

笑顔といっしょに
「ありがとう」

ひがし2月号

第227号
月号

人口	世帯
84,502人 (42人減)	38,094世帯 (2世帯減)
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	

区役所で待ってます! /

みんなDEいきいきシニアライフ!!

東区役所には、シニアの皆さんが楽しく集える場があり、ボランティア活動に関する相談や
困りごとを相談できる窓口もあります。気軽にご利用ください。

東老人福祉 センター

市内在住で60歳以上の方が楽しく交流できる施設です。談話室ではテレビを観たり、おしゃべりしたりできます。
散歩の休憩場所にもご利用ください。初回利用時は、本人確認書類を持って同センター窓口で利用証を作成してください。

【開館時間】 9～17時15分 【休館日】 日曜日、祝休日(敬老の日は除く)、年末年始

【問】 東老人福祉センター(☎287-8150 FAX287-8160)



こんな取組があります!

- ・病院や企業と連携した健康教養講座
↳ 2面の**東老人福祉センター**だよりをチェック✔
- ・カラオケなどのクラブ活動
- ・看護師による健康相談(血圧測定や栄養指導など)
- ・娯楽室(テレビ、囲碁、将棋) ・給茶サービス



4月から新事業も実施予定!

- ・さらに充実! 介護予防に役立つ事業(体操教室、講座、健康測定など)
- ・多世代の地域の方々と交流する事業

詳しくは広報紙などで
お知らせします!

『みんなDE楽しく交流 仲間づくり』



社会福祉 協議会

好きなこと、やりたいことをボランティアに!

区役所1階の同協議会では、ボランティア活動に関する相談に応じています。
趣味や特技を活かしたボランティア活動をしてみませんか?

【問】 社会福祉協議会東区事務所
(☎287-0004 FAX287-0444)



東区役所

大好評! らららバザー

売り切れ続出!

区内の障害者作業所で作られたパンやクッキー、お弁当、雑貨などを販売します。
障害のある方と交流する機会としても長年親しまれています。

ぜひお買い物をお楽しみください。

【日時】 毎月第4金曜日10時30分～13時

【場所】 1階ロビー

【問】 東区役所地域福祉課(☎287-8112 FAX287-8117)



悩みごとや困りごとは、気軽にご相談を!

区役所1階には、困りごとの相談窓口もあります。
まずは悩みごとを話してみませんか?

高齢の方に関する相談窓口

- ・家族が認知症かもしれない
- ・家族の介護が大変で疲れる
- ・健康に不安を感じるようになってきた など

【問】 東基幹型包括支援センター(☎287-8730 FAX287-8740)

お住まいの地域にも相談窓口があります。

↳ 3面の**地域包括支援センター**だよりをチェック✔



障害のある方に関する相談窓口

・どこに相談したらよいかわからない...まずはご相談を!

【問】 東区障害者基幹相談支援センター(☎285-6666 FAX287-6767)



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
	● 生活介護課 ☎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。

れんすけ
廉将ちゃん 0歳7か月

心清らかに未来を切り開いていく子に
なるように毎日笑顔に癒されてるよ

みれい
美玲ちゃん 0歳5か月

お姉ちゃんと仲良く
元気に育ってくださいように☆

子育てつうしん

地域子育て支援事業担当 ☎287-8612 FAX286-6500

▶にこにこルームの子育て講座「風を作ってあそぼう」 オンライン申込みのみ -----

小さい子どもでも楽しめる風(たこ)を作ります。

【対象】未就学児とその保護者

【日時】2月18日(火)10～12時 (先着)20組

【申込】2月11日からオンライン(QRコード)で

図書館だより

休館日：東図書館・初芝分館共通
2月3・10・17日

東図書館
☎235-1345 FAX236-1517

初芝分館
☎286-0071 FAX286-0091

▶えほんの会(東図書館)

【日時】2月1・15日、3月1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)

【日時】2月11日(祝日)15～15時30分 (先着)10人

▶堺歴史文化市民講座「地域の記憶をつなぐ」

「堺市東区かるた」を題材に実施した第1回の講座で、ゲストから聞き取った成果の発表を行います。

【日時】2月16日(日)14～16時

【場所】東区役所 (先着)20人

▶ボランティアステップアップ講座

「紙芝居の楽しみと演じ方～絵本と紙芝居の違い～」

こどもの読書推進活動に関わるボランティアのステップアップ講座です。

【日時】2月20日(木)14～16時 (場所)東文化会館 (先着)80人

【申込】2月4日から直接か電話、FAXで同館へ

詳しくはこちら!

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】2月28日(金)11～11時30分 【先着】10組	【日時】2月7日(金)11～11時30分 【先着】10組
おはなし会	【日時】2月8・22日14～14時30分 【先着】各10人	【日時】2月15日(土)15時30分～16時 【先着】30人

▶移動図書館・くすのき号

【日時】2月2・16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)

☎ 中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)

東区出身 プロ野球選手 村林一輝さんが東区役所を訪問

東北楽天ゴールデンイーグルスのプロ野球選手で、昨年には侍ジャパンの一員として世界野球プレミア12でも活躍された村林一輝さんが、東区役所を訪問されました。村林さんは「昨年は初めてシーズンを通して一軍でプレーし続けることができました。目標はお世話になっている所属チームの優勝に貢献することです。」と昨年の報告と今後の意気込みを語りました。

東区のこどもたちへ

自分の好きなことをのびのび楽しみながら続けてほしいです。続けることで得た経験は今後の人生に必ず役立ちます!また、続けることにより人生が大きく変わることがあります。

東区役所1階みんなの学習ルームに村林選手の写真とサイン色紙を展示していますので、ぜひご覧ください。

☎ 東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

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「口腔ケアの大切さ」

口腔ケアによって予防できる病気や口腔ケアのポイントなどを学びます。

【日時】2月18日(火)13時30分～14時30分

【講師】近畿中央呼吸器センター・看護師 (先着)40人

【申込】2月1日から直接か電話で同センターへ

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

▶文化ホール

▷To be FREE! なんでもART!

市内在住・在学・在勤で障害のある方々の作品と、sakai ARTcation入賞作品、アーティストAjuさんの作品を展示します。

【日時】2月24日～3月2日10～17時30分
(2月26日(水)を除く。最終日は16時まで)

【場所】ギャラリー

詳しくはこちら!

土・日曜日にマイナンバーカードが作れます

【日時】3月1・2日10～16時45分 写真撮影無料、事前申込制

【場所】ダイエー北野田店 2階ガスセンター前

申し込みや持ち物など詳しくはHP(QRコード)か電話で。

☎ 堺市マイナンバーカード普及促進センター
(☎072-600-0181 FAX275-5766)

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 287-8113		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 286-6500		ひとり親相談 ※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 286-6500	
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 287-8113		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 2/10 14:00～16:00 (場所)東区役所企画総務課 問)市政情報課 228-7475 228-7444		女性相談 ※2 (離婚、配偶者からの暴力、生活など) どの区でも 2/18 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 228-8070		子育て相談 (こどもとの関わり、健康・成長・発達など) どの区でも 2/13・27 12:45～15:45 (場所)東区役所企画総務課 (申込)雇用推進課 228-7404 228-8816		
人権擁護委員による人権相談 どの区でも 3/11 10:00～12:00 予約は3/5 9:00から先着4人 東区役所企画総務課 287-8100 287-8113		労働相談 (解雇・賃金に関するトラブルなど) どの区でも 金 10:00～12:00 (場所)東区役所企画総務課 (申込)ジョブシッパさかい 0120-010908 244-3771		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 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 222-0202		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		
行政書士による相談 どの区でも 要予約 月・火・木・金 10:00～17:00 堺区役所企画総務課 228-7403 228-7844		交通事故相談 2/12 13:00～16:00 予約は2/3 9:00から先着6人 堺区役所企画総務課 228-7403 228-7844		登記・測量相談 要予約				

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



令和7年度 市・府民税の申告は 簡単・便利な郵送提出がおすすめ!

対象者や持ち物など、詳しくは広報さかい7ページ参照。

・所得税の確定申告をする方は、市・府民税の申告の必要はありません。

・申告書は自宅で作成できます(郵送提出にご協力ください)。

・来場には公共交通機関をご利用ください。

日時 2月17日～3月17日(土・日曜日、祝休日を除く)

9～17時15分(16時15分までの入場にご協力ください)

場所 東区役所2階201・202会議室

問 市民税課ナビダイヤル(☎0570-001-731)か同課(区広報紙1ページ参照)



初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

▶気軽に運動をはじめたい方のフレッシュ教室

リズム体操やストレッチ、ショートテニス、卓球などで健康な身体をつくります。

対象 昭和40年4月1日以前に生まれた方

日時 2月21・28日、3月7・14日13時10分～14時30分(いずれも金曜日、全4回)

¥ 2,900円 **先着** 50人

申込 直接同館へ

「社会を明るくする運動」作文コンテストで 東区の小学生2人が受賞

犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする「社会を明るくする運動」への理解

を深めてもらうために、小・中学生を対象に作文コンテスト

を行いました。審査の結果、東区から次の2人が受賞しました。

受賞者の作品は、市 **HP** (QRコード) でご覧になれます。



名前	学校名・学年	受賞名	タイトル
松下 菜南さん	南八下小・6年	市長賞	自分も他人(ひと)も大切に
大谷 優月さん	白鷺小・6年	保護司会連絡協議会会長賞	コミュニケーションで防ぐ非行

問 「社会を明るくする運動」堺市推進委員会(堺市社会福祉協議会総務課内

☎232-5420 FAX221-7409)か地域共生推進課(☎228-0375 FAX228-7853)



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→



▶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回食への進め方についてお話しします。

対象 おおむね9～11カ月児の保護者

日時 2月27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、こどもの名前と生年月日を同センターへ



▶幼児食講座 オンライン申込可

離乳食から幼児食への進め方や生活リズムの大切さについてお話しします。

対象 おおむね1～2歳児の保護者

日時 3月7日(金)10時30分～11時30分 **先着** 12人

申込 2月28日までにオンラインか電話、FAXで住所、電話番号、こ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	2月14日(金) 10:00～11:00	2月3・19日 3月3日 14:00～16:00	2月25日(火) 午後		2月25日(火) 9:30～11:00		2月27日(木) 13:30～15:30	2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)。

チェック!安全・安心

▶「さかい」運動で特殊詐欺の被害を防ぎましょう!

特殊詐欺の被害が止まりません。昨年の府内の被害額は約53億8千万円(11月末)で、前年同月の1.6倍にも増加しました。

被害の約8割は自宅にかかってくる1本の電話から始まります。「+1」や「+44」から始まる国際電話番号には特に注意しましょう。

犯人は役所職員や警察官などを名乗り、「還付金があります」「今日中にATMで手続きをすれば還付金を受け取ることができます」などとうまい話をしたり、「あなたのキャッシュカードが不正利用されている」「今日中に未納金を払わないと裁判になる」などと不安をあおったりして、言葉巧みにだまします。

このような電話がかかってきたらすぐに警察に相談しましょう。

- ▲「さ」詐欺と疑ってみる ▶お金の話はまず詐欺を疑う!
- ▲「か」確認や相談をする ▶本当の話かどうか確かめる!
- ▲「い」一旦、電話を切る ▶冷静になる機会を必ず作る!

詳しくは
こちら!



問 東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

集団回収報償金の申請は2月中に

令和6年8月～令和7年1月に東区内で実施した古紙や衣類などの集団回収に対する報償金の申請を受け付けます。

便利な郵送申請をご利用ください。

期間 2月1～28日(土・日曜日、祝休日を除く)

問 東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

詳しくは
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

▶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)

日時 3月3日(月)13時30分～15時 **場所** 東区役所 **先着** 20人

申込 2月28日までに電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ

▶本とつながるパネル展・ブックフェア(東図書館)

テーマ 高齢者見守りネットワークについて **日程** 2月4～27日

▶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

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。詳しくは、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 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

