ひがし

区のマーク

ホームページ　エックス　フェイスブック　インスタグラム

東区役所
〒812-8653 東区箱崎二丁目 54-1
代表電話 ☎631-2131

東区データ
人口 342,566人(+77)
男165,919人 / 女176,647人
世帯数 173,931世帯(+44)
令和８年10月１日現在推計（前月比）

期＝日時、期間　所＝場所　対＝対象　定＝定員　料＝料金、費用　申＝申し込み　問＝問い合わせ　F＝ファクス　✉＝メール　HP＝ホームページ　託＝託児　持＝持参　受＝受付時間

12月の東区芸術文化祭

音楽や美術、伝統芸能などに気軽に親しめる「東区芸術文化祭」を12月まで開催しています。

スマホはこちらから

問区企画振興課 ☎645-1037 F651-5097

12月6日 料理教室や世界の楽器、絵本など見て・触れて・楽しむ多文化交流

なみきスクエアで、世界の料理や楽器体験、民族衣装の試着・写真撮影、絵本コーナーなどが無料で楽しめるイベントを開催します。

参加申し込み方法など、イベントの詳細は、区ホームページ（「東区芸術文化祭」で検索）でご確認ください。

①世界の料理体験教室



「けんちゃん先生」こと嘉村健志さん＝**写真**＝と一緒に、サムゲタンなどを楽しく作りませんか。

期12月６日㈰午前10時～午後１時 対小学５年生以上（小中学生は保護者同伴） 定20人（抽選） 料無料

②音楽交流ワークショップ



世界の楽器を体験して、みんなで楽しく交流しませんか。

期12月６日㈰午前10時～、午後１時～（各回45分） 対小学生以上（小学生は保護者同伴） 定各回20人（抽選） 料無料

12月のイベントスケジュール

12/1㈫～25㈭	**MOA美術館　福岡児童作品展東地域展** 所香住丘公民館
12/4㈮～6㈰	**南無サンダーの見世物演劇** 所筥松南公園
12/6㈰	**なみき落語会　柳亭小痴楽・蝶花楼桃花 二人会 スペシャルゲスト 風間杜夫** 所なみきスクエア なみきホール
12/6㈰	**ドラマから学ぶ韓国語（中級向け）** 所なみきスクエア　第２会議室
12/6㈰	**多文化交流イベント＝左記事参照** 所なみきスクエア
12/12㈯	**親子 de 竹 DIY ランタンとミニ門松を作ろう** 所臨海３Rステーション
12/12㈯～20㈰	**大學湯脱衣ロッカー展08** 所大學湯（箱崎三丁目）
12/12㈯	**東区第九 2026** 所なみきスクエア なみきホール
12/13㈰	**クリスマスおはなし会** 所なみきスクエア第1、2会議室
12/18㈮～25㈮	**九州産業大学・九州産業大学造形短期大学部作品展** 所なみきスクエア ひまわりひろば
12/19㈯	**聖夜に寄せる小さな音楽会** 所なみきスクエア 大練習室
12/20㈰	**第24回「ゴスペルを歌うぞ」コンサート** 所なみきスクエア なみきホール
12/20㈰	**100人で叩こう リズムで繋がるココロとカラダ** 所なみきスクエア 大練習室
12/25㈭	**第34回福岡大学附属若葉高等学校ダンス部定期公演** 所なみきスクエア
12/27㈰	**福岡ウインドアンサンブル 冬の演奏会** 所なみきスクエア なみきホール
12月上旬～下旬	**TRICK ART PROJECT 2026** 所なみきスクエア
12月上旬	**箱崎ウォールアートプロジェクト -Sea of Memories-私たちが創造する箱崎の青写真** 所九州大学箱崎キャンパス跡地 工事現場仮囲い

「東区一人一花運動」花と親しむミニブーケづくりワークショップ



イメージ写真

世界に一つだけのオリジナルミニブーケを作ってみませんか。フォトスポットで、完成したミニブーケと一緒に写真撮影を楽しめます。

期11月22日㈰正午開始 所なみきスクエア（並木広場側入口近く） 定先着100人 料無料 申不要

問区企画振興課 ☎645-1014 F651-5097

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＝**写真**＝の作り方を教えます。

期12月19日㈯ 午前10時～12時 ※雨天中止 所三日月山霊園管理事務所前駐車場（大字香椎） 対市内在住の小学生以上（小学生は保護者同伴） 定20組40名（申込多数の場合は抽選） 料無料 申11月27日㈭までに氏名・年齢・住所・電話番号をファクス、はがきで問い合わせ先、または右コードから申し込み。

申込フォームはこちらから

問区企画振興課 ☎645-1037 F651-5097

区役所以外でも証明書が取得できます

取得方法など、詳しくは区ホームページ（「証明の便利な取り方」で検索）をご確認ください。

スマホはこちらから

問区市民課 ☎645-1016 F632-0360

●コンビニエンスストア等のマルチコピー機

暗証番号を登録済みのマイナンバーカードがあれば、窓口より50円安く取得できます。

受▷住民票の写し・印鑑登録証明書、所得証明・納税証明書＝午前６時30分～午後11時▷戸籍証明書＝平日午前９時～午後５時

●オンライン申請

オンラインで申請すると、住民票の写しや戸籍・税務証明書を郵送で受け取れます。電子証明書が有効なマイナンバーカードとスマートフォン、クレジットカードが必要です。手数料は、窓口より50円安くなります。

●市内３カ所の証明サービスコーナー

▷千早（なみきスクエア１階 ☎674-3983）▷博多駅（地下鉄博多駅博多口 ☎432-5353）※税務証明書（所得証明など）を除く▷天神（市役所１階 ☎733-5222）

受▷住民票の写し・印鑑登録証明書＝午前９時～午後８時▷戸籍証明書・税務証明書＝平日午前９時～午後５時15分

●郵便局（市内34カ所、区内10カ所）

代理申請は不可 受平日午前９時～午後５時

※証明書交付サービスは令和９年５月に終了

バードウォッチング in 和白干潟



野鳥について学ぶ参加者(昨年)

中央アジア・シベリアなど遠い北国から、和白干潟に飛来してくる、冬の渡り鳥を楽しく観察しましょう。

期11月29日㈰ 午後１時～３時 ※雨天中止 所和白干潟の海の広場（和白四丁目） 定先着30人 料無料 申電話かファクス、メールで氏名、年齢、連絡先を問い合わせ先、または右コードから申し込み。

申込フォームはこちらから

問市みなと環境政策課 ☎282-7132 F282-7771 ✉m-kankyo.PHB@city.fukuoka.lg.jp

東区リサイクル情報

市は、古紙や空き缶などのリサイクルを推進しています。区内のリサイクルボックスや区役所で回収する資源物の情報を紹介するリーフレット「東区リサイクル情報」を、なみきスクエア（千早四丁目）、コミセンわじろ（和白丘一丁目）、区生活環境課で配布しています。区ホームページ（「東区 リサイクル情報」で検索）からもダウンロードできます。ぜひご活用ください。

スマホはこちらから

問区生活環境課 ☎645-1024 F632-8999

アクティブシニアの健康づくり教室



要介護になりやすい状態「フレイル」を予防するための教室です。有酸素運動、栄養や口の健康に関する講話、脳を活性化する脳トレやストレッチなど、仲間と一緒に頭と身体を動かしませんか。

期来年１月８日㈭、15日㈭、22日㈭、２月５日㈭の全４回、午後１時～３時 所香陵公民館（香椎浜一丁目） 対介護保険サービスを利用していない、軽い運動が可能で、全４回参加できる65歳以上の人 定抽選25人 料無料 申12月11日㈭までに電話で問い合わせ先へ 持飲み物、タオル、室内靴、運動できる服装

問区地域保健福祉課 ☎645-1088 F631-2295

ぬくもりの窓口

福祉の総合相談窓口「ぬくもりの窓口」を区役所別館１階に設置しています。病気や失業、介護などの困り事が重なり、どこに相談すればよいか分からないときにご利用ください（事前予約をお勧めします）。詳しくは、区ホームページ（「東区 ぬくもりの窓口」で検索）をご覧ください。

スマホはこちらから

問区支援調整課 ☎645-1128 F402-2133

期＝日時、期間 所＝場所 対＝対象 定＝定員 料＝料金、費用 申＝申し込み 問＝問い合わせ F＝ファクス ✉＝メール HP＝ホームページ 託＝託児 持＝持参 受＝受付時間

福岡東区 歴史歩・歩・歩 さんぽ会

ボランティアのおすすめスポット

静けさの中にたたずむ山の神池

「歩(さ)・歩(ん)・歩(ぽ)・会」 濵地 美喜



東区には61カ所のため池があります。ため池は、稲作が本格化した弥生時代から、水不足による干ばつを防ぎ、必要な水をいつでも供給できるよう造られました。

江戸時代、8代将軍吉宗の世になると、食糧増産を目的に新田開発が進み、多くのため池が造られました。東区のため池の一つ、山の神池＝**写真**＝は、延享4(1747)年、9代将軍家重の世に造られ、現在でも主に農業用として利用されています。池の面積は約3000平方㍍(25㍍プール約9個分)、深さは約7㍍で、自然の地形を利用して造られ、現在でも往時の面影をとどめています。

山の神池は立花山の麓にあります。下原バス停の横の立花山登山道入口から10分程歩き、大権現登山道口と立花山登山道口の分岐点を右に折れると20㍍程で山の神池が見えます。池のそばで耳を澄ますと、鳥のさえずりや虫の声、風に揺れる木々の葉擦れの音が聞こえます。水面に映る緑が神秘的な景観をつくり出し、四季折々の自然の美しさを感じることができます。

立花山へのハイキングや登山の際は、山の神池で足を止めて歴史と自然を味わってみませんか。



公民館で「ユマニチュード®」講座



イラスト提供：日本ユマニチュード学会

認知症の人に優しさを伝えるケア技法「ユマニチュード」について、基本的な考え方や具体的な技術を学べる講座を各公民館で実施します。

開催日	公民館	時間
11/25(水)	松島	19:00～20:00
12/6(日)	香住丘	13:50～14:50
12/13(日)	筥松	10:00～11:00
12/19(土)	千早西	13:30～14:30

対市内在住または通勤・通学する人 定各日先着30人程度 料無料 申市ホームページ(「福岡市　ユマニチュード講座」で検索)から申し込むか、電話かファクス、メール(✉fuk-huma@nta.co.jp)で、氏名、電話番号を問い合わせ先へ。上記公民館でも受け付けます。

スマホはこちらから

問市ユマニチュード講座一斉実施事務局(平日午前9時～午後5時) ☎600-2786 F451-0550

空港周辺住宅の空調機器の取り換え費用を助成します

福岡空港周辺の航空機騒音指定区域内にある昭和57(1982)年3月30日以前に建てられた住宅で、国の補助で設置した空調機器(10年以上経過し故障しているもの)の取り換え工事に一定額を助成します。

市空港対策課(博多港センタービル4階)、情報プラザ(市役所1階)、区市民相談室、各共同利用会館で配布する申込書を、郵送か持参で12月1日(火)必着で問い合わせ先へ。※審査期間1カ月程度、購入後の申請は対象外

問空港周辺整備機構(〒812-0013博多区博多駅東二丁目17-5アークビル9階) ☎472-4594 F472-4597

保健だより

【問い合わせ・申し込み先】
①集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 F0120-931-869
②区健康課健康づくり係 ☎645-1078
③区健康課母子保健係 ☎645-1077
④区健康課企画管理係 ☎645-1076 F651-3844(②～④共通)
⑤市保健所精神保健・難病対策課 ☎711-4377 F791-7354

健診・検診等		12月	1月	受付時間	予約	申/問	対象・料金・その他
よかドック(特定健診)		3(木) 18(金)	12(火) 21(木)	8:30～10:30 詳細の確認、予約は市ホームページ「けんしんナビ」で スマホはこちらから	要	申 ① 問 ②	対40～74歳の市国民健康保険被保険者 料500円 持保険資格を確認できる書類、よかドック受診券
骨粗しょう症検査							対40歳以上 料500円
がん検診	胃がん						対40～69歳 (70歳以上は委託の医療機関で実施) 料1,000円 ※バリウムによる胃透視
	子宮頸(けい)がん						2年度に1回受診可 対20歳以上 料400円
	乳がん						2年度に1回受診可 対40歳以上 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円
	大腸がん						対40歳以上 料500円
	胃がんリスク検査						対35歳・40歳 料1,000円
	肺がん						対40～64歳 料500円
	結核・肺がん						対65歳以上
なみきスクエア健診		16(水)	8(金)	9:00～11:30			上記よかドック、がん検診と同じ内容を実施 所なみきスクエア(千早四丁目)
松島小学校		6(日)	－	9:00～11:30			上記がん検診と同じ内容を実施

相談・検査等		12月	1月	受付時間	予約	申/問	対象・料金・その他
個別栄養相談		16(水) 22(火)	20(水) 26(火)	10:00～10:50 11:00～11:50	要	②	栄養士による相談 1人50分程度 詳細は区ホームページ (「個別栄養相談」で検索) スマホはこちらから
		4(金) 14(月)	5(火) 7(木)	13:00～13:50 14:00～14:50			
離乳食教室 所なみきスクエア		17(木)	27(水)	11:00～12:00			対生後4～8カ月頃の乳児の保護者
				13:30～14:30			対生後9～18カ月頃の乳幼児の保護者
マタニティスクール	[1]	14(月)	5(火)	10:00～10:30 美10:30～12:15	要	③	対区内に住む妊婦と家族15組(先着順) 申前々月15日より区ホームページか電話で [1] 妊娠中の生活、栄養、参加者同士の交流 [2] 産後の生活と赤ちゃんの世話(沐浴等)
	[2]	21(月)	25(月)				
心の健康相談		11(金)	8(金)	9:30～11:30	要	⑤	精神科医による相談 1人30分程度
		22(火)	26(火)	13:30～15:30			

すくすく育児相談会	実施日	受付時間
香椎公民館	12/8(火)	13:30～14:00
東箱崎公民館	12/9(水)	13:30～14:00
三苫公民館	12/11(金)	13:30～14:00
名島公民館	12/14(月)	13:30～14:00
香陵公民館	12/18(金)	10:00～10:30
香椎東公民館	12/23(水)	13:30～14:00
松島公民館	12/24(木)	13:30～14:00

乳幼児の身体測定や育児相談 申不要 問区地域保健福祉課 ☎645-1088 F631-2295

▷健(検)診の予約は健(検)診日の土曜・日曜・祝日を除く10日前までに、集団健診・よかドック総合窓口(①)、または市ホームページ「けんしんナビ」で受け付けます。

▷健(検)診は70歳以上と市県民税非課税世帯の人などは料金が免除されます(証明書が必要)。

▷場所の記載がないものは、東区役所別館(箱崎二丁目54-27)で実施します。

▷料金の記載がないものは無料です。

▷「エイズ・クラミジア・梅毒検査」の日程等については、市ホームページ(「エイズ・性感染症検査」で検索)で確認、または市保健所感染症対策課(☎791-7081 F406-5075)にお問い合わせください。