



笑顔といっしょに「ありがとう」

ひがし 7 月号

第196号

東区の人口 令和4年6月1日推計()は前月比

人口	世帯
84,582人 (68人増)	37,219世帯 (82世帯増)
人口密度	面積
8,063人/km ²	10.49km ²

編集・発行 東区役所企画総務課
e-mail:higashikiso@city.sakai.lg.jp

小学生

夏休みを楽しもう!

東保健センター (☎287-8120 FAX287-8130)

東図書館・初芝分館

自由研究や自由工作で食育体験!

野菜を使ったスタンプでオリジナルうちわを作ったり、手のひらで野菜の摂取量を測定するベジチェック®など。
日時 8月2日(火)①10~12時 ②13時30分~15時30分
場所 東区役所
対象 東・美原区在住の小学3~6年生とその保護者(小学生の兄弟姉妹の参加も可)
先着 各10組
申込 7月2~29日に区HP(QRコード)で



オンラインで開催☆親子クッキング

ハニワパンとサラダを作ります。包丁やピーラーの使い方を知り、自分で作る楽しさを体験します。
日時 8月19日(金)10~12時
対象 東・美原区在住の小学生とその保護者
¥ 無料(通信料と食材は自己負担) **先着** 10組
申込 7月2~29日に区HP(QRコード)で



詳細はこちら!



わくわく夏のおはなしフェスタ

エプロンシアターや大型絵本のよみきかせなど。
日時 7月23日(土)①10時20分~ ②11時~
先着 各回25人
 直接初芝分館(☎286-0071 FAX286-0091)へ

さかい子ども司書養成講座

図書館の仕組みや仕事を学び、読書の楽しさを伝える読書リーダーになろう。
日時 8月18・19日13~15時30分
対象 両日参加できる小学4~6年生 **先着** 4人
申込 8月3日から直接か電話、FAXで
 東図書館(☎235-1345 FAX236-1517)へ

東文化会館

夏休み子ども映画まつり 「すみっこぐらし青い月夜のまほうのコ」

日時 8月2日(火)①10時30分~ ②13時30分~
場所 メインホール 全席指定席
抽選 各回300人
申込 7月19日(必着)までに往復はがきで住所、申込者と参加者全員の名前(1通4人まで)、電話番号、希望時間を同館(〒599-8123 東区北野田1084-136 ☎230-0134 FAX230-0138)へ

子ども1日体験教室

- ①ケーキかパフェを作ろう!
日時 7月29日(金)①10~11時30分 ②13~14時30分
¥ 2,000円 **先着** 各回15人
- ②オリジナルのジェルキャンドルを作ろう!
日時 8月10日(水)14~15時30分 **¥** 1,500円 **先着** 14人
- ③押し花を使って、ウッドプレート&Tシャツ型キーホルダーを作ろう!
日時 8月17日(水)10時30分~11時30分 **¥** 1,200円 **先着** 16人
- ④竹ひごで小物入れを作ろう!
日時 8月18日(木)14~15時30分 **¥** 500円 **先着** 10人
申込 7月11日から直接かFAX、メールで同館(☎234-5691 FAX234-5697 ✉east@sakai-bunshin.com)へ。
 受付初日は直接のみ(受付初日で定員に達する可能性があります)。

東区役所 〒599-8112 東区日置荘原寺町195番地1 <https://www.city.sakai.lg.jp/higashi/index.html>

1階	●市民課 ☎287-8102 FAX288-2150 【戸籍・住民票など証明・届出関係】	●東老人福祉センター【高齢者の健康増進関係】 ☎287-8150 FAX287-8160
	●保険年金課 ☎287-8108 FAX287-8621 【国民健康保険・国民年金関係】	●東区障害者基幹相談支援センター【障害者に関する相談】 ☎285-6666 FAX287-6767
2階	●生活援護課 ☎287-8110 FAX287-8117 【生活保護関係】	●東基幹型包括支援センター【高齢者総合相談窓口】 ☎287-8730 FAX287-8740
	●地域福祉課 【障害者・高齢者福祉】☎287-8112 FAX287-8117 【介護保険関係】☎287-8123 FAX287-8117	●社会福祉協議会東区事務所【市民活動・ボランティア関係】 ☎287-0004 FAX287-0444
3階	●企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113 【庁舎管理・広報・広聴・相談・市政情報コーナー】	●東保健センター ☎287-8120 FAX287-8130 【乳幼児健診・各種健康相談など・健康づくり関係】
	●自治推進課 ☎287-8122 FAX287-8113 【自治会・美化など地域振興活動関係】 美化担当(不法投棄) ☎287-8103 FAX287-8113	●子育て支援課 【子育て相談】☎287-8612 FAX286-6500 【児童・ひとり親・女性相談】☎287-8198 FAX286-6500

東区HP

東区長Twitter

地域SNS ピアッザ

東区公式 YouTube



区役所外

- 粗大ごみ受付センター
【家庭から出る粗大ごみの収集申し込み】
☎0120-00-8400 (携帯電話などから ☎06-6485-5048)
- 環境業務課指導係【家庭ごみの収集】
☎228-7429
- 上下水道局お客様センター【水道・下水道関係】
☎0570-02-1132
- 北部地域整備事務所【道路維持・管理】
☎258-6782 FAX258-6843
- 東消防署
【火事・救急・救助・予防に関すること】
☎286-0119 FAX286-0126
- 市税事務所(三国ヶ丘庁舎)
法人諸税課【軽自動車税関係】
☎231-9741 FAX251-5631
市民税課【市・府民税】
☎231-9753 FAX251-5632
固定資産税課【固定資産税】
☎231-9762 FAX251-5633
納税課【納税】☎231-9773 FAX251-5634

笑顔といっしょに
ありがとう
Thanks

お子さんの写真を
掲載してみませんか?
☞

東区役所企画総務課
(☎287-8100 FAX287-8113)
※年齢は撮影当時のものです。



のぞむ
望向ちゃん 10か月

ニコニコ笑顔のむっちゃん!
これからもそのかわいい笑顔で
周りを明るくして行ってね!



けい
慶ちゃん 9か月

食いしん坊な可愛い慶ちゃん!
響くん(兄)と仲良く
元気に育ってね!



にか
仁花ちゃん 5か月

モミジのような
色鮮やかで素敵な人生を
ニカッと笑って歩んで欲しい

図書館だより

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

休館日: 東図書館・初芝分館共通
7月4・11・25日

▶おはなし大会(東図書館)

日時 7月30日(土)①15時～ ②15時45分～
先着 各回10人
直接同館へ

詳細はこちら

東図書館 えほんの会	初芝分館 おはなし会
日時 7月9日(土)15～15時30分 直接同館へ	日時 7月16日(土)15時30分～16時 直接同館へ

移動図書館・くすのき号 中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)
日時 7月3・17・31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)

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

▶Zoomでいきいき体操教室(東第2地域包括支援センター)

オンラインで参加メンバーとつながりながら、体操やストレッチでリフレッシュしませんか。データ通信料は自己負担です。接続方法など不安がある場合は、事前に同センターへ。

日時 毎週木曜日8時45分～9時10分
申込 住所、氏名、電話番号、FAX番号、メールアドレス、Zoom使用経験の有無、IDパスキーの送り先をメールかFAXで同センター(☎oshigotomakifuji@gmail.com)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)
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)	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 FAX237-3900)	担当区域(小学校区) 登美丘西・登美丘東・登美丘南・野田

「堺スタイル」の
感染予防にご協力を!

マスクをつけよう
こまめに手(菌)洗いうがいしよう

子育てつうしん

地域子育て支援事業担当 ☎287-8612 FAX286-6500

- ①子育て支援コーディネーター講座～「はじめての保活」録画配信～
堺市東区動画チャンネル(YouTube)で、子どもの保育・教育施設利用について基本的な情報を届けます。
配信日時 7月15日10時～29日23時
- ②ひがし・ママパパスタート応援事業 おしゃべりマルシェ♪
子育て支援コーディネーターが東区の幼稚園について話します。栄養士による簡単ごはんの紹介もあります。
日程 8月2日(火)10時30分～11時45分
対象 未就園の1歳児とその保護者(教育利用を希望する方)
先着 8組
- ③子育て支援コーディネーターの個別相談会
各家庭の状況に合わせた相談会を行います。
日程 8月3・22・23日10時30分、11時、13時、13時30分から各20分
対象 入所や入園について相談がある方 先着 各日各回1組
申込 ①は7月1～8日に電子申請システムで。受け付け後、配信URLを送付します。②は7月19日から、③は7月20日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、希望日時、②は子どもの月齢を同担当へ。

参議院議員通常選挙

投票日当日に投票に行く!
投票日当日は行けない…

投票日
7月10日(日)7～20時
投票所入場整理券に記載の投票所へ

期日前投票
7月9日まで
8時30分～20時(5～9日は21時まで)
東区役所201・202会議室へ

詳しくは投票所入場整理券に同封の案内や広報さかい4ページ、市HP(QRコード)で。
問 東区選挙管理委員会事務局(☎287-8200 FAX287-8113)

グリーンカーテンを広めよう

東区ではグリーンカーテン普及事業を行っています。日差しを遮り、温度を下げる効果があるグリーンカーテンは、節電対策として注目されています。楽しくエコな取り組みをはじめませんか。
問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

東区の相談 ☎ = 電話相談可 どの区でも = 他区でも相談可 ※中止・延期など変更の場合があります。	無料 12:00～12:45と祝休日は休み 他区も含めた日程はこちら	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 ☎287-8109 FAX287-8113
市民相談・人権相談 (日常生活での問題や人権の問題など) どの区でも 月～金 9:00～17:00 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113		児童相談 (子どものしつけ、虐待、非行、家族関係など) ひとり親相談 ※1 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
行政相談 (国の行政全般についての苦情、要望など) どの区でも 8/22 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		女性相談 ※2 (離婚、配偶者からの暴力、生活など) ※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。
人権擁護委員による人権相談 どの区でも 7/19 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		子育て相談 ※3 (子どもとの関わり、健康・成長・発達など) ※3 子育て相談 ☎287-8612
行政書士による相談 要予約 どの区でも 7/12 10:00～12:00 予約は7/6 9:00から先着4人 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113		労働相談 (解雇・賃金に関するトラブルなど) 要予約 どの区でも 7/14・28 12:45～15:45 (場所)東区役所企画総務課 問 雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816
交通事故相談 月・火・木・金 10:00～17:00 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844		就労相談 (求人情報の提供、就職活動のサポートなど) どの区でも 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
登記・測量相談 要予約 7/13 13:00～16:00 先着6人 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844		生活・仕事相談 (くらしや仕事での困りごとなど) どの区でも 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 25分以内	区	堺区	中区	東区	西区	南区	北区	美原区
(場所) 区役所企画総務課(南区役所は総務課) (時間) 13:00～16:00(美原区は15:00まで) (予約) 9:00から先着各6人(美原区は4人) ※祝休日は直前の執務日(相談は区ごとに年度内1回限り)	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



次のページから広報さかいですく



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の着用、体調不良時は参加を控えましょう。

▶走り方教室&なわとび教室

日時 8月22・23日①9時30分～10時30分 ②11～12時

対象 ①平成28年4月2日～平成31年4月1日

生まれの子ども ②小学1～3年生

¥ 2,000円 (先着) 各日各回20人

申込 7月24日から直接同館へ



ズームアップ

東文化会館

生涯学習施設
☎234-5691 FAX234-5697
北野田フェスティバルホール(文化ホール)
☎230-0134 FAX230-0138

詳しくは同館か同館 (HP) (QRコード)で。

▶文化ホール

▷Talistrio Concert Tour堺公演

日時 10月23日(日)14時 場所 メインホール

¥ 7月9日から前売券発売。大人1,500円、小・中学生500円(当日大人2,000円、小・中学生600円)。全席指定席。未就学児の入場はご遠慮ください。

▷北野田エンターテインメントフェスティバル

日時 10月30日(日)10時(落語会は12時)

場所 メインホール・フラットホールなど

¥ 落語会は7月16日から前売券発売。2,000円(当日2,500円)。

その他は無料。全席自由席。落語会は未就学児の入場はご遠慮ください。

詳細はこちら



▶生涯学習施設

▷文化講座「お笑い台本にチャレンジ」

創造力と表現力を駆使したお笑い台本を作ります。

日時 8月13・28日、9月10・25日、10月8・23日、11月12・27日、12月11・24日、1月14・22日、2月11・26日、3月11・26日14～16時(全16回)

講師 漫才作家・大池晶さん

¥ 24,000円(前期12,000円、後期12,000円) 抽選 10人

申込 7月15日(必着)までに直接かメール、FAX、はがきで同館

(〒599-8123 東区北野田1077-301アミナス北野田3階)へ

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	7月1日	日置荘西小学校
②胃がん/大腸がん/肺がん・結核	7月12日	東区役所
③乳がん	8月30日	東区役所
④胃がん/大腸がん/肺がん・結核	9月8日	南八下地域会館

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次のことにご協力ください。

○検診当日は自宅で検温し、37.5℃以上の発熱・せきなどの症状がある方や体調がすぐれない方、感染の不安がある方は受診を控えてください。

○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)

対象 50歳以上の偶数年齢の方 各回定員あり

※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。

▶乳がん検診(予約制)

対象 40歳以上の偶数年齢の女性 定員あり

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、①②は受付終了、④は8月19日まで、③の乳がん検診については、8月4日までに市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。

詳細はこちら



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れます。詳しくは同センターへ。

▶健康教養講座

交通事故にあわない、おこさないポイントや、交通ルールとマナーを学びます。

日時 7月19日(火)13時30分～15時 (先着) 25人

申込 7月1日から直接か電話で同センターへ



横断中

赤十字 健康生活支援講習を開催

誰もが迎える高齢期をすこやかに過ごすために必要な健康に関する知識や、高齢者の自立に向けた介護の技術を学びましょう。

日時 8月10・17・24・31日、9月14日13時30分～16時

(初日と最終日は16時30分まで)(全5回)

場所 東区役所 対象 東区在住の方 抽選 30人

申込 7月22日までに直接か電話、郵送(消印有効)、メールで住所、氏名、電話番号、「支援講習受講希望」を記載のうえ、日赤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 ✉higashijisui@city.sakai.lg.jp)へ

詳細はこちら



東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

①子育て講座「ほっとカフェ」

子どもの発達に応じた関わり方やお母さんの息抜きについての講座を開催します。当日は保育士による保育も行います。

日時 7月14日(木)10～11時30分 場所 東区役所

対象 未就学児を子育てしている方 (先着) 10組



②家でできる!筋トレ教室

血圧やお腹まわりが気になるけど、何から始めたらいいかわからない方向けの教室です。健康的な食事や、お口の健康についても学びます。

日時 7月21日(木)13～15時 場所 東区役所

対象 東区在住の74歳以下で医師から運動を制限されていない方

(先着) 15人

申込 7月4日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢、①は保育希望の有無を同センターへ

健(検)診・相談の日程(予約は電話かFAX、*は電子申請システムで東保健センターへ)

ハッピーマタニティクラス(全2回) 予約制	離乳食講習会 予約制	精神保健福祉相談 予約制	骨粗しょう症 予防検診 有料・予約制	検査・相談 予約不要	生活習慣病 予防相談 予約制	食生活相談 予約制*	成人の 歯科相談 予約制*	子どもの 歯科相談室 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	こころの病気・アルコール問題などの相談	踵骨の超音波骨密度測定	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します	保健師などによる相談	管理栄養士による相談	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)	
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	上記について悩む方や家族が対象	18歳以上の方が対象 先着20人	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	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月4日13:00～ ②8月18日12:45～	7月8日、8月12日 各日とも ①10:00～ ②11:00～	7月4・20日 8月1日 14:00～16:00	8月22日午後		7月26日 9:30～11:00		7月28日 13:30～15:30	7月27日 9:30～11:00 13:30～15:30

○乳幼児健診(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(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。
☎ 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

*はこちらからも予約可→

