



笑顔といっしょに
「ありがとう」

ひがし

11月号
第224号

東区の人口 令和6年10月1日推計()は前月比

人口	世帯
84,497人 (36人減)	38,048世帯 (14世帯増)
人口密度	面積
8,055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 政策会議企画 / 八下のええところ 健康 ウォーキング

スマホアプリ「SpotTour」を使って、「堺市東区かるた」にも登場する
南八下・八下西地域の魅力スポットを巡るデジタルスタンプラリーです。

「アプリ上の解説」と「地域の方による対面解説」でお楽しみください。
普段は見られない歴史的資源に出会えるかも!?

詳細は
こちら



日時 11月24日(日)10~13時 ※雨天決行
集合 10時に初芝駅、南八下地域会館、引野公民館の
いずれかへ
※集合時間を過ぎても時間内であれば、どこからでも参加
できます。
※スマホアプリのダウンロードや操作方法が分からない方は、
集合場所にお越しください。
問 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)



スタンプを半数以上集めると
参加賞プレゼント!

さらに抽選で30人に
「堺市東区かるた」が
当たる!
とあるスポットで
アスマイルポイントもゲット!



「堺市東区かるた」をテーマにした市民講座も開催!! 3面の図書館だより の をチェック!!



12月15・16日
東文化会館で開催!

ひがしふれあい文化祭

イベント参加者募集!

詳細は
こちら



ワークショップ「棟方志功の『板画』体験」 講師・石井頼子さん(棟方志功研究家) 水上悦子さん(木版画家)

日本を代表する板画家の棟方志功が用いた技法「裏彩色(うらざいしき)」を使って、オリジナルの木版画を作ります。

対象 東区在住の方
日時 12月15日(日)10~12時30分 抽選 12人
申込 11月5~29日に直接か電話、FAX、メールで
住所、氏名、電話番号を へ

ほかではあじわえない
「ムナカタ体験」をどうぞ!!



「堺を知らずして、日本は語れない」 講師・堺ユネスコ協会会長 川上浩さん

え!?それって
堺の歴史が
関わってるの!?

日時 12月15日(日)13~14時 直接会場へ
聞けば誰かに話したくなる魅力あふれる堺の歴史。
教科書に載っていない、実際の出来事や真実を交えた
秘話を堺観光ボランティアの大人気ガイドであり、登美丘
西校区連合自治会長の川上浩さんが語ります。
「堺市東区かるた」に登場する東区の逸話もご紹介します。
軽快なトークとコミカルな内容でお届けする「おもしろ歴史」
をお楽しみください。



問 東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113 ✉higashijisui@city.sakai.lg.jp)

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
	●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
2階	●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
	●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】
3階	●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)

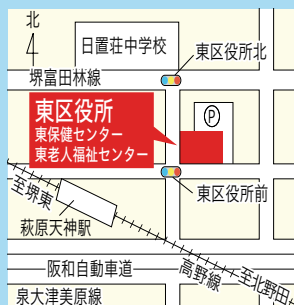


安全・便利・
楽しい情報を
毎日お届け!!

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
- 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

SMI美原ライン実証実験を実施中

堺都心部と美原・市域東部をつなぐ直通急行バスを運行しています。

詳しくは市 **HP** (QRコード)へ

実施期間 12月20日まで

問 SMIプロジェクト推進担当

(☎340-0417 FAX228-8034)



いきいきライフ！ボランティア講座

ボランティアや地域の活動について学び、活動への参加や仲間づくりができます。

日時 11月22日(金)13時30分～15時30分

〔講師〕ふくしと教育の実践研究所SOLA主宰・新崎国広さん 〔先着〕40人

④ 直接か電話、FAX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)へ

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

詳しくは同館か同館 **HP** (QRコード) へ

►生涯學習棟

①は11月15日、②は11月21日までに同館HP (QRコード)へ

①寄せ植え教室～お正月飾り～

対象小学生以上(小学生は保護者同伴)

☐日時 12月8日(日)13時30分～15時30分
 ☐¥ 2,500円
 ☐抽選 18人

②天然色素でつくるアイシングクッキー

対象 高校生以上 日時 12月18日(水)10~12時 ￥2,000円 抽選 15人

▶文化ホール

音楽のあるひとときin HIGASHI「サン＝サーンスが産みの親!! 珍編成の名曲♪」
～トランペットとピアノ六重奏～

日時 来年1月25日(土)14時開演 **場所** フラットホール

〔¥〕1,000円。全席自由席。未就学児はご遠慮ください。〔申込〕直接同館へ



東老人福祉センターだより

東区日置莊原寺町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「知っておこう!転倒、骨折予防の基礎知識」

〔日時〕11月19日(火)13時30分～14時30分

〔講師〕ベルランド総合病院・看護師、理学療法士 〔先着〕40人

〔申込〕11月1日から直接か電話で同センターへ

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) 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 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) 就労相談 要予約 どの区でも (求人情報の提供、就職活動のサポートなど) 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)	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 FAX286-6500 11/14・28 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 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
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) 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) 人権擁護委員による人権相談 ☎ どの区でも 行政書士による相談 要予約 どの区でも 交通事故相談 ☎ 登記・測量相談 要予約	月～金 9:00～17:00 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113 12/23 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 11/19 14:00～16:00 (場所)東区役所企画総務課 (問)ダイバーシティ企画課 ☎228-7159 FAX228-8070 11/12 10:00～12:00 予約は11/6 9:00から先着4人 東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113 月・火・木・金 10:00～17:00 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844 11/13 13:00～16:00 予約は11/1 9:00から先着6人 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844			

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

チェック⚠️安全・安心

▶秋から冬は夕暮れ時の交通事故に特に注意！

人間の目は、暗闇に慣れるまで30分～1時間ほどかかるといわれています。11～12月にかけて日没が早まり、暗くなるまでの時間も短くなります。また学校や仕事からの帰宅時間帯と重なり、交通事故が増加傾向になります。

⚠️車を運転する方…ヘッドライトを早めに点灯し、視界を確保しましょう。通学路や住宅街では子どもが急に飛び出してくるかもしれないなど、「危険予測」をしながら運転しましょう。

⚠️保護者の方…子どもは大人に比べ視界が狭いです。道路を横断するときは、どこを見て何に気をつけるのか、その場に行き行って具体的に教えてあげましょう。明るい色の服の着用、自転車への反射板の取り付け、カバンや小物などへの反射グッズの取り付けなども効果的です。

⚠️自転車に乗る方…携帯電話を使用しながら運転する「ながら運転」が11月から罰則化されます。事故を起こさない、事故に遭わないために交通ルールを守り、命を守るヘルメットを着用しましょう。

問 東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)



400ml献血にご協力を！ 11月16日(土)10～12時、13～16時30分

寒くなると献血をしていただけの方が少なくなり、血液が不足します。献血前に医師による問診を行います。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。

場所 北野田アイブライツ駅前公園(北野田駅前西側)

問 東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

詳細は
こちら！



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

▶東区認知症サポーター養成講座

認知症への理解を深め、認知症の方やその家族にやさしい地域づくりについて学びませんか。

対象 市内在住・在勤の方

日時 11月24日(日)13時30分～15時 場所 東区役所 先着 30人

申込 11月5～20日に電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ

▶認知症家族の会「ポピー」

認知症の家族を介護している方や支援者の集いの場です。一緒におしゃべりして楽しい時間を過ごしませんか。図書館職員によるミニ講座もあります。

日時 12月3日(火)13時30分～15時 場所 東区役所 先着 20人

申込 12月2日までに電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ



東保健センターつつしん

☎287-8120 FAX287-8130

オンライン
申込可
はこちら→



▶カミカミ・パクパク離乳食講習会 オンライン申込可

1日3回食への進め方や生活リズムなどについて、一緒に学びましょう。

対象 おおむね9～11カ月児の保護者

日時 11月28日(木)10～10時45分 先着 20人

申込 オンラインか電話、FAXで住所、電話番号、
子どもの名前と生年月日を同センターへ



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	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 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	踵骨(かかとの骨)の超音波による検査	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	18歳以上の方 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	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	11月8日(金) 10:00～11:00	11月11・20日 12月2日 14:00～16:00	12月23日(月) 午後		11月26日(火) 9:30～11:00		11月28日(木) 13:30～15:30	11月27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)。



初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

▶太極拳・剣教室

太極拳の中でも剣を使用した型を中心にした教室です。用具の貸し出しもありますので、初めての方でも参加できます。

対象 高校生以上 日時 11月14・28日13時15分～14時45分

¥ 一般800円、60歳以上700円、高校生500円 先着 30人

申込 登録のうえ、券売機で券を購入後、参加してください。

詳細は
こちら！



図書館だより

休館日：東図書館・初芝分館共通
11月11・18・25日、12月2・3日

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



堺歴史文化市民講座オーラルヒストリー体験「地域の記憶をつなぐ」

「堺市東区かるた」を題材に、ゲストの語りを聞き、記録に残す手法を学びます。

日時 ①12月8日、②来年2月16日14～16時(全2回)

場所 ①東文化会館、②東区役所 先着 15人

申込 11月13日から直接か電話、FAXで同館へ

▶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 11月2・16日14～14時30分 先着 各10人

▶大人も楽しめるおはなし会(東図書館)

少し長めの昔話を語ります。聞いて楽しむ「おはなし」を堪能しませんか。

日時 11月12日(火)15～15時30分 先着 10人

▶うちで「赤ちゃん絵本の会」(絵本セットの貸し出し)(東図書館)

対象 おおむね2歳児まで 日時 11月16日(土)10時～ 先着 8人

▶「ごみ減量パネル展」ブックフェア(東図書館)

日時 11月1～29日

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 11月22日(金)11～11時30分 先着 10組	日時 11月1日(金)11～11時30分 先着 10組
おはなし会	日時 11月9・23・30日14～14時30分 先着 各10人	日時 11月16日(土)15時30分～16時 先着 30人
ブックフェア	(一般)お茶を楽しむ (児童)そらに思いをめぐらせて	(一般)自分も家族も終活準備 (児童)どろぼう

▶移動図書館・くすのき号

日時 11月3・17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)

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

医療機関でも受診可。詳細は、けんしん総合サイト(QRコード)へ。

▶肺がん・結核検診

対象 40歳以上の方。直接会場へ。たん検査の追加可(要件あり)。

日時 11月20日(水)13時30分～15時30分 場所 東区役所

申込 たん検査について、11月5日までに電話かFAXで住所、氏名、電話番号、
生年月日を同センターへ

