



# こちら 東区 Higashi 東区です

9月号  
平成30年

**東区役所**  
〒862-8555 東区東本町16番30号 ☎096-367-9111 (代表)

・総務企画課	☎096-367-9121	・保護課	☎096-367-9129
・区民課	☎096-367-9124	・保健子ども課	☎096-367-9134
・福祉課	☎096-367-9127	・東農業振興課	☎096-367-9137
託麻まちづくりセンター	☎096-380-8119	・東税務課	☎096-367-9138
秋津まちづくりセンター	☎096-368-2200		
東部まちづくりセンター	☎096-367-1949		

東区の人口 (平成30年7月1日現在推計人口) (人口) 188,355人(+90) (世帯) 79,370世帯(+76) (面積) 50.19km<sup>2</sup>(国土地理院公表値)

## 東区「住まい再建のための個別相談会」を開催します 無料

東区にお住まいで、熊本地震により被災された方の「住まい再建のための個別相談会」を開催します。

**日時** 9月15日(土) 午前9時半～午後4時  
※1件の相談につき下記時間帯の20分間となります。  
(※2件まで申込み可能です。)

### 午前の部

- ①午前9時半～9時50分    ②午前10時～10時20分
- ③午前10時半～10時50分    ④午前11時～11時20分
- ⑤午前11時半～11時50分

### 午後の部

- ⑥午後1時10分～1時半    ⑦午後1時40分～2時
- ⑧午後2時10分～2時半    ⑨午後2時40分～3時
- ⑩午後3時10分～3時半    ⑪午後3時40分～4時

**場所** 東区役所1階

### 相談コーナー

- ①法律相談    ②民間賃貸住宅相談
- ③公営住宅相談    ④仮設供与期間延長
- ⑤家計・二重ローン相談    ⑥住宅融資相談
- ⑦住宅再建相談    ⑧被災宅地復旧支援相談
- ⑨被災者支援制度相談

**申込み** 9月5日～11日の平日午前9時から午後4時までに、電話で東区役所地域支え合いセンター(☎096-367-9267)へ(先着順)

(東区役所福祉課)

## みなし仮設にお住まいの皆さんの交流会を開催します 無料

熊本地震で被災し、東区内でみなし仮設住宅などに入居されている方を対象とした交流会と生活再建についての情報提供の場です。日頃の悩みや不安、希望を語り合い、少し息抜きをしてみませんか？

**日時** 10月2日(火) 午後2時～4時

**場所** 東部公民館

**定員** 50人(先着順)

※駐車場には限りがあります。公共交通機関の利用にご協力をお願いします。

**申込み** 9月12日から28日までに電話で東区役所地域支え合いセンター(☎096-367-9267)へ

(東区役所福祉課)

## 育児相談 無料

子どもの発育・発達や子育ての悩みごとや、離乳食のすすめ方など、気軽にご相談ください。

**日時** 9月3日(月)、10日(月) 午後1時～3時

**場所** 東区役所3階健康センター

**内容** 身長・体重の測定、行動や言葉の相談、歯に関する相談、離乳食・幼児食のすすめ方など

**対象** 東区に住む乳幼児と保護者

**持参物** 親子(母子)健康手帳

**申込み** 当日直接会場へ

(東区役所保健子ども課)



## 東区民まつり 2018 ～未来へひろげよう 東区 復興の輪～

震災復興、区民の交流を深めようをコンセプトに、東区民まつりを開催します。

震災復興に関連したブースや、盛りだくさんのステージのほか、東区農畜産物の販売、食パザー、ふわふわバルーン、縁日など子どもから大人まで一日楽しめるお祭りです。景品が当たるスタンプラリーや抽選会も行います。ぜひ皆さん、遊びにきてください。

※当日は臨時駐車場を設置する予定ですが、台数が限られますのでなるべく公共交通機関をご利用ください。

※雨天決行ですが、荒天の場合は中止します。

(東区役所総務企画課)



## 今日から始めよう♪ 無料 生活習慣病予防のための健康づくり教室

よい生活習慣は、健康な体を作ります。

生活習慣病は気付かないうちに進行し、重症化しています。

健康的な食生活と暮らしの中でできる体力づくりについて、手軽にできるポイントをお伝えします。



**日時** 10月12日(金) 午前9時半～正午

**場所** 東区役所3階健康センター

**内容** 健康チェック(血圧測定)、管理栄養士のお話、運動指導士のお話と実技

**対象** 東区に住むか通勤する70歳未満の方

**定員** 20人(先着順)

**申込み** 9月18日から電話で東区役所保健子ども課へ

## 専門医による心の健康相談 無料

「何日も眠れずつらい」、「食欲がなく気持ちが落ち込み何もしたくない」、「受診させたくても本人に病気の認識がない」など、心の病気でお悩みの方、気軽にご相談ください。

**日時** 10月12日(金) 午後2時～4時

**場所** 東区役所3階保健子ども課相談室

**内容** 専門医による個別相談

**対象** 心の病気の方やその家族など

**定員** 2組(先着順)

**申込み** 9月20日から電話で東区役所保健子ども課へ

## 認知症サポーター養成講座 無料

認知症になっても安心して暮らしていける地域を目指して、「認知症サポーター養成講座」を開催します。認知症を正しく理解し、認知症の人とその家族を支える応援者(サポーター)になりませんか。

**日時** 10月9日(火)

午後2時～3時半(受付:1時半から)

**場所** 東区役所101、102会議室

**定員** 45人(先着順)

**申込み** 9月5日から電話(☎096-334-1500)かインターネット(higomaru-call.jp)でひごまるコールへ

詳しくは、ささえりあ託麻(☎096-380-7078)へ。

(東区役所福祉課)

## ほたくぼスクールカフェ (認知症カフェ) オープン!!

中学校の空き教室で、認知症カフェを始めます。懐かしい学び舎で認知症や介護についてのお悩み、ご相談、息抜きなど、お茶を飲みながらゆっくり過ごしましょう。



**日時** 9月26日(水)、10月24日(水)、11月28日(水)、12月19日(水)、来年1月23日(水)、2月27日(水)、3月20日(水) 午前10時～正午

**場所** 西原中学校教室(東区保田窪4丁目9-1)

**対象** どなたでも

**費用** 200円

**申込み** 当日直接会場へ

詳しくは、ささえりあ保田窪(☎096-387-8201)へ。

(東区役所福祉課)

## 行政書士による無料相談会 無料

身近な困りごとについて、気軽にご相談ください。

**日時** 10月10日(水) 午前9時半～午後4時

**場所** 東区役所1階101会議室

**相談内容** 遺言、相続、交通事故、会社設立、契約、営業許可、在留資格など

**相談員** 熊本県行政書士会

詳しくは、熊本県行政書士会東南支部(☎096-335-7251)または東区役所総務企画課へ。