



東区子育て通信

地域子育て支援事業担当
(子育て支援課内)
(☎287-8612 FAX286-6500)

いずれも無料。申し込みの受け付けは10~16時。
▶子育て講座「クリスマス飾りを作りましょう」

12月7~9日、東区役所1階にこここルームを利用された方に、簡単に作れて親子で楽しめるクリスマス飾りのキットを配布します。画用紙や折り紙を使ってかわいいクリスマス飾りを作りましょう。

詳しくは、区ホームページか子育て支援アプリ参照。

ここにこルームは現在、事前予約制とし、利用定員を設けています。

☑利用希望日の3開室日前から電話かFAXで氏名、子どもの月齢、電話番号を同担当へ。

▶マスカット~みんなであつなごう~

多胎児(双子・三つ子など)の保護者同士で、あるある話や多胎児ならではの豆知識で盛り上がり。12月9・23日の2回。10~11時15分、東区役所で。3歳未満の多胎児とその保護者が対象。先着4組。

☑12月1日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、子どもの月齢を同担当へ。

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

東第2地域包括支援センターでは、月1回体操教室を行っています。自宅でも出来る簡単な体操を行

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 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1地域相談窓口 東区日置荘田中町143-1(つるぎ荘内)(☎286-2828 FAX286-6868)	
東第2地域包括支援センター 東区南野田33(ハートモ二内)(☎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、リフレッシュしませんか。

12月18日・1月22日・2月26日14~15時、特別養護老人ホームハーモニー研修室で。無料。先着15人。

新型コロナウイルス感染症拡大の状況によっては中止する場合があります。また、参加の際はマスクの着用をお願いします。体調がすぐれない場合は参加をご遠慮ください。

☑受付中。電話で開催日前日までに東第2包括支援センター(☎237-0111)へ。



初芝体育館で健康増進

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

来館前に検温し、体調がすぐれない方は参加を見合わせてください。また、参加の際はマスクの着用をお願いします。

▶「ハッピーひろば」
310畳のお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・ゲーム遊びもあります。

12月8・22日10~11時30分。平成28年4月2日以降に生まれた子どもとその保護者が対象。費用1家族600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。

▶「キッズヘキサスロン」
運動が苦手な子どもでも楽しく、遊び感覚で走る・跳ぶ・投げなどの運動遊びメニューと運動能力測定を組み合わせたプログラムです。

12月26日(土)9時30分~12時。幼稚園年長・小学生低学年が対象。費用1,500円。先着30人。
☑12月2日~18日。直接同体育館へ。

東区知らせるカプセルを配付します

防災力向上につなげるために、災害時の安否確認用に「東区知らせるカプセル」一式【写真】を配付します。緊急連絡先などの情報を確認・記入し、災害時も形が壊れにくい冷蔵庫に保管することで、大災害が発生した際、救助に来た人が安否確認できるようにするものです。

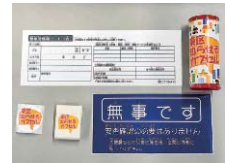
東区在住で以下のいずれかの条件に該当する世帯が対象。

▷65歳以上の方がいる世帯
▷要支援・要介護の認定を受けている方
▷身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方が

いる世帯
▷その他の事情のある方

申請は直接、東区役所企画総務課へ。1世帯につき1個お渡しします。在庫がなくなり次第、配付を終了します。

☑東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)



東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。

健康教養講座

「介護保険制度について」をテーマに、介護保険の仕組みやサービスの利用方法について学びます。

12月15日(火)13時30分~15時、同センター2階大広間で。無料。先着15人。

☑12月1日から直接か電話で同センターへ。

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。

12月5日13~16時、16日18~21時、司法書士総合相談センター堺(堺駅駅前)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、10時~16時)へ。

☑同会堺支部か市民人権総務課(☎228-7579 FAX228-0371)

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。現在、新型コロナウイルス感染症の影響で、輸血用の血液が全国的に不足しています。皆さんのご協力をお願いします。
▷12月2日(水)14~16時30分、東区役所正面玄関前(南側)
▷1月2日(土)10時30分~16時、出雲大社大阪分祠(東区日置荘西町7丁1-1)

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。新型コロナウイルス感染症対策を実施しています。

☑東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

花と緑の相談コーナー

12月15日(火)13~16時、東区役所1階市政情報コーナーで。

園堺市公園協会(☎245-0070 FAX245-0069)

東区の相談 無料 12:00~12:45と祝日は休み ☎ = 電話相談可 ☑ = どの区でも ☒ = 他区でも相談可 日程はこちら☞	教育相談 ☑ 月~金 9:00~17:00 東区役所企画総務課 専用☎287-8109 FAX287-8113																																
市民相談・人権相談 ☑ 月~金 9:00~17:00 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113	児童相談 ☑ 月~金 9:00~17:30 東区役所子育て支援課 ☎287-8198 FAX286-6500																																
行政相談 ☑ 12/28 14:00~16:00 園堺東区役所企画総務課 園市政情報 ☎228-7475 FAX228-7444	ひとり親相談 ☑ 月~金 9:00~17:30(母子・父子自立支援員は水除く9:00~16:00) 東区役所子育て支援課 ☎287-8198 FAX286-6500																																
人権擁護委員による人権相談 ☑ 12/15 14:00~16:00 園堺東区役所企画総務課 園人権企画調整課 ☎228-7159 FAX228-8070	女性相談 ☑ 月~金 9:00~17:30 東区役所子育て支援課 ☎287-8198 FAX286-6500																																
行政書士による相談 ☑ 1/12 10:00~12:00 予約は1/6 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 ☑ 月~金 9:00~17:30 東区役所子育て支援課 専用☎287-8612 FAX286-6500																																
交通事故相談 ☑ 月~金 10:00~17:00 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844	労働相談 ☑ 12/10・24 12:45~15:45 園堺東区役所企画総務課 園雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816																																
登記・測量相談 ☑ 12/9 13:00~16:00 先着6人 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844	就労相談 ☑ 月 10:00~12:00 園堺東区役所企画総務課 園ジョブシップさかい ☎0120-010908 FAX244-3771																																
法律相談 ☑ 相談時間 13:00~16:00 場所 各区役所企画総務課 予約開始 9:00から 先着各6人 同一相談は1回限り(25分以内)	生活・仕事相談 ☑ 火 9:30~17:00 園堺社会福祉協議会東区事務所(東区役所内) 園すてっぷ・堺 ☎225-5659 FAX222-0202																																
<table border="1"> <tr> <th>区</th> <th>堺区</th> <th>中区</th> <th>東区</th> <th>西区</th> <th>南区</th> <th>北区</th> <th>美原区</th> </tr> <tr> <td>相談日</td> <td>月・水・金</td> <td>火・木</td> <td>水・金</td> <td>金・火</td> <td>月・水</td> <td>木・月</td> <td>木</td> </tr> <tr> <td>予約開始日</td> <td>前開庁日</td> <td>直前の月</td> <td>直前の火</td> <td>直前の木</td> <td>直前の金</td> <td>直前の水</td> <td>直前の月</td> </tr> <tr> <td>問合先</td> <td>☎228-7403</td> <td>☎270-8181</td> <td>☎287-8100</td> <td>☎275-1901</td> <td>☎290-1800</td> <td>☎258-6706</td> <td>☎363-9311</td> </tr> </table>	区	堺区	中区	東区	西区	南区	北区	美原区	相談日	月・水・金	火・木	水・金	金・火	月・水	木・月	木	予約開始日	前開庁日	直前の月	直前の火	直前の木	直前の金	直前の水	直前の月	問合先	☎228-7403	☎270-8181	☎287-8100	☎275-1901	☎290-1800	☎258-6706	☎363-9311	司法書士総合相談センター堺の相談 無料(登記・裁判手続など) ☑予約 ☑同大阪司法書士会 ☎06-6943-6099(月~金)
区	堺区	中区	東区	西区	南区	北区	美原区																										
相談日	月・水・金	火・木	水・金	金・火	月・水	木・月	木																										
予約開始日	前開庁日	直前の月	直前の火	直前の木	直前の金	直前の水	直前の月																										
問合先	☎228-7403	☎270-8181	☎287-8100	☎275-1901	☎290-1800	☎258-6706	☎363-9311																										

大阪弁護士会堺法律相談センターの相談 有料(サラ金・労働・交通などは無料)
☑予約 ☑同センター ☎223-2903(月~金)