

人口	世帯
84,544人 (33人増)	38,096世帯 (29世帯増)
人口密度	面積
8,059人/k㎡	10.49k㎡
編集・発行 東区役所企画総務課 e-mail:higashikiso@city.sakai.lg.jp	

笑顔といっしょに
「ありがとう」

ひがし

第226号

月号

令和7年 東区二十歳の集い

1月13日(祝日) 10時から 初芝体育館

対象 平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの方

恩師のメッセージ動画やダンスステージ、記念撮影コーナーを企画しています。当日は送付した案内ハガキをご持参ください。

問 東区二十歳の集い実行委員会事務局
(東区役所自治推進課内)
☎287-8122 FAX287-8113

皆さんを代表して、メッセージやオリジナルソングの発表などを
行います。思い出に残る
1日にしましょう!

若者実行委員に
ついてはこちら!

若者実行委員のみなさん

詳細は
区HPで

令和7年、新年を迎えて

東区自治連合協議会 会長 池崎 守



明けましておめでとうございます。自治会活動、福祉委員会活動をはじめ、日々まちづくり活動にご尽力をいただいております皆様へ、心から敬意を表し感謝申し上げます。

超高齢化社会を迎える近い未来、地域社会・生活環境が急激な変化(不安)の時代に直面しても、「キラリと輝く堺市東区」をめざし、教育・文化を核としたまちづくりを実践し行動していきたいと考えています。

「住民のつながりが課題解決の力」「想いの共有が地域向上のカギ」「地道な地域活動を楽しみ継続して」を合言葉に行動し、助け合える地域社会をめざしたい。人材豊富な高齢者の知恵や知見を生かし、若い世代の情熱・行動力をつなぎ、住民同士が助け合える地域社会を実現できないものか。

小さくてもいい、ささやかでもいい、自治会活動・福祉委員会活動・防災防災活動を通じて、それぞれの人間がコミュニティをつくり、孤独化・孤立化を防ぐことができることを願っています。人の力がすべて…その想いを今こそ大切に、行政とより一層の信頼関係を構築し地域活動を進めていきたいと思っています。

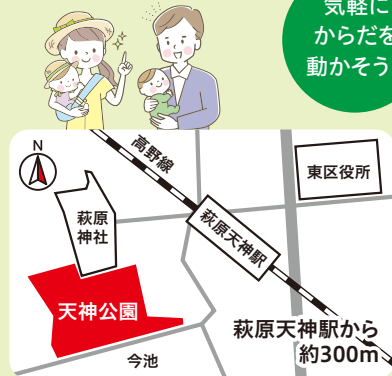
皆様のご指導、ご協力、何卒よろしくお願い申し上げます。

問 東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

ただ今
整備中!

天神公園の完成まであと少し! 令和7年4月オープン予定

レクリエーションや憩いの場、世代を超えた交流の場として、ぜひご利用ください。

気軽に
からだを
動かそう!

健康遊具

楽しい遊具があるよ!



複合遊具



健康遊具広場

多目的広場

遊具広場

公園メイン入口

公園入口(階段)

災害時に役立つ工夫もいっぱい!



防災トイレ



かまどベンチ

※写真はイメージです

問 公園緑地整備課(☎228-7424 FAX228-1336)

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
- 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

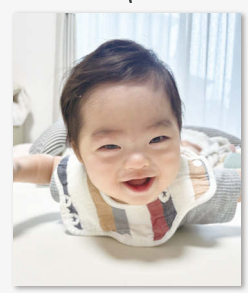
Thanks

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。



こころ
心桜ちゃん
0歳2か月

家族みんながココロの誕生を喜んで
います。たくさんのお祝いありがとうございます。



けんせい
兼惺ちゃん
0歳6か月

たくさん笑って、たくさん食べて、
スクスク育ってね！大好きだよ！

1月10日は110番の日

110番は事件や事故に遭った方や発見した方がいち早く警察に通報するための緊急時の専用電話です。6つのポイントを確認して、正しくご利用ください。

①何が(事件名)

④犯人の特徴(性別・人相・服装など)

②どこで(場所)

⑤現状(被害の状況・事故の様子)

③いつごろ(時刻)

⑥あなたの住所・名前・電話番号

☎黒山警察署地域課(☎362-1234 FAX363-0895)



チェック! 安心・安全

▶年末年始に犯罪被害に遭わないために

年末年始は帰省や旅行、買い物などで、外出や留守にする機会が増えます。特に次の犯罪に十分注意し、年末年始をお過ごしください。

▲空き巣

カーテンの閉めっぱなしやポストに新聞や郵便物を溜めるなど、長期不在が分かる行為は避けましょう。

▲ひったくり

金融機関やコンビニで出金する際には、周囲に注意を払いましょう。

▲スリ

人が集まる場所や電車・バスなどは注意が必要です。リュックを前に抱える、貴重品はバックやベルトにつなぐなどの対策をしましょう。

☎東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)



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

▶東区高齢者関係者会議パネル展(アスマイルポイント付与対象)

テーマ 介護保険や認知症、成年後見制度、特殊詐欺防止、ダブルケアなど

日時 1月10～23日

場所 東区役所

▶高齢の方に関する相談はお住まいの小学校区担当の地域包括支援センターへ

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

東区の相談				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
☎ = 電話相談可 どの区でも = 他区でも相談可				児童相談 (子どものしつけ、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
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)				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
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)				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				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 FAX286-6500
行政書士による相談 要予約 どの区でも				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)		1/9・23 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
交通事故相談 ☎				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)		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
登記・測量相談 要予約				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)		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(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)				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



子育てつうしん

地域子育て支援事業担当 ☎287-8612 FAX286-6500

▶親子であそぼう オンライン申込みのみ -----

(申込) ①は1月14日、②は1月17日、③は1月20日からオンライン(QRコード)で

①ベビーマッサージ

(対象) 東区在住の2～7カ月の子どもとその保護者

(日時) 1月21日(火) 10～11時15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 (先着) 15組

②ベビーヨガ

(対象) 東区在住の首がすわった4～7カ月の子どもとその保護者

(日時) 1月24日(金) 10～11時15分

(講師) JADP認定ベビーヨガインストラクター・疋田衣里さん (先着) 15組

③おしゃべりマルシェ「仕事復帰後の生活について話そう」

育児と仕事の両立に関する制度の紹介や経験者の体験談を通して、スムーズな仕事復帰に備えましょう。

(対象) 令和7年4月から第1子の入所が決まり、復職予定の保護者とその子ども

(日時) 1月27日(月) 10～11時15分(1歳児以上)、13時30分～14時45分(0歳児)

(講師) 13時30分～14時45分の回のみ助産師・枝元委子さん (先着) 各10組



▶子育てファミリーのための防災講座 オンライン申込みのみ -----

防災啓発に取り組むママ防災士たちが、日ごろからの備えについて話します。

(対象) 東区在住の未就学児とその保護者

(日時) 2月6日(木) 10～11時30分

(講師) 光武さやかさん、北口ひろこさん (先着) 8組

(申込) 1月30日からオンライン(QRコード)で

▶にこにこルームの子育て講座「鬼の面の帽子を作ろう」 オンライン申込みのみ

(対象) 未就学児とその保護者

(日時) 1月28日(火) 10～12時

先着 20組

(申込) 1月21日からオンライン(QRコード)で





初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

▶ヘキサスロン 子ども運動能力向上プログラム

走る、跳ぶ、投げるなどの基本動作を楽しみながら、運動能力を向上させます。

(対象) 5歳～小学3年生 (日時) 2月8日(土) 13時30分～16時

¥1,500円 (先着) 30人 (申込) 1月14日から直接か電話で同館へ

▶ハッピーひろばトランポリン

(対象) 未就学児とその保護者 (日時) 3月11日(火) 10～11時30分

¥1家族800円 (先着) 60組 (申込) 1月21日から直接か電話で同館へ



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

(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「認知症サポーター養成講座」

(日時) 1月21日(火) 13時30分～15時 (先着) 40人

(申込) 1月4日から直接か電話で同センターへ

～住みよいまちは地域のつながりから～

自治会へ加入しませんか？

東区では9つの小学校区の自治会が力をあわせ、地域にお住まいの皆さんが安全で安心して暮らせるまちをめざして、区役所、警察、消防、学校などと連携して活動しています。

詳細は区HPへ



見守り・防犯パトロール
子どもや女性をはじめ地域の安全を見守っています！

防災訓練
もしもの時はご近所同士の助け合いが大きな力に！

お祭りなどの交流イベント
子どもから高齢の方まで楽しく交流！つながりが広がります。

問 東区役所自治推進課 (☎287-8122 FAX287-8113)



図書館だより

休館日：東図書館・初芝分館共通
1月1～3日・6・20・27日
(東図書館のみ1月21～24日も休館)

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

12月28日閉館後～1月4日9時は、東図書館(アミナス北野田4階)と初芝分館の返却ポストは利用できません。北野田駅前ロータリーに面した屋外返却ポストをご利用ください。

▶子ども司書と選んだ本の貸し出し福袋(主に小学生向け)(東図書館)

〔日時〕1月4日(土)10時～ 〔先着〕30セット

▶えほんの会(東図書館)

〔日時〕1月4・18日、2月1日14～14時30分 〔先着〕各10人

▶おうちで「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〕1月18日(土)10時～ 〔先着〕8人

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〕1月31日(金)11～11時30分 〔先着〕10組	〔日時〕1月10日(金)11～11時30分 〔先着〕10組
おはなし会	〔日時〕1月11・25日14～14時30分 〔先着〕10人	〔日時〕1月18日(土)15時30分～16時 〔先着〕30人

▶移動図書館・くすのき号

〔日時〕1月5・19日、2月2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→



〔申込〕いずれも1月6日からオンラインか電話、FAXで住所、氏名、電話番号、
②は年齢を同センターへ

①大腸がんセミナー オンライン申込可

地域がん診療連携拠点病院・大阪ろうさい病院の専門医が大腸がんの予防や治療についてわかりやすくお話しします。

〔日時〕1月30日(木)14～15時30分 〔先着〕50人

②体幹トレーニング教室 オンライン申込可

自宅でできる体幹トレーニングを学びます。

保健センター専門職からの健康に関する講話もあります。

〔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

〔日時〕1月31日(金)13～15時 〔先着〕20人



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	1月10日(金) 10:00～11:00	1月6・15日 2月3日 14:00～16:00	2月25日(火) 午後		1月28日(火) 9:30～11:00		1月23日(木) 13:30～15:30	1月22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)。

東区長X(旧Twitter)更新中！

暮らしの安全・便利・楽しい情報を
日々お届け！

フォローしてね！



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

▶生涯学習棟

▷天然色素でつくるボンボンショコラ風アイシングクッキー

〔対象〕高校生以上 〔日時〕2月9日(日)10～12時

〔¥〕2,000円 〔抽選〕10人

〔申込〕1月17日までに同館HP(QRコード)へ

▶文化ホール

▷0歳児からの親子で楽しむオーケストラ～Let's Enjoy Rhythm～

〔日時〕3月31日(月)10時30分開演 〔場所〕メインホール

〔¥〕前売・当日とも大人1,500円、子ども(0歳～小学生)500円

〔申込〕12月21日から直接同館へ。全席指定。膝上鑑賞も入場券が必要です。



詳細はこちら！



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。

けんしん総合
サイトはこちら



▶乳がん検診(日曜日開催) オンライン申込可

検診と合わせて、第一生命保険の協力のもと、取り入れたい生活習慣のポイントや乳房自己触診の方法をお伝えします。

〔対象〕40歳以上の偶数年齢の女性

(奇数年齢の方も前年に未受診であれば可)

〔日時〕2月2日(日)午前・午後の部 〔場所〕東区役所

〔申込〕1月7日までにオンラインで。応募多数の場合は抽選(東区在住の方優先)。
オンライン申込が難しい場合は、同センターへ。

乳がん検診の
詳細はこちら



▶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〕2月19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、2月4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