



笑顔といっしょに「ありがとう」

ひがし 10月号

第211号

東区の人口 令和5年9月1日推計()は前月比

人口	世帯
84,459人 (23人増)	37,587世帯 (35世帯増)
人口密度	面積
8,051人/km ²	10.49km ²
編集・発行 東区役所企画総務課 e-mail:higashikiso@city.sakai.lg.jp	

10月2日から
第5弾募集!

笑顔といっしょに
ありがとう

Thanks

お待たせしました!赤ちゃんのお写真を募集します!笑顔あふれるお写真をお待ちしています!

問 東区役所企画総務課
(☎287-8100 FAX287-8113)

※年齢は撮影当時のものです。

応募・詳細はこちら!



海のように広い心で周りを
和ませたり癒すことのできる
人にと願いを込めて。



かなた 奏海ちゃん 2歳4か月

1歳のお誕生日おめでとう!
太陽みたいなニコニコ笑顔が
大好きだよ。



あさひ 朝陽ちゃん 1歳



みなぎ 美凧ちゃん 8か月

好奇心旺盛!
わんぱくなそうちゃん!
のびのび大きくなってね!



そうた 湊大ちゃん 10か月

風のように美しく
穏やかな人になってね!



いち ごう 杏ちゃん・郷ちゃん 1歳3か月

2人とも元気に
仲良く育ってね☆



ゆうた 裕太ちゃん 4か月

元気にスクスク
育ってね。



はるか 陽花ちゃん 1歳9か月

太陽のような
キラキラ笑顔で
元気に育ってね!

チェック!安全・安心

▶サポート詐欺にご注意ください

インターネット利用時に「ウイルスに感染しました」などのニセの警告画面と電話番号を表示させ、ウイルス除去などのサポート費用を騙し取る手口の詐欺が増えています。表示される電話番号には絶対に連絡せず、家族や警察に相談しましょう。

問 東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

黒山警察署(☎362-1234 FAX363-0895)

詳細・対策はこちら!



大阪府警察 HP

小学校就学前の健康診断

来年小学校に入学する子どもの健康診断を行います。10月下旬までに郵送で通知しますので指定の日程・会場で受検してください。通知が届かない時の連絡先や詳細は市HP(QRコード)よりご確認ください。

登美丘東・登美丘西・登美丘南・野田小学校区の方は登美丘東小学校で受検してください。

問 学校保健体育課(☎340-0316 FAX228-7421)



東区役所 〒599-8112 東区日置荘原寺町195番地1

堺市東区

1階	●市民課 ☎287-8102 FAX288-2150 【戸籍・住民票など証明・届出関係】	●保険年金課 ☎287-8108 FAX287-8621 【国民健康保険・後期高齢者医療・医療費助成・国民年金】
	●社会福祉協議会東区事務所 【市民活動・ボランティア関係】 ☎287-0004 FAX287-0444	●東基幹型包括支援センター 【高齢者総合相談・ダブルケア相談窓口】 ☎287-8730 FAX287-8740
2階	●東区障害者基幹相談支援センター 【障害者に関する相談】 ☎285-6666 FAX287-6767	●東老人福祉センター【高齢者の健康増進関係】 ☎287-8150 FAX287-8160
	●生活支援課 ☎287-8110 FAX287-8117 【生活保護関係】	●地域福祉課 【障害者・高齢者福祉】☎287-8112 FAX287-8117 【介護保険関係】☎287-8123 FAX287-8117
3階	●企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113 【広報・広聴・相談・市政情報コーナー・選挙など】	●東保健センター ☎287-8120 FAX287-8130 【乳幼児健診・各種健康相談など・健康づくり関係】
	●自治推進課 ☎287-8122 FAX287-8113 【自治会・美化など地域振興活動関係】 美化担当(不法投棄) ☎287-8103 FAX287-8113	●子育て支援課 【子育て相談】☎287-8612 FAX286-6500 【児童・ひとり親・女性相談】☎287-8198 FAX286-6500

東区HP



東区長 Twitter



地域SNS ピアッザ



東区公式 YouTube



区役所外

- 粗大ごみ受付センター
【家庭から出る粗大ごみの収集申し込み】
☎0120-00-8400
(携帯電話などから ☎06-6485-5048)
- 環境業務課指導係【家庭ごみの収集】
☎228-7429
- 上下水道局お客様センター【水道・下水道関係】
☎0570-02-1132
- 北部地域整備事務所【道路維持・管理】
☎258-6782 FAX258-6843
- 東消防署
【火事・救急・救助・予防に関すること】
☎286-0119 FAX286-0126
- 市税事務所(三国ヶ丘庁舎)
法人諸税課【軽自動車税関係】
☎231-9741 FAX251-5631
市民税課【市・府民税】
☎231-9753 FAX251-5632
固定資産税課【固定資産税】
☎231-9762 FAX251-5633
納税課【納税】☎231-9773 FAX251-5634



笑顔いっぱい!思い出いっぱい! 「秋色ガーデン」

10月23日～11月30日 東区役所 健康ふれあいひろば

区民の皆さんに育てていただいたポーチュラカをはじめコスモスやジニアなど、さまざまな秋の花が皆さんをお迎えます。秋の思い出作りにぜひ区役所へお越しください。
※生育状況により、見頃の時期が前後する場合があります。

☎東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

ハロウィンの
カボチャを見つけよう!



詳細は
こちら!



主催:東区役所・公益財団法人 堺市公園協会

図書館だより

東図書館 ☎235-1345 FAX236-1517
初芝分館 ☎286-0071 FAX286-0091

休館日:東図書館・初芝分館共通
10月2・16・23・30日
(初芝分館のみ10月19・20日も休館)

えほんの会

日時 10月14日(土)14～14時30分 場所 東図書館 先着 10人

ブックトーク「描かれた認知症」とカードゲーム体験

もしもの時に大切なことを語り合うカードゲームを体験しませんか。

日時 10月24日(火)14～15時 場所 東図書館 先着 8人

認知症関連のブックフェアやパネル展示(10月11～26日)も行います。

図書館サポーター養成講座

受講後、東図書館などでボランティア活動に参加いただけます。

日時 11月16日(木)13～15時 場所 東図書館

対象 図書館ボランティアに興味のある15歳以上の方(中学生不可)

先着 10人 申込 10月26日から直接か電話、FAXで同館へ

東図書館	初芝分館
赤ちゃん絵本の会(直接同館へ)	
日時 10月27日(金)11～11時30分	日時 10月6日(金)11～11時30分
おはなし会(直接同館へ)	
日時 10月7・28日14～14時30分	日時 10月21日(土)15時30分～16時
移動図書館・くすのき号 ☎中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)	
日時 10月1・15・29日14時40分～15時40分(到着時間は多少前後します)	
場所 東初芝公園(東区日置荘北町1丁23)	

地域包括支援センターだより

東基幹型包括支援センター ☎287-8730 FAX287-8740

東区認知症つながりミーティング「認知症の世界を体験してみませんか？」

書籍「認知症世界の歩き方」より、映像やカードで認知症について考えます。

日時 10月31日(火)13時30分～15時 先着 30人

申込 10月24日までに電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ

東第1地域包括支援センター	担当区域(小学校区)
石原町3丁150(つるぎ荘・やしも地域サポートセンター内) (☎240-0018 FAX240-0048)	南八下・八下西・日置荘・日置荘西・白鷺
東第1地域相談窓口 日置荘田中町143-1(つるぎ荘内) (☎286-2828 FAX286-6868)	
東第2地域包括支援センター	担当区域(小学校区)
南野田33(ハーモニー内) (☎237-0111 FAX237-3900)	登美丘西・登美丘東・登美丘南・野田

東区の相談

☎ = 電話相談可

無料 12:00～12:45と祝休日は休み 他区も含めた日程はこちら

どの区でも = 他区でも相談可 ※中止・延期など変更の場合があります。

市民相談・人権相談 (日常生活での問題や人権の問題など)	☎ どの区でも	月～金 9:00～17:00 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113
行政相談 (国の行政全般についての苦情、要望など)	☎ どの区でも	10/23 14:00～16:00 場所 東区役所企画総務課 ☎ 228-7475 FAX228-7444
人権擁護委員による人権相談	☎ どの区でも	10/17 14:00～16:00 場所 東区役所企画総務課 ☎ 228-7159 FAX228-8070
行政書士による相談	☎ どの区でも	11/14 10:00～12:00 予約は11/8 9:00から先着4人 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113
交通事故相談	☎	月・火・木・金 10:00～17:00 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844
登記・測量相談	☎	第2水 13:00～16:00 先着6人 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844

法律相談	区	堺区	中区	東区	西区	南区	北区	美原区
☎ 要予約 どの区でも 25分以内 場所 区役所企画総務課(西・南区役所は総務課) 時間 13:00～16:00(美原区は15:00まで) 予約 9:00から先着各6人(美原区は4人) ※祝休日は直前の執務日(相談は区ごとに年度内1回限り)	相談日	月・水・金	火・木	水・金	金・火	月・水	木・月	木
	予約開始日※	相談日の前日	直前の月曜日	直前の火曜日	直前の木曜日	直前の金曜日	直前の水曜日	直前の月曜日
	問合先	☎228-7403	☎270-8181	☎287-8100	☎275-1901	☎290-1800	☎258-6706	☎363-9311

ズームアップ 東文化会館

生涯学習施設 ☎234-5691 FAX234-5697
文化ホール ☎230-0134 FAX230-0138

詳しくは同館か同館HP(QRコード)で。

生涯学習施設

▷親子で一緒に茶道体験
～お抹茶と和菓子で、茶道に触れてみませんか～

日時 11月19日(日)
1部:13時30分～14時30分、2部:15時30分～16時30分

対象 小学生とその保護者 1人につき1,000円 抽選 各部4組

申込 10月23日までに同館へ

文化ホール

▷音楽のあるひととき in HIGASHI～音楽と絵画“四つの時の流れ”～

日時 1月20日(土)14時～ 場所 ギャラリー

1,000円。全席自由席。未就学児のご入場はご遠慮ください。

申込 10月14日から直接同館へ

いのちとお金の備え塾

老後のお金や病気、介護について今から備えるための情報を得て、自分にとって何が必要か考えましょう。個別相談や各種体験など盛りだくさんな講座です。

- 出前講座「いのちとお金の備え塾」
- 日ごろの不安や疑問に対応する専門家の個別相談(要申込)
- 訪問入浴デモンストレーション・福祉用具体験
- ケアリング・ヨガ(誰でもできるヨガ)体験 など

日時 11月18日(土)13～16時
場所 東文化会館文化ホールギャラリー

☎一般社団法人らふ・日本エルダーライフ協会
(☎072-468-8395 FAX072-468-8395 ✉info@laugh-sensyu.org)か
東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

だんじり曳行(えいこう) 10月7・8日

日置荘・登美丘地区では秋祭りにだんじりを曳行します。祭礼時には周辺道路の交通規制にご協力をお願いします。

■萩原神社(東区日置荘原寺町75-1 ☎285-0295 FAX287-5369)

【宮入】10月7日(土)9時30分～ 順次3地区
10月8日(日)10時30分～ 順次10地区

■菅生神社(美原区菅生178-1 ☎361-0323 FAX362-5755)

【宮入】10月8日(日)9時40分～ 順次4地区

☎東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)



次のページから広報さかいですく

来年4月からの市内認定こども園・保育所などの利用申込受付

来庁不要で期間中いつでも申し込みできるオンライン申請が便利です。

【オンライン】

10月1～20日に電子申請システム(QRコード)で

【窓口】

10月2～20日(土・日曜日、祝休日を除く)に東区役所子育て支援課で

問 東区役所子育て支援課(☎287-8198 FAX286-6500)



子育てつうしん

地域子育て支援事業担当 ☎287-8612 FAX286-6500

▶東区子ども家庭フォーラム「親子であそぼう!ファミリーフィットネス」-----

ふれあい&リズム遊びなど、親子で身体を動かしましょう。

日時 10月20日(金)10～11時30分

場所 初芝体育館 講師 みんなのWell.net

対象 東区在住で、おおむね1歳から就学前までの子どもとその保護者

先着 80組 申込 10月5日から電子申請システム(QRコード)で



▶親子であそぼう-----

申込 ①は10月17日、②は10月18日、③は10月19日から

電子申請システム(QRコード)で



①ベビーマッサージ

日時 10月24日(火)10～11時15分

講師 モンテッソーリ&ベビーマッサージ講師・溝口かおりさん

対象 東区在住の2～7カ月の赤ちゃんとその保護者 先着 15組

②おしゃべりマルシェ♪～これでいい?子どものごはんを考えよう～

日時 10月25日(水)10～11時15分 講師 管理栄養士・桑垣久美子さん

対象 東区在住の未就園児とその保護者 先着 15組

③おしゃべりアンサンブル♪

同年代のママ同士で交流しませんか。

日時 10月26日(木)10～11時15分

対象 東区在住の40歳以上のお母さんと未就園児(第1子優先) 先着 10組



▶子育て講座「親子で楽しむ絵本」-----

日時 10月31日(火)10～12時

対象 未就学児とその保護者 先着 20組

申込 10月24日から電子申請システム(QRコード)で



東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

▶親子でできる!筋トレ教室

子どもと一緒にできる筋トレ、ヒップアップ、骨盤ケアの実践教室です。

産後身体を動かす機会がない方や運動してリフレッシュしたい方はぜひご参加ください。親子で楽しく運動しましょう。

日時 10月18日(水)10～11時30分

対象 東区在住で参加時に首のすわった4～11カ月のお子さんとその保護者(上のお子さんの同伴は不可)

先着 15組

申込 10月2日から電子申請システムか電話で住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ



新生児～身長160cm程度の子ども服などを回収中!

回収した服は11月23日(祝日)のごみ減量イベント「4RアクションDAY」で必要な方へ無料でお譲りします。

期間 11月10日まで

場所 東区役所1階ロビー、資源循環推進課など

対象 新品か洗濯済みで汚れや破れなどがなく状態の良いもの(一世帯につき45リットルの袋1袋まで)

問 同課(堺区南瓦町3-1 ☎228-7479 FAX228-7063)

詳細はこちら!



いきいきライフ!ボランティア講座 参加者募集

ボランティアや地域の活動について学び、活動への参加や仲間作りができる講座です。

日時 10月30日(月)13時30分～15時30分

講師 ふくしと教育の実践研究所SOLA主宰・新崎国広さん 先着 40人

申込 直接か電話、FAXで住所、氏名、電話番号を社会福祉協議会東区事務所(☎287-0004 FAX287-0444)へ



初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

▶グラウンドゴルフ「ハッピー杯」 参加者募集

日時 11月6日(月)8時30分から受付開始 ※雨天予備日は11月27日(月)

場所 初芝野球場 対象 18歳以上 料 800円 先着 200人(1人での参加可)

申込 10月2～22日(10月16日を除く)9～20時に直接同館へ



東老人福祉センターだより

東区日置荘原寺町195-1 ☎287-8150 FAX287-8160

対象 市内在住の60歳以上の方。初回利用時は本人確認書類が必要。

▶健康教養講座「より良い睡眠をとるために」

日時 10月17日(火)13時30分～14時30分

講師 堺ヤクルト販売社員 先着 35人

申込 10月2日から直接か電話で同センターへ



がん検診(集団検診)のお知らせ【無料】

東保健センター ☎287-8120 FAX287-8130

いずれも医療機関でも受診可。詳細はけんしん総合サイト(QRコード)へ。

健診内容	日程	受付時間	場所
肺がん・結核	①10月10日	13時30分～15時30分	白鷺小学校
	②10月27日		登美丘南小学校
乳がん	③11月1日	午前・午後の部	東区役所

▶肺がん・結核検診

対象 40歳以上の方

直接会場へ。たん検査の追加可(要件あり)。

▶乳がん検診

対象 40歳以上の偶数年齢の女性 定員あり

申込 ①のたん検査は受付終了、②のたん検査と③は10月13日までに

電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日を同センターへ

※すでに定員に達している場合はご了承ください。

けんしん総合サイトはこちら!



健(検)診・相談の日程(予約は電話かFAX、*は電子申請システムで東保健センターへ)

	離乳食講習会 予約制	精神保健福祉相談 予約制	骨粗しょう症 予防検診 有料・予約制	検査・相談 予約不要	生活習慣病予防相談 予約制	食生活相談 予約制*	成人の 歯科相談 予約制*	子どもの 歯相談室 予約制*
内容	離乳食の進め方のお話、作り方、試食など	こころの病気・アルコール問題などの相談	踵骨の超音波骨密度測定	HIV・梅毒・クラミジア・風しん抗体・肝炎ウイルス検査・診断書発行不可・検査結果は同センターでお渡しします	保健師などによる相談	管理栄養士による相談	歯科医師による検診・相談、歯科衛生士による歯みがき指導など・1歳6カ月～4歳未満の方はフッ素塗布あり(1回限り・子どもの歯相談室のみ)	
対象	おおむね5・6カ月児の保護者の方 4カ月児健診時にも予約可	上記について悩む方や家族	18歳以上の方 先着20人	風しん抗体・肝炎ウイルス検査は対象の条件あり	生活習慣病について気になる方	食生活について気になる方	成人の方(妊婦の方はぜひ受診しましょう)	おおむね15歳未満の方
日時	10月13日 10:00～11:00	10月2・18日 11月6日 14:00～16:00	10月23日 午後		10月24日 9:30～11:00		10月26日 13:30～15:30	10月25日 9:30～11:00 13:30～15:30

○ハッピーマタニティクラスの
詳細はこちら→



○4カ月児健診・1歳6カ月児健診・3歳児健診(3歳6カ月児が対象)は対象の方へ個別にお知らせします(無料)。
○転入転出の場合は同センターへお知らせください。
○難病に関する相談もできます。

*はこちらからも
でも予約可→

