



笑顔といっしょに
「ありがとう」

ひがし 3月号

第228号

東区の人口 令和7年2月1日推計()は前月比

人口	世帯
84,423人 (79人減)	38,070世帯 (24世帯減)
人口密度	面積
8,048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	

東区の魅力シェア!!

東区長が暮らしの
安全・便利・楽しい情報をお届け!

☎東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113

堺市東区長
@team_higashi



防災・防犯、子育て、
健康情報なども発信!
フォローしてね😊

地域のイベント

しらさぎ子ども図書館

白鷺駅前に出現!

伊勢大神楽

#コウノトリがやってきた!

秋祭り

チャンネル登録は
こちら

堺市東区
動画チャンネル

イベントや東区の魅力PR、
子育てに役立つ
動画を配信中!



ダウンロードは
こちら

ピアッザ

イベント・グルメ・遊び場の
口コミや、家具・家電・おもちゃ
などのお譲り情報など...



東区民まつり 5月11日(日)開催!

バスケットボール3×3大会
ティラノサウルスレース

参加者
募集!!

対象 東区在住・在学・在勤の方
申込 3月1~31日にオンライン(QRコード)で
☎東区民まつり運営委員会事務局
(東区役所自治推進課内)
☎287-8122 FAX287-8113



詳細・申込は
こちら!!

QRコードを読み取ろう!

QRコードを読み込むと、暮らしがより楽しく便利に!

①「カメラ」や
「QR読取」アプリを
タッチ



②カメラの
画面で
QRコード
を映す



③表示された
案内を
タッチ!



東区役所 〒599-8112 東区日置荘原寺町195番地1

堺市東区

1階	●市民課 ☎287-8102 FAX288-2150 【戸籍・住民票など証明・届出関係】	●保険年金課 ☎287-8108 FAX287-8621 【国民健康保険・後期高齢者医療・医療費助成・国民年金】
	●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	●東基幹型包括支援センター 【高齢者総合相談・ダブルケア相談窓口】 ☎287-8730 FAX287-8740
2階	●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	●東老人福祉センター【高齢者の健康増進関係】 ☎287-8150 FAX287-8160
	●生活支援課 ☎287-8110 FAX287-8117 【生活保護関係】	●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
3階	●企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113 【広報・広聴・相談・市政情報コーナー・選挙など】	●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

東区長X(旧Twitter)



安全・便利・
楽しい情報を
毎日お届け!!

東区ホームページ



最新情報を
チェック!!



区役所外

- 家庭ごみ受付センター
【家庭ごみの総合窓口】
☎0120-00-8400 FAX0120-415-302
(携帯電話などから ☎06-6485-5048)
- 死亡動物受付ダイヤル
【亡くなった小動物の引き取り】
☎06-7777-3339 FAX229-4454
- 上下水道局お客様センター【水道・下水道関係】
☎0570-02-1132 FAX252-4132
- 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

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。

3月3日から
募集再開

笑顔あふれるお写真を
お待ちしております!

応募・詳細
はこちら!

あやさ
絢咲ちゃん 5か月

いつもニコニコ笑顔に毎日
癒されます。ありがとうございます

みなと
湊音ちゃん 1歳1か月

産まれてきてくれてありがとう。
すくすく元気に育ってね!

子育てつうしん

子育て支援課 ☎287-8612 FAX286-6500

▶にこにこルームの子育て講座「びっくり音楽会♪」

オンライン申込みのみ

身近な物で楽器遊び。スタッフの変身などの見どころも。みんなで楽しみましょう♪

対象

未就学児とその保護者

日時

3月18日(火)10～12時

先着

20組

申込

3月11日からオンライン(QRコード)で

みんなの子育てひろば

未就学児とその保護者や妊婦の皆さんが気軽につどい、交流できる場所です。子育て相談や地域の子育て情報の提供なども行っています。市内在住の方や里帰り中の方が対象で、お住まいの地域に関係なく利用できます。場所や利用時間など詳細は市HP(QRコード)で。
区内には区役所子育てひろば「にこにこルーム」のほか、みんなの子育てひろばが3カ所あります。ぜひご利用ください。

登美丘みんなの
子育てひろば

南八下みんなの子育てひろば
ひまわり

野田★みんなの子育て広場
Tea Family

問

東区役所子育て支援課(☎287-8612 FAX286-6500)

交通事故相談終了のお知らせ

堺区役所で実施している交通事故相談は3月31日で終了します。交通事故に関する相談は、各区役所の無料法律相談や他機関の相談窓口などをご利用ください。

詳細は
こちら!

問

区政推進課(☎228-7579 FAX228-0371)

東区長直行使

ご提案やご意見、
お待ちしております!

詳細は
こちら!

～聞かせてあなたの想い～

詐欺被害が急増!特殊詐欺対策の
自動通話録音機を無償で貸し出します

固定電話につながると着信時に自動で警告メッセージが流れ、通話内容を録音します。犯人は「犯罪の証拠」となる録音を嫌います。なお、貸出数には限りがあります。

対象

次のすべてに該当する市内在住の方

①

70歳以上の方

②

不審電話などの予兆電話がかかってきた方

③

一人暮らしや日中一人になる方か、もの忘れのある方

ご利用には電話機の条件があります。詳細は

申込

へ。

申込

直接、東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)へ

詳細は
こちら!

チェック安全・安心

▶防災グッズは定期的な点検を!

防災グッズの中には使用期限があるものも多く、いざという時に使えなくなっていることがあります。また、季節によって必要な物も変わります。定期的な点検を行いましょう。

▲電化製品や電池の確認

ラジオや懐中電灯、モバイルバッテリーなどが故障していないか、乾電池の使用推奨期限が過ぎていないかを確認しましょう。

▲備蓄食料の点検

飲料水や食料の賞味期限を確認しましょう。
賞味期限の古いものから消費し、消費した分を買い足す「ローリングストック法」が有効です。

▲季節用品

冬は防寒着やカイロ、夏は虫除けスプレーや日焼け止めなど季節に合わせて備えましょう。

問

東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

詳細は
こちら!

ズームアップ
東文化会館

生涯学習施設
☎234-5691 FAX234-5697
文化ホール
☎230-0134 FAX230-0138

▶文化ホール

▷スタインウェイを弾いてみよう!

日時

3月20日(祝日)9時30分～16時30分(1人15分)

場所

メインホール

先着

25人程度

申込

3月2～13日に直接同会館へ

詳細は
こちら!

4月からオンライン法律相談開始!

Webex Meetingsを用いて、自宅などから相談が受けられます。

対象

市内在住の方(年度内1回限り)

日時

毎週月～金曜日15時30分～15時55分(祝休日は除く)

申込

10～5開庁日前に、電子申請システムで

問

区政推進課(☎228-7579 FAX228-0371)

詳細は
こちら!

東区の相談 無料 12:00～12:45と祝休日は休み ※中止・延期など変更の場合があります。 他区も含めた 日程はこちら ☎ = 電話相談可 どの区でも = 他区でも相談可		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)		児童相談 (こどものしつけ、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	
行政相談 (国の行政全般についての苦情、要望など)		ひとり親相談 ※1		※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	
人権擁護委員による人権相談		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。	
行政書士による相談		子育て相談 ※3 (こどもとの関わり、健康・成長・発達など)		※3 子育て相談 ☎287-8612 FAX286-6500	
交通事故相談(3月末終了)		労働相談 (解雇・賃金に関するトラブルなど)		3/13・27 12:45～15:45 (場所)東区役所企画総務課	
登記・測量相談		就労相談 (求人情報の提供、就職活動のサポートなど)		(申込)雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816	
		生活・仕事相談 (くらしや仕事での困りごとなど)		金 10:00～12:00 (場所)東区役所企画総務課	
				(申込)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	

法律相談 要予約 どの区でも 25分以内 (場所) 区役所企画総務課(西・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)	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	直前の月曜日	直前の火曜日	直前の木曜日	直前の金曜日	直前の水曜日	直前の月曜日
	問合先	☎228-7403	☎270-8181	☎287-8100	☎275-1901	☎290-1800	☎258-6706	☎363-9311

紙類のリサイクルにご協力を

リサイクル可能な紙類は、できる限り地域の自治会やこども会が行う集団回収をご利用ください。次の古紙等回収拠点への持ち込みもできます。

- ・朝日新聞サービスアンカー北野田(北野田559-1)
- ・毎日新聞初芝販売所(野尻町542-1)
- ・読売センター白鷺(野尻町530)

問 資源循環推進課(☎228-7479 FAX228-7063)

詳細はこちら!



気づきのボランティア講座 参加者募集

健康に暮らすための食事のポイントや、ボランティア活動の体験談などを話します。

テーマ 食事は体の栄養・笑いは心の栄養

対象 ボランティアや市民活動に関心のある方

日時 3月19日(水)13時30分～15時

場所 東区役所 講師 お笑い福祉士・食育享卯舞さん

先着 40人

申込 3月3日から電話かFAX、メールで住所、氏名、電話番号を社会福祉協議会東区事務所(☎287-0004 FAX287-0444 〆higashi@sakai-syakyo.net)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

▶本とつながるパネル展・ブックフェア(東図書館)

テーマ 介護保険について 日程 3月4～20日

▶高齢の方を介護している方へ～ひとりで悩んでいませんか?～

「疲れを感じている」「イライラして怒鳴ってしまった」「叩いてしまいそうになる(叩いてしまった)」「手伝ってくれる人や相談できる人がいない」などで悩んでいませんか。家族にも支援が必要な時があります。ひとりで抱え込まず、地域包括支援センターや東区役所内の東基幹型包括支援センターにご相談ください。

地域包括支援センター名称および所在地		電話・FAX	担当区域(小学校)
東第1	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
	日置荘田中町143-1 (つるぎ荘内)	☎286-2828 FAX286-6868	
東第2	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

東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

オンライン
申込可
はこちら→



▶「高齢者いい歯自慢コンテスト」参加者募集

市と歯科医師会が共催し、特に優秀な方を表彰します。

対象 次のすべてに該当する市内在住の方

①昭和20年3月31日以前に生まれた80歳以上の方

②ご自分の歯を20本以上お持ちの方

③ 東保健センターでの審査(4月24日午前)に参加できる方

※過去に同コンテストで表彰を受けられた方は応募できません。

申込 3月3～31日に電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ。
FAXで申込の場合、確認の連絡をします。連絡がない場合はお問い合わせください。



初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

▶チャレンジアーチェリー

初めての方でも個人のレベルに合わせて指導します。

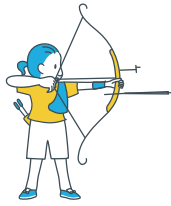
弓をお持ちでない方も参加できます。

対象 高校生(相当する年齢を含む)以上

日時 3月4・18日10～11時50分(雨天予備日3月11・25日)

¥1回一般800円、高校生500円(相当する年齢を含む)、60歳以上の方700円

申込 直接同館へ登録のうえ、当日は券売機で券を購入後、参加してください。



図書館だより

休館日:東図書館・初芝分館共通
3月3・10・17・24・31日

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

▶オンラインで利用登録・更新ができます!

初めて図書館を利用される方や、引っ越しなどで住所・電話番号が変わった方は、これまでの来館手続きに加え、インターネットからも手続きができます。ぜひご利用ください。

利用登録・更新は
こちら!



▶えほんの会(東図書館)

いろいろな絵本の読み聞かせなどを行います。

日時 3月1・15日14～14時30分 先着 各10人

▶おうちで「赤ちゃん絵本の会」(東図書館)

絵本セットの貸し出しを行います。

対象 おおむね2歳児まで 日時 3月15日(土)10時～ 先着 8人

▶おはなし大会(東図書館)

おはなしの語り聞かせを楽しみましょう。

日時 3月22日(土)14～14時30分、14時30分～15時 先着 各10人

イベント情報は
こちら!



催し (直接会場へ)	東図書館	初芝分館
赤ちゃん 絵本の会	日時 3月28日(金)11～11時30分 先着 10組	日時 3月7日(金)11～11時30分 先着 10組
おはなし会	日時 3月8・29日14～14時30分 先着 各10人	日時 3月15日(土)15時30分～16時 先着 30人
ブックフェア	(一般)堺推し! (児童)やっぱりおもしろい名作文学	(一般)新しいことにチャレンジ (児童)自然の秘密発見

▶移動図書館・くすのき号

日時 3月2・16・30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)

問 中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)



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

対象 市内在住の60歳以上の方。初回利用時は本人確認書類が必要。

▶健康教養講座「健腸長寿(おなかの健康)」

健康の要、「腸」の働きについてわかりやすく学びます。

日時 3月18日(火)13時30分～14時30分

講師 堺ヤクルト販売・健康予防管理専門士 先着 40人

申込 3月1日から直接か電話で同センターへ

予約は電話かFAX、オンライン申込可 はオンラインで東保健センターへ

○難病に関する相談もできます。

	離乳食講習会 予約制	精神保健福祉相談 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 オンライン申込可	成人の歯科相談 オンライン申込可	子どもの歯相談室 オンライン申込可
内容	離乳食の進め方のお話、作り方、試食など	こころの病気・アルコール問題などの相談	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歳未満の方はフッ化物(フッ素)塗布あり(1回限り・子どもの歯相談室のみ)	
対象	おおむね5・6カ月児の保護者の方 4カ月児健診時にも予約可	上記について悩む方や家族	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	食生活について気になる方	成人の方(妊婦の方はぜひ受診しましょう)	乳幼児～中学生
日時	3月14日(金) 10:00～11:00	3月3・19日 4月7日 14:00～16:00		3月25日(火) 9:30～11:00		3月27日(木) 13:30～15:30	3月26日(水) 9:30～11:00 13:30～15:30

○ハッピーマタニティクラスの
詳細はこちら→



○4カ月児健診・1歳6カ月児健診・3歳児健診(3歳6カ月児が対象)は対象の方へ個別にお知らせします(無料)。