



こちら 東区 Higashi 東区です

2月号
平成27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
- ・まちづくり推進課 ☎096-367-9122
- ・区民課 ☎096-367-9124
- ・福祉課 ☎096-367-9127
- ・託麻総合出張所 ☎096-380-3111
- ・秋津出張所 ☎096-368-2205
- ・東部出張所 ☎096-367-1411
- ・保護課 ☎096-367-9129
- ・保健子ども課 ☎096-367-9134
- ・農業振興課 ☎096-367-9137
- ・東税務課 ☎096-367-9138

東区の人口 (平成26年12月1日現在推計人口) **人口** 190,314人(前月比 -14%) **世帯** 78,357世帯(前月比 -3%) **面積** 50.07km²(国土地理院公表値)

「東区健康フェスタ」開催

今年度健診を受けましたか？受けていない方は参加しませんか。楽しい健康イベントも開催しますので、ぜひおこしください。



- **期日** 3月15日(日) 午前9時～午後2時
- **場所** 東区役所(駐車場・1階ロビー・3階健康センター)
- **内容** (1)健康イベント

体力測定、体組成測定、健康相談、健康チェック(血管年齢・骨密度検査・簡易血糖検査)、歯周病簡易検査、食育コーナー(野菜スープの試飲)、子ども向け救護服試着 など
※項目によっては人数に限りがありますので、先着順となります。

(2)各種健診(事前申し込みが必要です)

健診申込み(定員になり次第終了)
2月1日～10日までに電話(☎096-334-1507)でひごまるコールへ

※駐車場は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。

- **健診受付時間** 午前9時～11時
- 受付場所** 1階正面ロビー

健診内容	対象	年齢	定員(先着順)
特定健診	国保加入者 協会けんぽ被扶養者	40歳以上	100人
後期高齢者健診	後期高齢者医療加入者	75歳以上	
生活習慣病予防健診	協会けんぽ被保険者	35歳以上	100人
肺がん検診	熊本市に住民票があり、 職場で同様の検診を受診する機会がない方	40歳以上	150人
胃がん検診			70人
大腸がん検診			定員なし

※東区に住むか通勤する方が対象となります。
※自己負担金あり。

詳しくは、東区役所保健子ども課へ。

認知症家族の会「やすらぎとまりぎ」

介護の悩みを打ち明けたり、ほかの人と話すことで気持ちが安らぐ場所を目指しています。本音で話せる仲間を見つけましょう。

- ① **日時** 2月4日(水) 午後1時半～3時半
- 場所** 白川の里(東区小山町2493)
- ② **日時** 2月13日(金)・25日(水) 午後1時半～3時半
- 場所** グループホームほほ笑み(東区戸島西5丁目5-26)
- 費用** 100円
- 申込み** 2月2日から電話でささえりあ託麻(☎096-380-7078)へ



(東区役所福祉課)

CKD(慢性腎臓病)予防教室 **無料**

CKDは、成人の8人に1人の割合と推計される新たな国民病といわれています。CKDを予防するためぜひ教室にご参加ください。

- 日時** 2月20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(血液検査、尿検査、血圧)、医師、歯科医師、保健師、栄養士の講話
- 対象** 東区に住む40歳から69歳の方で、過去1年以内に受けた特定健診などで、腎機能推算GFR値が50以上60未満の方(生活習慣病で治療中の方を除く)
- 定員** 40人(先着順)
- 申込み** 2月5日から電話で東区役所保健子ども課へ

育児教室 **無料**

- 日時** 2月26日(木) 午後1時半～3時40分
- 場所** 東区役所3階すこやかホール
- 内容** 離乳食の進め方、赤ちゃんの歯についてなど
- 対象** 東区に住む平成26年9月～10月生まれの赤ちゃん(原則として第1子)と保護者
- 定員** 30組(先着順)
- 申込み** 2月5日から電話で東区役所保健子ども課へ

もうすぐパパママ教室 **無料**

- 日時** 2月27日(金) 午後1時半～3時半
- 場所** 東区役所3階健康センター
- 内容** ・パパがママに!?妊婦体験
・妊娠期の生活について! 講義・実技
・おしゃべりタイム
・育児情報の紹介
- 対象** 東区に住む平成27年4月以降の出産予定日の初産婦とその夫など
- 定員** 25組(先着順)
- 持参物** 親子(母子)健康手帳
- 申込み** 2月2日から電話で東区役所保健子ども課へ

糖尿病予防教室 **無料**

- 糖尿病は症状のないまま進行し、さまざまな合併症を起こす怖い病気です。糖尿病を正しく知るために教室に参加しませんか。
- 日時** 3月13日(金) 午前10時～正午
 - 場所** 東区役所3階健康センター
 - 内容** 健康チェック(血液検査、尿検査、血圧)、医師、歯科医師、保健師、栄養士の講話
 - 対象** 東区に住む40歳～69歳の方
 - 定員** 40人(先着順)
 - 申込み** 2月9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**

「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識がない」など、心の病でお悩みの方、気軽にご相談ください。

- 日時** 2月18日(水) 午後2時～4時 予約制(2組)
- 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** 心の病でお悩みの方や家族の方など
- 申込み** 2月5日から電話で東区役所保健子ども課へ



がんばる農業

今回は、供合地区でトマト生産に取り組んでいる城昌晴さんをご紹介します。

城さんは、8年前から農業後継者として父親の元で農業を学んでいましたが、今期の作付けから自分の連棟ハウスでトマトの生産を始めました。自分のハウスを建てるということは、経営者としての新たな決意が必要です。広い連棟ハウスの管理は初めてで不安なことが多く、地域の生産者の方々からトマト栽培の極意を日々学んでいます。

また、農薬散布を減らすための防虫ネット(網目が細かい害虫をハウス内に入れない対策)や粘着シート(ハウス内の害虫を粘着板で捕獲するシート)、循環扇(ハウス内の温度や湿度を管理する換気扇)を設置し、安全・安心なトマトづくりを心がけ、よりよいトマトを消費者の皆さんに届けるために頑張っています。

生産物の一部は直販所にも出荷しており、丹精込めて作ったトマトを消費者の皆さんが購入された時は大変うれしく、栽培意欲が湧いてくるということです。

東区の農業者を、今後とも応援してください。

(東区役所農業振興課)

