

初芝 体育館

平成29年度 定期スポーツ教室受け付け

◎各教室定員に達した場合はキャンセル待ちで受け付け

同館では、定期スポーツ教室の他に初芝スポーツカールも実施しています。

受付方法・費用など詳しくは同館へ。同館ホームページ(http://www.mizuno.co.jp/school/facility/shisetsu_39/facilities.html)でもご覧になれます。

【問合せ】同館(東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318)へ。

ジュニア体操コース

いずれの教室も運動の楽しさが体感できるコースです。



ジュニア体操コース概要(週1回・1期10回・年3期)

教室名	曜日	実施時間	対象	先着	1期開始日
幼児体操	火	15:45~16:45	H23.4.2~H25.4.1 生まれの幼児	80	5/9
小学生スポーツ	金	16:20~17:20	小学1~3年生	40	4/28

弓道コース

礼・弓の引き方など基本技を習得するコースです。

弓道コース概要(週1回・1期10回・年3期)

教室名	曜日	実施時間	対象	先着	1期開始日
弓道(木)	木	10:00~11:30	高校生以上	30	5/11
弓道(水)	水	19:00~20:30	中学生以上	30	5/10
弓道(金)	金			30	5/19

受付開始日 3月4日

※弓道の先行受け付け=2月25日から(初心者限定で各5人まで)

費用(1期10回) ・一般 7,000円(60歳以上 6,000円)
・高校生以下(高校生に相当する年齢を含む) 4,000円



初芝体育館で健康増進

走り方教室

走り方の基礎や腕の振り方、スタートダッシュ、走るコツを学びます。
3月29・30日、①午前9時10分~10時30分、②午前10時40分~正午、①は平成22年4月2日~24年4月1日生まれの子ども、②は小学1~3年生が対象。費用各1,500円(2日間)。
【申込】3月4日から直接同館へ。先着各30人。

▶ハッピーひろば

310畳の部屋で遊具を使ってみんなで自由に遊びます。
指導員によるリズム運動やゲーム遊びもあります。
3月28日(火)、午前10~11時30分。平成24年4月2日以降に生まれた乳幼児とその保護者が対象。費用1家族500円。
登録のうえ、当日は券売機で券を購入後、参加してください。



通年制コース

継続することで健康の維持・増進や技術の修得ができるコースです。



通年制コース概要(週1回・1期4回・年10期)

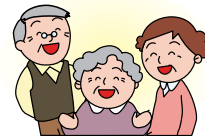
教室名	曜日	実施時間	対象	先着	1期開始日
トータルフィットネス	火	13:30~15:00	高校生以上	60	4/4
小学生柔道	水	18:00~19:10	小学生	40	4/5
なぎなた	水	19:15~20:45	幼児(年中)~高校生	20	
フレッシュ(木)	木	13:30~14:50	60歳以上	50	4/6
アクティブ	木	15:00~16:20	50歳以上	50	
合気道	木	19:00~20:30	小学生以上	25	
ジュニアレスリング	木	19:00~20:30	幼児(年長)、小・中学生	25	
フレッシュ(金)	金	13:10~14:30	60歳以上	50	4/7
エンジョイ	金	14:40~16:00	60歳以上	50	
剣道	金	19:00~20:30	小・中学生、高校生	25	

受付開始日 3月21日

費用(1期4回) ・一般 3,000円(60歳以上 2,500円)
・高校生以下(高校生に相当する年齢を含む) 2,000円



高齢の方向け 情報ひろば



東基幹型包括支援センター
東区日置荘原寺町195-1
(☎287-8730 FAX287-8740)

■高齢の方への虐待に気づいたら

高齢の方への虐待は当事者に自覚がなかったり、虐待を受けている高齢の方が家族に遠慮していたりすることなどから、周囲にとっては気づきにくいものです。虐待の疑いがある時は、同センターなどにご連絡ください。

▶高齢の方に対する虐待の例

- ▷高齢の方が言うことを聞かないとたいたり、ののしったりする
- ▷年金手帳、預貯金通帳などを管理し、本人に無断で使っている
- ▷病院に連れていかない

東第1地域包括支援センター	
東区石原町3丁150(つるぎ荘・やしも地域サポートセンター内)	☎240-0018
担当区域(小学校区)	南八下・八下西・日置荘・日置荘西・白鷺
東第2地域包括支援センター	
東区南野田33(ハーモニー内)	☎237-0111
担当区域(小学校区)	登美丘西・登美丘東・登美丘南・野田

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

利用には利用証の提示が必要です。市内在住の60歳以上の方が利用証を作ることができます。詳しくは同センターへ。
▶健康教室「終活セミナー」
人生の幕を閉じる前に前向きに準備し

ておくべき事柄について学びます。
3月21日(火)、午後1時30分~3時、同センターで。無料。
【申込】3月7日から直接か電話で同センターへ。先着35人。

区役所の相談

無料。12:00~12:45を除く。祝休日は休み。■~□は、どの区でも可。

	堺区役所	中区役所	東区役所	西区役所	南区役所	北区役所	美原区役所
■市民相談・人権相談(電話相談も可) (日常生活での問題や人権の問題など)	月~金曜日、9:00~17:00、各区役所企画総務課で。						
□法律相談 (予約開始日(土・日曜日、祝休日の場合は直前の執務日)の9:00から電話予約。先着各6人)	実施日 月・水・金曜日 13:00~16:00	火・木曜日 13:00~16:00	水・金曜日 13:00~16:00	金・火曜日 13:00~16:00	月・水曜日 13:00~16:00	木・月曜日 13:00~16:00	木曜日 13:00~16:00
※□の法律相談については、できるだけ多くの市民の方に公平に相談の機会を設けるため、同じ内容の相談は全区を通じて1回限りとしています。	全区を通じて、同じ内容の相談は1回限り1回25分以内 【問合せ】各区役所企画総務課へ						
□行政相談(電話相談も可) (国の行政全般についての苦情・要望など)	4/13 14:00~16:00	3/3 14:00~16:00	4/24 14:00~16:00	3/15 14:00~16:00	4/18 14:00~16:00	3/22 14:00~16:00	4/17 14:00~16:00
□人権擁護委員会による人権相談 (電話相談も可)	3/2 14:00~16:00	3/24 14:00~16:00	3/21 14:00~16:00	3/8 14:00~16:00	3/14 14:00~16:00	3/15 14:00~16:00	3/1 14:00~16:00
□交通事故相談(電話相談も可)	月~金曜日、10:00~17:00、堺区役所企画総務課で。						
□登記・測量相談(電話予約可。先着各6人)	3/8・22、13:00~16:00、堺区役所企画総務課で。1回25分以内。						
□教育相談(電話相談も可) (小・中学生の家庭教育や学校生活など)	月~金曜日、9:00~17:00、各区役所企画総務課(区教育・健康育成相談窓口)で。FAX番号は各区役所企画総務課と同じです。						
□児童相談(子どものしつけ、虐待、非行、家族関係、心の悩みなど)	月~金曜日、9:00~17:30、各区役所子育て支援課(家庭児童相談室)で。						
□ひとり親相談(離婚後の生活や不安、児童の養育など)	月~金曜日、9:00~17:30(母子・父子自立支援員は月・火・木・金曜日9:00~16:00)、各区役所子育て支援課で。						
□女性相談(離婚、夫の暴力、生活など)	月~金曜日、9:00~17:30(女性相談員は、堺・中・東・西・北・美原区は月~金曜日9:00~16:00、南区は月~金曜日10:00~17:00)、各区役所子育て支援課で。						
□労働相談(解雇、賃金未払いに関するトラブルなど)【面談は予約制】	雇用推進課で 実施P11参照 12:45~15:45。面談予約は月~金曜日9:00~17:30(直前執務日締切)、雇用推進課(☎228-7404 FAX228-8816)へ。	3/8・22 3/9・23	3/1・15 3/10・24	3/10・24 3/14・28	3/10・24 3/14・28	3/14・28 3/7・21	3/7・21
□就労相談 (求人情報の提供、就職活動のサポートなど)	ジョブシップさかい で実施P11参照 10:00~12:00	水曜日 10:00~12:00	月曜日 10:00~12:00	月曜日 14:00~16:00	木曜日 14:00~16:00	金曜日 14:00~16:00	水曜日 14:00~16:00
□生活・仕事相談(くらしや仕事の困りごとなど)※堺区以外は、社会福祉協議会区事務所実施。	「すてっぷ・堺」 で実施(※) 9:30~17:00	木曜日 9:30~17:00	火曜日 9:30~17:00	水曜日 9:30~17:00	月曜日 9:30~17:00	水曜日 9:30~17:00	火曜日 9:30~17:00
	【問合せ】堺市生活・仕事支援センター「すてっぷ・堺」(☎225-5659 FAX222-0202)へ						

区役所の問合せ先

堺区	企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844	子育て支援課 ☎222-4800 FAX222-4801
中区	企画総務課 ☎270-8181 FAX270-8101	子育て支援課 ☎270-0550 FAX270-8104
東区	企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113	子育て支援課 ☎287-8198 FAX286-6500
西区	企画総務課 ☎275-1901 FAX275-1915	子育て支援課 ☎343-5020 FAX343-5025
南区	企画総務課 ☎290-1800 FAX290-1814	子育て支援課 ☎290-1744 FAX296-2822
北区	企画総務課 ☎258-6706 FAX258-6817	子育て支援課 ☎258-6621 FAX258-6883
美原区	企画総務課 ☎363-9311 FAX362-7532	子育て支援課 ☎341-6411 FAX341-0611