



笑顔といっしょに [ありがとう]

ひがし 4 月号

第217号

月号

東区の人口 令和6年3月1日推計()は前月比

| 人口 | 世帯 |
|------------------------|----------------------|
| 84,403人 (62人減) | 37,743世帯 (13世帯増) |
| 人口密度 | 面積 |
| 8,046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

みんなでつくる安全・安心あるまち

より住みやすいまちをめざし、区では自治会をはじめ地域の皆さんが、さまざまな活動に取り組んでいます。“人と人とのつながり”を大切にしたい取り組みに参加してみませんか。

子どもの安全・地域の見守り



登下校時の見守り 防犯灯・防犯カメラの設置、登下校時の見守りや防犯パトロールなど、子どもたちをはじめ、住民の方の安全を見守っています。

災害時の助け合い



大規模災害に備え、防災用品の備蓄や防災訓練などの活動を行っています。

子育てを応援



子育てサークル・サロンでは、子どもと保護者の皆さんが楽しく過ごせるようサポートしています。

みんなで楽しく交流



餅つき大会 運動会や夏まつりなどの楽しい催し、高齢の方の健康づくりや見守りなどを通して、人と人とのつながりをつくっています。

まちをきれいに



美化・清掃や花植えなどを行い、まちの景観を保つことで、住みやすく犯罪を起させない環境をつくっています。

チェック! 安全・安心

▶4月6～15日は「春の全国交通安全運動」期間です

新学期が始まる春は、子どもの交通事故が多発します。子どもが安全に通行できるよう、交通ルールを守り、正しい交通マナーを習慣付けましょう。

また、危険な場所や交通ルールについて家族で話し合い、登下校時の見守り活動などに積極的に参加しましょう。

- ▲道路を横断する時は遠回りでも必ず横断歩道を渡る
- ▲渡る時は必ず止まり、左右をよく見て車が来ていないか確かめる
- ▲信号無視は絶対にしない ▲走行する車の直前・直後の横断はしない

問 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113

詳細はこちら!



内閣府チラシ

東区のまちを知ろう!

区の魅力や暮らしに役立つ情報を掲載したマップを区役所1階市政情報コーナーなどで配布中! ぜひご利用ください。区HPでもご覧になれます。

ふれあいマップ わくわく散歩マップ 子育て応援マップ



問

○自治会に関すること
東区役所自治推進課
☎287-8122 FAX287-8113

○子育てに関すること
東区役所区子育て支援課
☎287-8612 FAX286-6500

自治会に加入しましょう

つながりを作り、暮らしの安心を高めませんか?

問 東区役所自治推進課 ☎287-8122 FAX287-8113

詳細はこちら!



東区役所 〒599-8112 東区日置荘原寺町195番地1

堺市東区

| 1階 | 2階 | 3階 |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ●市民課 ☎287-8102 FAX288-2150 【戸籍・住民票など証明・届出関係】 ●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 | <ul style="list-style-type: none"> ●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】 ●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 ●東老人福祉センター【高齢者の健康増進関係】 ☎287-8150 FAX287-8160 ●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 | <ul style="list-style-type: none"> ●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】 ●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 X(旧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

ひろげよう!東区子ども食堂ネットワーク

区内の子ども食堂15団体がつながり、マップ作りやフードドライブなどの活動を行っています。

子ども食堂は、子どもを中心に地域の人たちが交流する場です。気軽にお立ち寄りください。

寄付や協賛、ボランティアなど協力いただける方は気軽にご連絡ください。

詳細は同ネットワークHP(QRコード)で。



問 社会福祉協議会東区事務所 (☎ 287-0004 FAX287-0444)



初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

▶共用ソフトボール

少人数でも一人でも気軽に参加できます。

対象)高校生(相当する年齢の方を含む)以上

日時)4月10・17・24日9時30分~12時(5月以降はQRコードで)

※天候やグラウンドの状態により中止になる場合があります。

実施の有無は当日の9時以降にお問い合わせください。

場所)初芝野球場

¥1回一般220円、高校生・60歳以上の方110円。

券売機で券を購入後、直接会場へ。



詳細はこちら!



東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

▶がん検診(集団検診)のお知らせ【無料】

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。

けんしん総合サイトはこちら!



▷肺がん・結核検診

対象)40歳以上の方 たん検査の追加可(要件あり)

日時)①5月9日13時30分~15時30分 ②5月12日10~11時30分

場所)①東区役所 ②東区民まつり会場(初芝体育館)

申込)直接会場へ

たん検査について、①は4月24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。②は実施しません。

▷乳がん検診

申込多数の場合は抽選(東区在住の方優先)。

対象)40歳以上の偶数年齢の女性 定員あり

日時)6月5日(水)午前・午後の部 場所)東区役所

申込)4月8~30日までに電子申請システム(QRコード)で

乳がん検診の詳細はこちら!



▶減らしおキッチン~減塩メニュー提供協力店の紹介~

塩分控えめの食生活は高血圧をはじめとする生活習慣病を予防する効果があります。減塩メニューを食べて、日ごろの食生活のヒントにしてみませんか。

| 提供内容 | 店名 | 住所 |
|-----------------|----------------------|------------|
| 食塩相当量が3g以下のメニュー | ka-kun cafe(カークンカフェ) | 東区西野401 |
| 塩分濃度が1%以下の汁物 | おーがにつくかふえSHINKA | 東区北野田348-1 |
| | カフェダイニング よりみち | 東区西野484-3 |

詳細は市HPへ!



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

①ホームベーカリーを使ったパンレッスン ~チョコレートネ~

日時)5月16日(木)10時15分~12時30分

抽選)12人 ¥2,200円

②天然色素でつくるアイシングクッキー

日時)5月26日(日)10~12時

抽選)15人 ¥2,000円

申込)①は4月23日、②は4月29日までに同館へ

▶文化ホール

▷ぶんか寄席

出演は桂千朝、桂文華ほか。演目は当日のお楽しみです。

日時)7月6日(土)14時~ 場所)メインホール

¥前売1,000円(当日1,200円)。全席指定。未就学児はご遠慮ください。

申込)4月13日から直接同館へ



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「日本食がおすすめの理由と解説」

日本食が長寿につながっている理由や、効果的な摂取方法、生活習慣病にかかりにくいとされる適正体重の維持の仕方などを学びます。

日時)4月16日(火)13時30分~14時30分 講師)堺ヤクルト販売職員

先着)35人 申込)4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

▶地域包括支援センターへ気軽にご相談ください

高齢の方がいつまでも住み慣れた地域で安心して生活を続けられるよう、主任ケアマネジャーや社会福祉士、保健師などの専門スタッフが連携し、さまざまな面から支援を行っています。

▷高齢の方やその家族、地域の方からの相談・支援

(認知症・介護・その他お困りごと)

▷高齢者虐待・消費者相談・成年後見制度の相談

▷介護予防の取り組み

▷介護と子育てのダブルケア相談

など、お住まいの小学校区の地域包括支援センターへ気軽にご相談ください。



| 相談窓口 | 所在地 | 電話・FAX | 担当区域(小学校区) |
|------|-----------------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 東第1 | 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 |
| | 日置荘田中町143-1 (つるぎ荘内) | ☎286-2828 FAX286-6868 | |
| 東第2 | 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 |

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の方 | 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 | 4月12日 10:00~11:00 | 4月1・17日 5月1日 14:00~16:00 | 4月22日 午後 | | 4月23日 9:30~11:00 | | 4月25日 13:30~15:30 | 4月24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。

*はこちらからも予約可→

