



笑顔といっしょに「ありがとう」

# ひがし 9月号

第198号

東区の人口 令和4年8月1日推計( )は前月比

人口	世帯
84,576人 (36人増)	37,289世帯 (56世帯増)
人口密度	面積
8,063人/km <sup>2</sup>	10.49km <sup>2</sup>
編集・発行 東区役所企画総務課 e-mail:higashikiso@city.sakai.lg.jp	

一緒に  
作ろう!

か る た

## 読み句大募集!

問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

読み句を  
採用された方には  
完成したかるたを  
贈呈!!

東区の歴史や日常の1コマなど、内容は自由!  
あなたが魅力だと思う東区の見どころ、良いところを一句  
詠んでみませんか?  
詳しくは区HP(QRコード)か東区役所市政情報コーナー  
などに配架しているチラシで。  
応募期間 10月31日まで  
応募方法 住所、氏名、電話番号、読み句、句の説明をFAX  
か郵送(消印有効、送付先は下記参照)、メール、電子申請  
システム、東図書館や東区役所市政情報コーナーなどに設  
置している応募BOXへ

詳細はこちら!



師走の夜……

秋色満載♪あなたの「秋」をみつけて

## 秋色ガーデン

9月29日～10月31日 9～17時30分(土・日曜日、祝日を除く)

東区役所 健康ふれあいひろば

区民の皆さんに育てていただいたコスモスをはじめとして、  
ジニアやマリーゴールドなど、たくさんの花が皆さんをお迎えします。  
秋を彩る花を楽しみに、ぜひ区役所へお越しください。  
※生育状況により、開花時期が前後する場合があります。

問 東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

まだ出会った  
ことのない花に  
出会うかも…!?



主催:東区役所、公益財団法人 堺市公園協会



## 東区長直行便

～聞かせてあなたの想い～



区に関するご提案やご意見など、皆さんの想いをお聞きし、区政運営などの参  
考にさせていただきます。「東区長直行便」は9月1日から区HPで開始します。  
なお、特定の個人や団体を誹謗中傷するものなど、お受けできないものがあり  
ますので、ご投稿いただく際は、必ず注意事項などをお読みください。

問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)



自治会に  
加入したいけど、  
どこに連絡すれば…

学生の音楽活動で  
まちを活気づけ  
たいんやけど…



皆さんからの  
直行便、  
お待ち  
しています!



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  
ピアッツァ

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**

元気にのびのび 愛情いっぱい!

園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。



つばき 椿月ちゃん 3か月

トトと同じ誕生日、  
たくましく素敵に  
大きくなーれ



りつ 律ちゃん 2歳 6か月

自分の目標に向かって  
まっすぐ突き進む  
強い子になって欲しい!



だいち 大地ちゃん 6か月

いつもニコニコムチムチ  
だいちちゃん、  
スクスクおおきく  
育ってね!

**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。

▶生涯学習施設

①カラーセラピー講座

日時 10月9日(日)10~11時 1,000円 抽選 10人

②ホームベーカリーを使ったパンレッスン~シナモンロール~【写真】

日時 10月13日(木)10時15分~12時30分 2,200円 抽選 12人

申込 ①は9月20日、②は9月28日(いずれも必着)までに直接かFAX、はがき、メールで住所、氏名、電話番号、年齢、希望講座名、何を見て知ったかを同館(〒599-8123 東区北野田1077-301 アミナス北野田3階 east@sakai-bunshin.com)へ



▶文化ホール

▷RASA北インド古典音楽ライブ

日時 12月4日(日)15時~ 場所 フラットホール

9月10日から前売券発売。1,000円(当日1,500円)。全席自由席。

未就学児の入場はご遠慮ください。

▷東文化名画座「素晴らしき哉、人生！」

日時 12月6日(火) ①10時~ ②13時30分~ 場所 メインホール

9月10日から前売券発売。各回500円(当日600円)。全席指定席。

未就学児の入場はご遠慮ください。

**就業構造基本調査にご協力を!**

国民の就業状態を明らかにし、就業構造の基礎資料を得るための調査です。府知事発行の調査員証を携帯した調査員が、9月上旬に対象地域の全世帯を訪問し、9月下旬に調査をお願いする世帯を無作為に選び、15歳以上の方を対象に調査票を配付します。回答は、パソコンやスマホでいつでもできるほか、紙の調査票の郵送提出や調査員への提出も可能です。記入いただいた調査票は、統計の目的以外に利用することはありません。

問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)か政策企画部調査統計担当(☎228-7450 FAX230-4726)

詳しくはこちら



**感染予防と熱中症対策を!**

こまめに手(顔)洗いうがいしよう  
消毒をしよう  
こまめに水分をとろう  
感染と熱中症予防にシャワーを浴びよう

<b>東区の相談</b> ☎ = 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	
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	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)
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 10/24 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	児童相談 (子どものしつけ、虐待、非行、家族関係など)
人権擁護委員による人権相談	どの区でも 9/20 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	ひとり親相談 ※1
行政書士による相談	要予約 どの区でも 9/13 10:00~12:00 予約は9/7 9:00から先着4人 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113	女性相談 ※2 (離婚、配偶者からの暴力、生活など)
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	子育て相談 ※3 (子どもとの関わり、健康・成長・発達など)
登記・測量相談	要予約 9/14 13:00~16:00 先着6人 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844	労働相談 (解雇・賃金に関するトラブルなど)
		就労相談 (求人情報の提供、就職活動のサポートなど)
		生活・仕事相談 (くらしや仕事での困りごとなど)
		月~金 9:00~17:00 東区役所企画総務課 ☎287-8109 FAX287-8113
		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
		9/8・22 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
		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
		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

<b>法律相談</b> 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

**子育てつうしん**

地域子育て支援事業担当 ☎287-8612 FAX286-6500

いずれも申込受付時間は10~16時。

▶ひがし・ママパパスタート応援事業

▷ベビーマッサージ

保護者が赤ちゃんとのふれあいを深めるため、ベビーマッサージ講座と育児情報交流会を行います。

日時 9月20日(火)10時30分~11時45分

講師 モンテッソーリ&ベビーマッサージ講師・溝口かおりさん

対象 2~7カ月の子どもとその保護者 (先着) 8組

申込 9月6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。東区在住の方優先。

▷ベビィヨガ

ベビィヨガで体を動かし、親子でふれあって過ごしましょう。

日時 10月11日(火)10時30分~11時45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 9月27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。東区在住の方優先。

▶子育て講座「身近な材料を使っておもちゃを作ろう」

親子で一緒に楽しめる簡単なおもちゃ【写真】を作ります。キットは当日配付します。

日時 9月29・30日、10月3・4日

10~12時、13時30分~15時30分

対象 未就学児とその保護者 (先着) 各日各回5組

申込 利用希望日の3開室日前から電話か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、体調不良時は参加を控えましょう。

▶グラウンドゴルフ「ハッピー杯」参加者募集

日時 10月21日(金)9時から受付開始 ※雨天予備日は10月28日(金)

場所 初芝野球場 対象 18歳以上の方 800円 (先着) 200人

申込 9月12日~10月2日9~20時に直接同館へ



### 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

利用証が必要です。市内在住の60歳以上の方が対象。詳しくは同センターへ。

#### ▶健康教養講座「カラダは食べた物からできている」

日時 9月20日(火)13時30分～14時30分

講師 明治・管理栄養士 (先着) 25人

申込 9月1日から直接か電話で同センターへ



### 図書館だより

休館日: 東図書館・初芝分館共通  
9月5・6・12・26日

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

#### ▶えほんの会

日時 9月10日(土)14～14時30分 場所 東図書館 直接同館へ

#### ▶おうちで「赤ちゃん絵本の会」(絵本セットの貸し出し)

日時 9月17日(土)10時～ 場所 東図書館

対象 0～2歳の子ども (先着) 8人



詳しくはこちら

東図書館	初芝分館
<b>赤ちゃん絵本の会</b>	
日時 9月23日(金)11～11時30分 申込 9月13日から直接か電話、FAXで	日時 9月2日(金)11～11時20分 直接同館へ
<b>おはなし会</b>	
日時 9月24日(土)15～15時30分 直接同館へ	日時 9月17日(土)15時30分～16時 直接同館へ
<b>移動図書館・くすのき号 問 中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)</b>	
日時 9月4・18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)	

### 指定難病患者・小児慢性特定疾病児童などのための就労相談

難病患者支援センターの難病相談支援員が相談に応じます。仕事のあっせんは行いません。予約制。

日時 9月29日(木)10時30分～16時(1人90分以内) 場所 東保健センター

対象 難病患者で働きたい方や働き続けることに不安を感じている方

先着 3人

申込 受付中。電話かFAXで氏名、電話・FAX番号を難病患者支援センター(☎275-5056 FAX275-5038)へ



### 東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

#### ▶東区多胎児交流会～すまいるびーんず～

多胎児を育児する日々で大変なこと、困っていること、楽しいことなどを気軽にしゃべりできる場です。

日時 10月13日(木)10～11時30分

対象 東区在住の多胎の未就学児とその保護者、多胎児を妊娠中の方

先着 8組

申込 9月2日から直接か電話、FAXで住所、当日参加する方の氏名、電話番号、子どもの年齢を同センターへ



### 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

#### ①認知症家族の会ポピー

介護経験者しかわからない思いを語り合い、共感する時間を過ごしています。初めての方もすぐに打ち解けることができるオープンな会です。

日時 9月30日(金)13時30分～15時30分

対象 認知症の方を介護中の家族や支援者 (先着) 15人

#### ②市民向け権利擁護セミナー

家族信託とは、認知症になった場合に備えて、あらかじめ財産の管理や処分ができる権利を家族に託す契約です。老後の認知症対策制度の1つとして勉強しませんか。オンライン参加も可。

日時 10月3日(月)13時30分～15時 場所 東区役所

講師 司法書士・上野博子さん

先着 会場20人、オンライン20人

申込 ①は9月28日、②は9月22日までに電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ。②は申し込みフォーム(QRコード)でも可。



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	9月8日	南八下地域会館
②胃がん/大腸がん/肺がん・結核	9月29日	東区役所
③胃がん/大腸がん/肺がん・結核	10月13日	白鷺小学校
④胃がん/大腸がん/肺がん・結核	10月20日	登美丘南小学校

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不良の方、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。

申込 ①は受付終了、②は9月9日まで、③は9月22日まで、④は9月30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。

詳細はこちら



### 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同センターへ)

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
①10月13日13:15～ ②10月20日12:45～	9月9日、10月14日 各日とも ①10:00～ ②11:00～	9月5・21日 10月3日 14:00～16:00	10月24日午後		9月27日 9:30～11:00		9月22日 13:30～15:30	9月28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。  
問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

\*はこちらからも予約可→

