



次のページから広報さかいですく

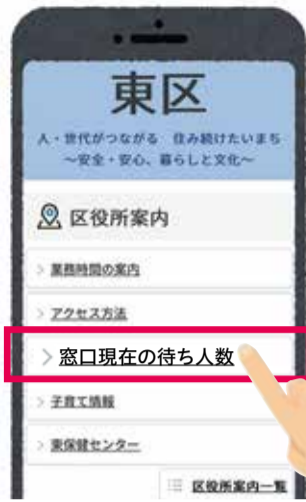
区役所窓口の待ち人数が確認できます!

窓口の混雑を避けてお越しいただくため、東区役所1階市民課・保険年金課の窓口でお待ちいただいている人数と対応中の受付番号を区HPに掲載しています。

東区トップページの「窓口現在の待ち人数」からご確認ください。

また、下のQRコードからもご確認いただけます。

問 東区役所市民課 (☎287-8102 FAX288-2150)
保険年金課 (☎287-8108 FAX287-8621)



市政情報コーナーをご利用ください

東区役所1階の市政情報コーナーでは次のことができます。利用時間は月～金曜日(祝休日を除く)の9～17時15分。

なお、同コーナー内に職員は常駐しておりませんので、ご了承ください。

- ▶市や府、国などが発行したパンフレットやチラシの入手
- ▶行政資料の閲覧
- ▶有償刊行物の購入
- ▶各資料のコピー(有料)



問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

いずれも無料、東区役所で。

▶カミカミ・パクパク離乳食講習会

離乳食について「うまくすまない…」「メニューは何にしよう」などのお悩みはありませんか。1日3回食への進め方や生活リズムなどについて学びます。

日時 5月26日(木)10～10時30分

対象 おおむね9～11カ月児の保護者

先着 10人

申込 5月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ。

▶生活習慣病予防教室

お腹まわりが気になる方や、健診でいつも血圧が高めと指摘されているけど何をしたらいいのか分からない方向けの教室です。予約制。

日時 表のとおり 各回13～15時

回	日程	内容
1	5月27日	生活習慣病や健康的な食事、お口の健康について(講話)
2	6月3日	運動について(講話と実技)

対象 東区在住の74歳以下で、医師に運動を制限されておらず、2回とも参加できる方

先着 15人

申込 5月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ。



「堺スタイル」の感染予防にご協力を!



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

▶認知症サポーター養成講座

認知症について学び、認知症の方やそのご家族を見守り、支援する応援者になっていただくための講座です。受講された方には、認知症サポーターカードをお渡します。

日時 5月12日(木)13時30分～15時

場所 東区役所 無料 先着 20人

申込 5月9日までに電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ。



認知症サポーターカード

東第1地域包括支援センター	担当区域(小学校区)
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)	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	担当区域(小学校区)
東区南野田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

がん検診(集団検診)のお知らせ【無料】

東保健センター ☎287-8120 FAX287-8130

検診内容	日程	場所
①胃がん/大腸がん/肺がん・結核	5月12日	東区役所
②胃がん/大腸がん/肺がん・結核	6月3日	八下西小学校
③胃がん/大腸がん/肺がん・結核	6月24日	野田小学校
④胃がん/大腸がん/肺がん・結核	7月1日	日置荘西小学校

新型コロナウイルス感染防止のため、次のことにご協力ください。

○検診当日は自宅検温し、37.5℃以上の発熱・せきなどの症状がある方や体調不良の方、感染の不安がある方は受診を見合わせてください。

○受診の際は、マスクを着用のうえ、最少人数でお越しください。

▶胃がん検診/大腸がん検診(予約制・各回定員あり)

対象 50歳以上の偶数年齢の方

※集団検診では、大腸がん検診単独での受診はできません。

▶肺がん・結核検診

対象 40歳以上の方

直接会場へ。受付時間は9～11時。たん検査の追加可(要件あり)。

開始時間直後は混み合う場合があります。

申込 胃がん・大腸がん検診、肺がん検診(たん検査)については、

①は受付終了、②は5月13日、③は6月3日、④は6月10日までにがん検診総合相談ポータルサイト(QRコード)で。インターネットでの申し込みが難しい方は同センターへご相談ください。医療機関でも受診可。



詳しくはこちら!



健(検)診・相談の日程(予約は電話かFAXで東保健センターへ)

下表以外にも健(検)診・相談を行っていますのでお問い合わせください。

ハッピーマタニティクラス(全2回) 無料・予約制	離乳食講習会 無料・予約制	検査・相談 無料・予約不要	生活習慣病予防相談 無料・予約制	食生活相談 無料・予約制	精神保健福祉相談 無料・予約制	成人の歯科相談 無料・予約制	子どもの歯相談室 無料・予約制	骨粗しょう症予防検診 有料・予約制
①妊娠中の過ごし方・体操、妊娠中の食事について ②妊娠中の歯の健康について、赤ちゃんとの生活(もく浴など)	離乳食の進め方のお話、実演(見学)、離乳食の展示	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	こころの病気・アルコール問題などの相談	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)		踵骨の超音波骨密度測定
妊婦の方が対象 男性(パパ)も参加可 先着12組	おおむね5・6カ月児の保護者の方が対象 4カ月児健診時にも予約可	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が対象	食生活について気になる方が対象	上記について悩む方や家族が対象	成人の方が対象(妊婦の方はぜひ受診しましょう)	おおむね15歳未満の方が対象	18歳以上の方が対象 先着20人
①6月 9日13:00～ ②6月16日12:45～	5月13日、6月10日 各日とも ①10:00～ ②11:00～		5月24日 9:30～11:00		5月9・18日 6月6日 14:00～16:00	5月26日 13:30～15:30	5月25日 9:30～11:00 13:30～15:30	6月27日午後

○乳幼児健診(無料、個別通知)
4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(対象:3歳6カ月児)。
転出・転入のときは同センターへお知らせください。

○BCG予防接種(無料、5カ月児個別通知)
対象:1歳未満の子ども
○難病に関する相談

▶ 東区役所ではブックスタート事業として4カ月児健診で絵本をプレゼントしています。
問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)