



笑顔といっしょに「ありがとう」

# ひがし 7 月号

第208号

東区の人口 令和5年6月1日推計( )は前月比

人口	世帯
84,465人 (19人増)	37,528世帯 (36世帯増)
人口密度	面積
8,052人/km <sup>2</sup>	10.49km <sup>2</sup>
編集・発行 東区役所企画総務課 e-mail:higashikiso@city.sakai.lg.jp	

楽しい夏の思い出を作ろう!

## 夏休み体験イベント

### 東保健センター(☎287-8120 FAX287-8130)

#### 夏休み親子クッキング



メニューはハムとコーンのミニピザです。料理の楽しさやバランス良く食べることの大切さを学びましょう。

【日時】7月28日・8月3日10～12時30分

【対象】東区在住の小学生とその保護者(4歳以上の未就学児の同伴可)

【先着】各日8組(1組保護者1人と子ども2人(同伴の未就学児を含む)まで)

【申込】7月3～10日に電子申請システム(QRコード)で



### 初芝体育館(☎285-0006 FAX285-7318)

#### 夏季教室「キッズトランポリン」

トランポリンの遊び方を学びましょう。さまざまな技にも挑戦します。

【日時】8月9～11日(全3回)

①13～14時10分、②14時30分～15時40分

【対象】①平成29年4月2日～平成31年4月1日に生まれた幼児、②小学1～3年生

【¥】1,800円

【先着】各40人

【申込】7月8日から直接同館(東区野尻町221-4)へ



### 東図書館・初芝分館

#### さかい子ども司書養成講座

図書館の仕組みや仕事を学び、友達や家族などに読書の楽しさを伝える読書リーダーになりましょう。

【日時】8月3・4日13～15時30分(全2回)

【対象】2回とも参加できる小学4～6年生 【先着】10人

【申込】7月6日から直接か電話、FAXで東図書館(☎235-1345 FAX236-1517)へ



#### わくわく夏のおはなしフェスタ

おはなしや大型絵本の読み聞かせ、エプロンシアターなど、どなたでも楽しめるプログラムです。

【日時】7月29日(土)10時30分～、11時～

【先着】各回40人(申込不要)

直接初芝分館(☎286-0071 FAX286-0091)へ



### 東文化会館

#### 夏休み子ども映画まつり「SING/シング:ネクストステージ」

【日時】8月8日(火)10時～、13時30分～

【場所】メインホール(全席指定席) 【抽選】各回300人

【申込】7月18日(必着)までに往復はがきで住所、申込者と参加者全員の氏名(1通4人まで)、電話番号、希望時間を文化ホール(〒599-8123 東区北野田1084-136 ☎230-0134 FAX230-0138)へ



#### 夏休み子ども1日体験教室

🕒 7月29日 ジェルキャンドルを作ろう!

🍪 8月3日 親子でパンレッスン～まっくろくろすけパン～

🍵 8月9日 プラスチック粘土でまが玉作り!

🍵 8月10日 竹ひごで小物入れを作ろう!

【先着】いずれも7月8日から、小学生(親子でパンレッスンは3年生以上)対象。詳しくは同館HP(QRコード)で。

📍 生涯学習施設(☎234-5691 FAX234-5697)



東区役所 〒599-8112 東区日置荘原寺町195番地1

堺市東区

東区HP

東区長Twitter



地域SNS

東区公式



### 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

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・国民年金関係】
	●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



笑顔といっしょに  
ありがとう  
**Thanks**

楽しい夏をすごそうね!

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。



といろ  
冬彩ちゃん 1歳

自分の色を輝かせ、たくさん笑って大きくなってね。



いろは  
彩葉ちゃん 1歳3か月

葉っぱが色づく綺麗な季節の様に、優しく陽気に育ってね。



さくら  
桜ちゃん 1歳9か月

桜の木のように強く逞しく生きてね。自然のパワーを貰えますように。

**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  
7月3・10・24・31日

**子育てつうしん**

地域子育て支援事業担当 ☎287-8612 FAX286-6500

▶北野田駅から電車に乗ろう!北野田駅長への質問を募集

保護者向け講座「家族でおでかけ“旅鉄”プランをつくろう」(広報さかい20ページ参照)にちなんで、小学生から北野田駅長への質問を募集します。質問は講座当日、北野田駅長にお答えいただき、後日東図書館内にも掲示します。



【受付】7月9日までに東図書館の質問箱か、FAX、メール(☎higashito@city.sakai.lg.jp)で

▶えほんの会

【日時】7月8日(土)14~14時30分

【場所】東図書館 (先着)10人

▶おうちで「赤ちゃん絵本の会」(絵本セットの貸し出し)

【日時】7月15日(土)10時~ 【場所】東図書館

【対象】0~2歳の子ども (先着)8人

▶おはなし大会

【日時】7月22日(土)14時~、14時30分~

【場所】東図書館 (先着)各回10人



東図書館	初芝分館
<b>赤ちゃん絵本の会(直接同館へ)</b>	
【日時】7月28日(金)11~11時30分	【日時】7月7日(金)11~11時30分
<b>おはなし会(直接同館へ)</b>	
【日時】7月1・29日14~14時30分	【日時】7月15日(土)15時30分~16時
<b>ブックフェア(月ごとにテーマに沿った本を展示紹介します)</b>	
(一般)電車旅	(一般)生誕100年の3人の作家
(児童)でんしゃにのって	(児童)生きる~Living~
<b>移動図書館・くすのき号 東 中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)</b>	
【日時】7月9・23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)	

**東区長直行使** ご提案やご意見、お待ちしています! 詳細はこちら!

~間かせてあなたの想い~

▶親子であそぼう

【申込】①は7月4日、②は7月18日、③は7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】7月11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カ月の子どもとその保護者 (先着)15組

②ベビィヨガ

【日時】7月25日(火)10~11時15分

【講師】JADP認定ヨガインストラクター・疋田衣里さん

【対象】東区在住の首がすわった4~7カ月の子どもとその保護者 (先着)15組

③抱っこ講座

【日時】7月26日(水)10~11時15分

【講師】ベビィウェアリングコンシェルジュ・北口ひろこさん

【対象】東区在住の2~6カ月の第1子とその保護者 (先着)10組

▶子育て講座「子育てファミリーの防災講座」

【日時】7月11日(火)10~12時

【対象】未就学児とその保護者 (先着)20組

【申込】7月4日から電子申請システム(QRコード)で

▶子育て支援コーディネーターの個別相談会

【日時】8月2・3・24日10時30分、11時、13時、13時30分から各20分

【対象】入所や入園について相談がある方 (先着)各回1組

【申込】7月26日から電子申請システム(QRコード)で

**献血にご協力ください**

7月は「愛の血液助け合い運動」月間です。夏季は、長期休暇などにより学校や企業、団体などからの献血への協力が得にくくなります。年間を通じて安定的な血液の確保が必要です。ぜひご協力ください。

【日時】7月19日(水)10~12時、13~16時30分

【場所】東区役所正面玄関前(南側)

献血前に医師による問診を行います。本人確認ができるものや献血カード(献血手帳)を持参してください。

☎東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)



東区の相談	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
☎ = 電話相談可	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	教育相談 (小・中学生の家庭教育や学校生活、転校手続きなど) 月~金 9:00~17:00 東区役所企画総務課 ☎287-8109 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 8/28 14:00~16:00 (場所)東区役所企画総務課 (問)市政情報課 ☎228-7475 FAX228-7444	児童相談 (子どものしつけ、虐待、非行、家族関係など) 月~金 9:00~17:30 東区役所子育て支援課 ☎287-8198 FAX286-6500 ※1 母子・父子自立支援員による相談は、月・火・木・金曜日の9:00~16:00
人権擁護委員による人権相談	☎ どの区でも 7/18 14:00~16:00 (場所)東区役所企画総務課 (問)ダイバーシティ企画課 ☎228-7159 FAX228-8070	ひとり親相談 ※1 女性相談 ※2 (離婚、配偶者からの暴力、生活など) ※2 女性相談員は不在の場合がありますので、事前にご確認ください。
行政書士による相談	☎ どの区でも 7/11 10:00~12:00 予約は7/5 9:00から先着4人 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113	子育て相談 ※3 (子どもとの関わり、健康・成長・発達など) ※3 子育て相談 ☎287-8612
交通事故相談	☎ 月・火・木・金 10:00~17:00 東区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844	労働相談 (解雇・賃金に関するトラブルなど) 7/13・27 12:45~15:45 (場所)東区役所企画総務課 (申込)雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816
登記・測量相談	☎ 要予約 第2水 13:00~16:00 先着6人 東区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844	就労相談 (求人情報の提供、就職活動のサポートなど) 金 10:00~12:00 (場所)東区役所企画総務課 (申込)ジョブシップさかい ☎0120-010908 FAX244-3771
		生活・仕事相談 (くらしや仕事での困りごとなど) 火 9:30~17:00 (場所)社会福祉協議会東区事務所(東区役所内) (問)すてっぷ・堺 ☎225-5659 FAX222-0202

法律相談	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)	区	堺区	中区
【時間】13:00~16:00(美原区は15:00まで)	相談日	月・水・金	火・木
【予約】9:00から先着各6人(美原区は4人)	予約開始日※	相談日の前日	直前の月曜日
※祝休日は直前の執務日(相談は区ごとに年度内1回限り)	問合先	☎228-7403	☎270-8181
		東区	西区
		☎287-8100	☎275-1901
		南区	北区
		☎290-1800	☎258-6706
		美原区	
		☎363-9311	



次のページから広報さかいですくく

### 秋色ガーデン! ポーチュラカを育ててみませんか

昨年のコスモスに引き続き、今年はポーチュラカなどで東区役所を彩ります。ポーチュラカは暑さに強く、初心者の方にも育てやすいお花です。夏休みの自由研究や、夏の思い出づくりにお花を育ててみませんか。

申込後、7月24日(月)に東区役所で栽培セットのお渡しと、育て方の講習を行います。

対象 東区在住・在勤・在学の方

先着 30人

申込 7月3~21日に電子申請システムか直接、電話、メールで住所、氏名、電話番号を東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113 ✉higashijisui@city.sakai.lg.jp)へ

詳細・申込みはこちら!



### 「ATMで保険料や医療費を返金します」は詐欺です!

市(区)役所職員などになりすまして、現金をだましとる還付金詐欺が多発しています。不安を感じたらすぐに家族や警察に相談し、詐欺を未然に防ぎましょう。

問 東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)



### 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

利用証が必要です。市内在住の60歳以上の方が対象。詳しくは同センターへ。

▶健康教養講座「健康リズム体操 脚腰丈夫で若さup!!」

日時 7月18日(火)14~15時30分

講師 大阪ガス福祉財団・河野三千代さん 先着 35人

申込 7月1日から直接か電話で同センターへ



### 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

▶高齢の方の熱中症予防

高齢になると、暑さやのどの渇きを感じにくくなり、体温調節機能が低下するため注意が必要です。予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です。熱中症は室内や夜間でも多く発症しているため、エアコンも上手に使いましょう。

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



### 東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

▶体幹トレーニング教室

転倒や骨折を予防するため、自宅でできる運動を学びましょう。

日時 7月20日(木)13~15時

対象 東区在住の74歳以下で医師から運動を制限されていない方

先着 15人

申込 7月3日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ

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同センターへ)

ハッピーマタニティクラス (偶数月開催・全2回) 予約制	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*
①妊娠中の過ごし方・体操、 妊娠中の食事について ②妊娠中の歯の健康について、 赤ちゃんとの生活(もく浴など)	離乳食の進め方のお話、 実演(見学)、離乳食の展示	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)	
妊婦の方が対象 男性(パパ)も参加可 先着12組	おおむね5・6カ月児の 保護者の方が対象 4カ月児健診時にも 予約可	上記について悩む方 や家族が対象	18歳以上の方が 対象 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 になる方が対象	食生活について気 になる方が対象	成人の方が対象 (妊婦の方はぜひ 受診しましょう)	おおむね15歳未 満の方が対象
①8月10日13:15~ ②8月17日午後	7月14日・8月4日 各日とも ①10:00~ ②11:00~	7月3・19日 8月7日 14:00~16:00	8月28日午後		7月25日 9:30~11:00		7月27日 13:30~15:30	7月26日 9:30~11:00 13:30~15:30

○乳幼児健診(個別通知)

4カ月児健診、1歳6カ月児健診  
3歳児健診(対象:3歳6カ月児)  
転出・転入のときは同センターへお知らせください。

○難病に関する相談

▶東区役所ではブックスタート事業として4カ月児健診で絵本をプレゼントしています。  
問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

\*はこちらからも  
予約可→



ズームアップ

### 東文化会館

生涯学習施設  
☎234-5691 FAX234-5697  
北野田フェスティバルホール(文化ホール)  
☎230-0134 FAX230-0138

詳しくは同館か同館HP(QRコード)へ。

▶文化ホール

▷音楽のあるひととき in HIGASHI

~金管五重奏の魅力と可能性~

日時 10月15日(日)14時~

場所 フラットホール

¥7月22日から前売券発売。1,000円。全席自由席。

未就学児の入場はご遠慮ください。

▷北野田エンターテインメントフェスティバル

日程 10月21日(土) 場所 メインホール・フラットホールなど

¥落語会は7月29日から前売券発売。2,500円(当日2,800円)。

その他は無料。全席自由席。落語会は未就学児の入場はご遠慮ください。

詳細はこちら!



### 指定難病患者・小児慢性特定疾病児童 などのための就労相談

難病患者支援センターの難病相談支援員が相談に応じます。

仕事のあっせんは行いません。予約制。

日時 7月24日(月)10時30分~16時(1人90分以内) 場所 東保健センター

対象 指定難病患者等で働きたい方や働き続けることに不安を感じている方

先着 3人

申込 受付中。電話かFAXで氏名、電話・FAX番号を難病患者支援センター

(☎275-5056 FAX275-5038)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

▶肺がん・結核検診

日程	受付時間	場所
①7月4日	13時30分~15時30分	日置荘西小学校
②7月13日		東区役所
③9月12日		南八下地域会館

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)。

申込 たん検査について①②は受付終了、③は8月29日までに住所、

氏名、電話番号、生年月日を同センターへ。

\*医療機関でも受診可。詳しくはけんしん総合サイト(QRコード)へ。

