



こちら 東区 Higashi です

9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27年7月1日現在推計人口) **人口** 190,135人(+63) **世帯** 78,843世帯(+90) **面積** 50.19km²(国土地理院公表値)

ピカピカカミカミ教室 無料

日時 9月16日(水) 午前10時～11時半
場所 東区役所3階健康センター
内容 幼児食とお口の話、手作りおやつを試食、歯みがき実習など
対象 東区に住む平成26年4月1日～9月15日生まれの幼児と保護者
定員 30組(先着順)
持参物 親子(母子)健康手帳、仕上げみがき用歯ブラシ
申込み 9月7日から電話で東区役所保健子ども課へ

育児教室～赤ちゃんのすこやかな成長のために～ 無料



日時 9月17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27年4月～5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)
持参物 親子(母子)健康手帳、バスタオル
申込み 9月8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、お気軽にご相談ください。
日時 9月16日(水) 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) ※予約制。
申込み 9月7日から電話で東区役所保健子ども課へ

骨粗しょう症予防教室 (1回コース) 無料

人の骨量は20歳前後でピークに達し、その後40歳代半ばから減少するといわれています。自分の骨量を知り、丈夫な骨を作るための運動や食事について学びませんか。



日時 9月29日(火)、10月23日(金) 午後1時半～4時
場所 東区役所3階健康センター
内容 骨量測定、骨粗しょう症予防についての講話、運動実技、試食
対象 東区に住む40歳～64歳の方
定員 各25人(先着順)
申込み 9月9日から電話で東区役所保健子ども課へ

東区わくわく生涯学習フェスタ ～作る、描く、アートでつながる～

公民館講座の体験を通して、たくさんの方に生涯学習の楽しさを味わってもらうとともに、作ること、描くことから、表現の楽しさや面白さ、人とのつながりのきっかけとなることを体感してもらおうと東部・秋津・託麻公民館が合同で実施するイベントです。



日時 9月20日(日) 午前10時～午後3時
場所 秋津公民館

内容	時間	定員	費用
ぐれっちの紙芝居	午前10時～、午後2時～	なし	無料
絵本読み聞かせ	午前10時～		
腹話術のケンちゃん	午前11時～、午後1時～		
みんなで学ぼう!手話体験	午前10時～		
森を作ろうワークショップ	午後1時～	30人程度	1回100円
鳥を作ろうワークショップ	午前10時～		
缶バッジを作ろう	午後1時～	なし	1回100円
肥後象嵌作り体験	午前11時半～、午後0時半～	各8人	材料費3,500円

※鳥を作ろうワークショップ・肥後象嵌作り体験は9月10日までに事前に申込みが必要(抽選)、ほかは当日直接会場へ。折り紙、簡単工作教室、つみ木コーナーなどもあります。詳しくは、秋津公民館(☎096-365-5750)へ。

東区民まつり2015 「中学生クイズバトル」・「フォトコンテスト」参加者募集!

“つなげよう! 広げよう! 東区の笑顔”をテーマに今年も東区民まつりを開催します。

- 【前夜祭】** 11月22日(日) 午後6時～8時半
- 【本祭】** 11月23日(祝) 午前9時半～午後4時
- 【場所】** 東区役所(駐車場・1階ロビー・3階ホール)

●中学生クイズバトル(11月23日) ～めざせ! 東区のクイズ王～

時間 予選:午後1時半～
決勝:午後3時～
内容 東区にまつわるクイズのチーム対抗戦
 予選:○×クイズ(特設ブース)
 決勝:早押しクイズ(ステージ)
入賞 上位3チーム(賞品あり)
対象 東区内の中学校に通学する中学生(同一中学校の生徒3人で1チーム)
定員 30チーム(応募多数の場合は選考)

●フォトコンテスト ～写真でつなぐ東区～

写真をとおして東区の魅力を再発見し、広く伝えていくために、フォトコンテストを開催します。
 入賞作品は区民まつりで表彰し、東区役所などに展示します。また、区だより、ホームページ、Facebookなどで区のPR写真として活用します。
テーマ ①「誰かに教えてくれる東区の風景」
 ②「東区をもっと元気に! みんなの笑顔」
対象 今年4月以降に東区内で撮影したテーマに関する写真(ほかのフォトコンテストなどで受賞していないもの)
規格 六つ切またはA4サイズ
入賞 各テーマ8点(賞品あり)
対象 どなたでも(プロ、アマは問いません)
応募点数 1人各テーマ3点まで

応募締切は、いずれも10月26日(月)必着。
 応募方法など、詳しくは東区ホームページまたは、東区役所、託麻総合出張所、秋津出張所、東部出張所に設置の募集要項・応募用紙をご覧ください。
 ※東区民まつりの内容については、市政だより11月号でお知らせします。(東区役所総務企画課)

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。
日時 9月10日(木)、18日(金)、23日(祝) 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 電話でささえりあ託麻(☎096-380-7078)へ
 (東区役所福祉課)

認知症サポーター養成講座 in東区役所 無料

認知症を正しく理解し、認知症の方と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13日(火) 午後2時～3時半
場所 東区役所1階101会議室
定員 50人(先着順)
申込み 9月7日から電話(☎096-334-1500)かホームページ(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)