



# 東区子育て通信

## 地域子育て支援センター事業担当 (子育て支援課内)

(☎287-8612 FAX286-6500)

▶ひがし・ママスター応援事業  
いずれも午前10時~11時30分、東区役所で。東区在住の方が対象。無料。子ども1人につき1回ずつ参加できます。

①ベビーダンス=赤ちゃんを抱っこして踊り、親子のコミュニケーションを深めます。正しい抱っこひもの付け方も教えます。

②ベビーマッサージ=出産後の母親が赤ちゃんとのふれあいを深めることを目的に講座と育児情報交流会を開催します。

8月28日(水)。首の据わった4カ月~2歳の子どもの保護者が対象。

8月29日(木)。生後2カ月~ハイハイ

イ期の赤ちゃんとその保護者が対象。  
☎①は7月29日、②は7月30日、午前10時から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、子どもの月齢を書いて、同担当へ。先着各20組。

### ▶東区子育て支援MAP[写真]

子育てを応援するさまざまな取り組みや、子育てサークル・サロンなどを紹介する「東区子育て支援MAP」をリニューアルしました。

東区役所市政情報コーナーなどで配布しています。ぜひ活用ください。

☎同担当へ。



# 高齢者作品展

堺市老人クラブ連合会では、老人クラブの会員が日ごろから取り組んでいる趣味活動の成果を発表する場として、



昨年の様子

## 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)

### ▶いきいき体操教室

誰でもできる簡単な体操でリフレッシュしませんか。

7月26日、8月23日、9月27日、午後2~3時、特別養護老人ホームハーモニで。無料。

☎☎電話で東第2地域包括支援センターへ。

▶東区キャラバン・メイト交流会  
キャラバン・メイトとして活動されて

## 東区老人福祉センターだよ

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。

## 司法書士による休日・夜間無料法律相談会

相続、遺言、不動産、成年後見などの手続きに関する相談に無料で応じます。電話相談はできません。

して、「堺市老人クラブ連合会高齢者作品展」を開催します。

絵画や書道、写真、手芸、工芸など工夫を凝らした作品を展示します。

7月5~9日、午前10時~午後5時(9日は正午まで)、東文化会館(北野田駅前)2階ギャラリーで。無料。直接会場へ。

☎☎同連合会(☎223-0220 FAX232-6217)か長寿支援課(☎228-8347 FAX228-8918)へ。

東第1地域包括支援センター	
東区石原町3丁150 (つるぎ・やしも地域サポートセンター内) (☎240-0018 FAX240-0048)	
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(ハーモニ内) (☎237-0111 FAX237-3900)	
担当区域 (小学校区)	登美丘西・登美丘東・登美丘南・野田

いる方も、これから活動する方も交流会に参加してみませんか。キャラバン・メイト事務局からの情報提供もあります。

7月5日(金)、午後2~4時15分、東区役所で。無料。

☎☎直接か電話、FAXで6月28日までに東基幹型包括支援センターへ。

### ▶健康教養講座

「オーラルフレイルって何?健康なお口でいきいき過ごすヒケツ」をテーマに、お口の健康を守るための方法を学びます。7月16日(火)、午後1時30分~3時、同センターで。無料。

☎☎7月2日から直接か電話で同センターへ。先着35人。

7月6日、午後1~4時、17日、午後6~9時、司法書士総合相談センター堺(堺東駅前)で。要予約。予約は大阪司法書士会堺支部(☎080-4233-4040(土・日曜日)・祝休日を除く、午前10時~午後4時)へ。

☎☎同会堺支部か市民人権総務課(☎228-7579 FAX228-0371)へ。

# 赤十字健康生活支援講習

家庭で行う高齢の方の介護方法や健康管理、高齢期に健康で安全な生活を送るための知識・技術について学ぶ講習を開催します。

10月2・9・16・23・30日、午後1時30分~4時(10月2・30日は午後4時30分まで)、東区役所で。東区在住の方が対象。無料。

☎☎直接(返信用はがき持参)か往復

はがきで住所、氏名(ふりがな)、昼間連絡の取れる電話番号、「赤十字健康生活支援講習受講希望」を書いて、8月30日(消印有効)までに日本赤十字社大阪府支部堺市東区地区事務局(〒599-8112 東区日置荘原寺町195-1 東区役所自治推進課内 ☎287-8122 FAX287-8113)へ。抽選35人。9月初旬に応募者全員に結果を発送します。

# 400ml献血にご協力ください

日本赤十字社では、年々高まる血液需要に応えるため、400ml献血を次のとおり実施します。皆さんのご協力をお願いします。

▷7月10日(水)、午後2~4時30分、東区役所正面玄関前(南側)で。

男性17~69歳、女性18~69歳で、体重が50kg以上の健康な方が対象(65歳以上は、60~64歳に献血経験のある方)。

献血前に医師による問診を行います。献血時には運転免許証など本人確認ができるものや献血カードを持参してください。

☎☎日赤堺市東区地区事務局(東区役所自治推進課内 ☎287-8122 FAX287-8113)へ。



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。	区役所の問合先
市民相談・人権相談【電話相談可】 (日常生活の問題や人権の問題など)	市民相談	市民相談	市民相談	市民相談	市民相談	市民相談		
☎☎法律相談 (予約開始日(土・日曜日、祝日の場合)はその直前の執務日)の9:00から電話予約。先着各6人)	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	
☎☎行政相談【電話相談可】 (国の行政全般についての苦情・要望など)	8/8 14:00~16:00	7/5 14:00~16:00	8/26 14:00~16:00	7/17 14:00~16:00	8/20 14:00~16:00	7/24 14:00~16:00	8/19 14:00~16:00	
☎☎人権擁護委員会による人権相談【電話相談可】	7/4・8/1 14:00~16:00	7/26 14:00~16:00	7/16 14:00~16:00	7/10 14:00~16:00	7/9 14:00~16:00	7/17 14:00~16:00	7/3 14:00~16:00	
☎☎行政書士による相談 (遺言、相続、契約などの書類作成に関する相談)	8/20 10:00~12:00	8/16 10:00~12:00	7/9 10:00~12:00	8/21 10:00~12:00	7/18 10:00~12:00	7/12 10:00~12:00	8/26 10:00~12:00	
☎☎交通事故相談【電話相談可】	8/14 8/9	8/9 7/3	7/3 8/15	8/15 7/12	7/12 7/8	7/8 8/20	8/20	
☎☎登記・測量相談 (電話予約可、先着各6人)	7/10、13:00~16:00、堺区役所企画総務課で。1回25分以内。							
☎☎教育相談【電話相談可】(小・中学生の家庭教育や学校生活、転校手続きなど)	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 (子どものおしつけ、虐待、非行、家族関係など)	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(女性相談員が不在の場合もありますので、ご確認ください)、各区役所子育て支援課で。							
☎☎子育て相談【電話相談可】 (乳幼児のおしつけ、健康、成長発達など)	月~金曜日、9:00~17:30、各区役所子育て支援課で。FAX番号は各区役所子育て支援課と同じです。							
☎☎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	7/10・24	7/11・25	7/3・17	7/12・26	7/9・23	7/2・16	
☎☎就労相談 (求人情報の提供、就職活動のサポートなど)	ジョブアップで実施P11参照	水曜日 10:00~12:00	月曜日 10:00~12:00	月曜日 14:00~16:00	水曜日 14:00~16:00	水曜日 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局で実施。	「すてっぴー堺」で実施(※)	水曜日 9:30~17:00	火曜日 9:30~17:00	水曜日 9:30~17:00	水曜日 9:30~17:00	水曜日 9:30~17:00	水曜日 9:30~17:00	

大阪弁護士会堺法律相談センターの相談(月~金曜日、10:00~12:30、13:30~16:30)・面談・事前予約制。司法書士総合相談センター堺の相談(月~金曜日、13:30~16:30)・面談・事前予約制)登記・裁判手続などに関する無料相談。☎☎月~金曜日、10:00~16:00、詳細は同センター(☎223-2903)へ。