子育てつうしん

地域子育て支援事業担当　☎287-8612　FAX286-6500

いずれも無料。東区役所で。受付時間は10～16時。東区在住の方優先。

▶ひがし・ママパパスタート応援事業

①ママパパスタート講座「抱っこ講座」

赤ちゃんにとって心地よく、大人の体に負担がかかりすぎない正しい抱っこの姿勢を学びませんか。

日時 11月16日(火)10～11時15分
講師 ベビーウェアリングコンシェルジュ・北口ひろこさん
対象 生後2～6カ月までの子どもとその保護者　先着 8組

②ベビーヨガ

ベビーヨガで体を動かし、親子で触れ合って楽しいひとときを過ごしましょう。

日時 11月30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 首のすわった4～7カ月の子どもとその保護者
先着 8組
申込 ①は11月8日、②は11月15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。

初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4　☎285-0006　FAX285-7318

来館前の検温とマスク着用、体調不良時の参加自粛をお願いします。
また、3密回避のため、保護者の体育室内への入場制限を行う場合があります。

▶柔道教室

礼儀作法やあいさつ、正座・受身を通じて柔道の基本を習得します。

日時 12月1・8・15・22日　各回18～19時10分(全4回)
対象 小・中学生　¥ 2,400円　先着 20人
申込 直接同館へ。無料体験随時受付中。

400㎖献血にご協力ください!

コロナ禍で、献血していただける方が少ない状況が続いています。献血はいのちをつなぐ身近なボランティアです。ぜひ、皆さんのご協力をお願いします。
献血前に医師による問診を行います。献血時には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行います)。

日時 11月27日(土)10～12時、13～16時
場所 北野田駅前(北野田アイブライト駅前公園)
対象 男性17～69歳、女性18～69歳で、体重が50kg以上の方
(65歳以上は、60～64歳に献血経験のある方)
問 東区役所自治推進課(☎287-8122　FAX287-8113)

↑
献血の流れはこちら

花と緑の相談コーナー

園芸や庭づくりなど、花木について何でもご相談ください。

日時 11月16日(火)13～16時　場所 東区役所1階市政情報コーナー　¥ 無料
問 堺市公園協会(☎245-0070 FAX245-0069)

東区公式YouTubeチャンネルを開設!

「堺市東区動画チャンネル」では、区政に関する情報や、区で実施したイベント情報など、東区の魅力を発信していきます。
東区長Twitter(@team_higashi)と合わせて東区の情報や魅力を取り上げていきます。ぜひ、ご覧ください。

YouTube↑
Twitter↑

問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

図書館だより

休館日:東図書館・初芝分館共通 11月1・8・15・22・29日

東図書館
☎235-1345　FAX236-1517
初芝分館
☎286-0071　FAX286-0091

詳しくは堺市立図書館のホームページ(QRコード)へ。

▶おうちで「赤ちゃん絵本の会」(絵本セットを貸出します)

日時 11月20日(土)10時から　場所 東図書館
対象 0～2歳の子ども　先着 12人

東図書館	初芝分館
ブックフェア(月ごとにテーマに沿った本を展示・貸し出し)	
Sakai Loves Cerezo !	(一般)ドストエフスキーとロシア作家たち
	(児童)おいしいおはなし
えほんの会	赤ちゃん絵本の会
日時 11月13日(土)15～15時30分	日時 11月5日(金)11～11時20分
おはなし会	
日時 11月27日(土)15～15時30分	日時 11月20日(土)15時30分～16時
移動図書館・くすのき号　問 中央図書館(☎244-3811　FAX244-3321)	
日時 11月14・28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)	

赤十字　健康生活支援講習を開催

テーマ 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・技術の習得
日時 表のとおり　各回13時30分～15時
場所 東区役所　対象 東区在住の方　¥ 無料
抽選 各回20人

回	日程	内容
1	1月19日(水)	健康維持増進のために
2	1月26日(水)	支援活動で役立つ知識と技術
3	2月2日(水)	日常生活における介護の基本について

申込 往復はがきに住所、氏名(フリガナ)、電話番号、参加希望回(全回受講可)、「赤十字健康生活支援講習短期講習　受講希望」を書いて、11月30日(消印有効)までに日赤堺市東区地区事務局(〒599-8112 東区日置荘原寺町195-1　自治推進課内　☎287-8122)へ。12月初旬に応募者全員に結果通知を送付します。詳しくは区ホームページ(QRコード)へ。

東区の相談

無料　12:00～12:45と祝休日は休み
☎ = 電話相談可　どの区でも = 他区でも相談可
他区も含めた日程はこちら

市民相談・人権相談 ☎ どの区でも (日常生活での問題や人権の問題など)	月～金　9:00～17:00 東区役所企画総務課　☎287-8100　FAX287-8113	
行政相談 ☎ どの区でも (国の行政全般についての苦情、要望など)	12/27　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	
人権擁護委員による人権相談 ☎ どの区でも	11/16　14:00～16:00　場所 東区役所企画総務課 問 人権企画調整課　☎228-7159　FAX228-8070	
行政書士による相談 要予約 どの区でも	11/9　10:00～12:00　予約は11/2　9:00から先着4人 東区役所企画総務課　☎287-8100　FAX287-8113	
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	
登記・測量相談 要予約	11/10　13:00～16:00　先着6人 堺区役所企画総務課　☎228-7403　FAX228-7844	
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　専用☎287-8109　FAX287-8113	
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 ※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。 ※3 子育て相談　☎287-8612	
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)		
子育て相談 ※3 ☎ (子どもとの関わり、健康・成長・発達など)		
労働相談 要予約 どの区でも (解雇・賃金に関するトラブルなど)	11/11・25　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	
就労相談 どの区でも (求人情報の提供、就職活動のサポートなど)	月　10:00～12:00　場所 東区役所企画総務課 問 ジョブシップさかい　☎ 0120-010908　FAX244-3771	
生活・仕事相談 ☎ どの区でも (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
相談時間　13:00～16:00
場所　各区役所企画総務課(南区役所は総務課)
予約開始　9:00から ※日・祝休日は直前の執務日
先着各6人　同一相談は1回限り(25分以内)

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※	相談日の前日	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