酒運転を見かけたら



次のような車は飲酒運転の可能性ががあります。▽信号停車する際、停止線のかなり手前で停車する▽信号が青になっても、なかなか発進しない▽ふらついて走行している▽急発進・急加速を繰り返す▽速度が異常に速い

飲酒運転は、重大な犯罪です。運転者本人や同乗者に重い罰則が科せられるだけでなく、被害者とその家族の人生を大きく狂わせてしまいます。一人一人が「飲酒運転をしない、させない、許さない。そして見逃さない」を徹底し、飲酒運転を根絶しましょう。

東区総務課
☎645-1038
📠645-1127



市啓発ポスター

ミニ門松づくり

立花山・三日月山保全ボランティア「楽友会」の皆さんが、ミニ門松の作り方を教えます。期12月26日(土) 1部：午前10時～11時15分。2部：午前11時半～午後0時45分 所三日月山霊園管理事務所(香椎) 対市内在住者で小学生以上(小学生は保護者同伴) 定抽選20組(1組2人まで) ※門松は1組につき一つ作成 料無料 用はがきかファクス、メールに参加者全員の氏名・住所・電話番号を記載して問い合わせ先へ(1部・2部の参加区分は事務局にて調整) 東区企画振興課(〒812-8653住所不要) 12月11日(金)必着 ☎645-1037 📠651-5097✉kikaku.HIWO@city.fukuoka.lg.jp



運動から始める認知症予防教室

脳トレやストレッチなどを行います。期来年1月15日(金)、21日(木)、29日(金)、2月5日～19日の金曜日午後1時半～2時半。全6回 所なみきスクエア(千早四丁目) 対65歳以上で介護保険サービスを利用していない人。軽い運動ができ、全回参加できる人 定抽選10人 料無料 用12月18日(金)午後5時までに電話で問い合わせ先へ。東区地域保健福祉課 ☎645-1088 📠631-2295



加湿器の使い方に注意

空気が乾燥する冬は、加湿器を使用する機会が増えます。加湿のし過ぎに注意しましょう。加湿しすぎるとカビや結露の原因となります。また、加湿器内の手入れを怠るとタンク内でレジオネラ属菌などの細菌が増殖し、肺炎などを発症する恐れがあります。

【手入れのポイント】▷定期的にタンクやフィルターを清掃▷タンクの水は継ぎ足さず新しい水道水に交換▷使用しないときは、タンクの水を抜き、内部を洗い乾燥して保管 東区衛生課 ☎645-1112 📠645-1114

入浴時のヒートショックにご用心

ヒートショックとは、急激な温度変化により、血圧が大きく変動することで引き起こされる健康被害のことです。



脳や心臓に負担がかり、脳卒中・心筋梗塞などが懸念されます。次の点に注意しましょう。

- ▷暖房器具を活用したり、シャワーで湯張りして、湯気を立てたりし、浴室や脱衣所をできる限り暖める
- ▷お湯の温度は41℃以下、湯に浸かる時間は10分までにする
- ▷浴槽から出るときは、浴槽のへりなどにつかまってゆっくりと立ち上がる
- ▷食後すぐの入浴やアルコールが抜けていない状態での入浴は控える
- ▷入浴前に同居者に一声掛けて、時々様子を見てもらう

東消防局救急課 ☎725-6574 📠791-2994

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、行事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11月12日時点のものです。

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金の請求手続きをお忘れなく

令和2年4月から、新型コロナウイルス感染症対策のため予約制で受け付けを行っています。未請求の方は電話で事前予約をお願いします。東区福祉・介護保険課 ☎645-1071 📠631-2191