

笑顔といっしょに
「ありがとう」ひがし5月号
第230号

東区の人口 令和7年4月1日推計()は前月比

人口	世帯
84,310人 (104人減)	38,100世帯 (19世帯増)
人口密度	面積
8,037人/k㎡	10.49k㎡
編集・発行 東区役所企画総務課 e-mail:higashikiso@city.sakai.lg.jp	

東区民まつり

5月11日(日)10~15時頃
初芝体育館・野球場(雨天決行)

地域の皆さんが一丸となって企画・運営する区最大のイベント！

詳細は区HP(QRコード)で。ご来場は公共交通機関をご利用ください。

問 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

他にも
たくさんの
催しが！

野球場

模擬店コーナー

9小学校区の皆さんが
とっておきのおもてなし！

10時30分~

ティラノサウルスレース

恐竜になりきって全力疾走！
毎年大白熱のレース！

10時~

開会セレモニー

野田中学校吹奏楽部の心温まる演奏♪



健康のつどい

からだチェックコーナー・
スタンプラリーなど

体育館

10時30分~

バスケ3×3大会

手に汗握る試合！
プロ選手も来場！

11時30分~

12時30分~

東区かるた体験会

東区かるたで楽しく遊んで、
東区について学ぼう！

13時30分頃~

〇×クイズ大会

校区にちなんだクイズに正解し、
豪華な賞品をGETしよう！(野球場) 11時30分~
(体育館) 12時30分~

パフォーマーによるステージ

マジックやイリュージョンなど圧巻のショー！



14時30分頃~

閉会セレモニー

大阪府警察音楽隊の迫力ある演奏♪



区役所・市役所などへのお問い合わせは、便利な直通番号をご利用ください！

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
	●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
お届け!!

東区ホームページ

最新情報を
チェック!!

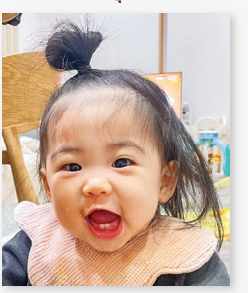
区役所外

- 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

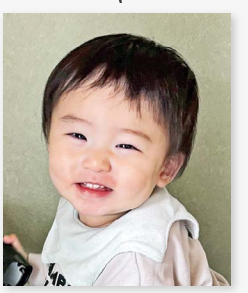
Thanks

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。



りお
里緒ちゃん 0歳9か月

元気で大きくなってね！



よしとら
義虎ちゃん 1歳2か月

元気に育ってね！



子育てつうしん

子育て支援課
☎287-8612 FAX286-6500

親子であそぼうの詳細はこちら！



▶親子であそぼう(東区在住の方限定).....

申込)5月2日10時からオンラインで 先着)各15組

コーディネーター講座 「はじめての保活」	対象)未就園児とその保護者 (妊婦・そのパートナーも可)	5月29日(木) 10～11時15分
ベビーヨガ	対象)首がすわった4～11カ月のこどもと その保護者	5月30日(金) 10～11時15分

▶にこにこルームの子育て講座「こどもの成長と発達のおはなし」.....

卒乳・イヤイヤ期・おむつはずれなどに悩んでいませんか。

子育ての大切なポイントを話します。

なお、申し込みは不要となりました。

直接会場へお越しください。

対象)未就学児とその保護者・妊婦

日時)5月20日(火)10～12時

講師)保育士・小仲久子さん

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優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)6月7日(土)10～11時30分

場所)東老人福祉センター 先着)22人

申込)5月2日～6月6日に電話かFAXで、住所、氏名、電話番号を東基幹型包括支援センターへ

▶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			
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				月～金 9:00～17:00 東区役所企画総務課 ☎287-8109 FAX287-8113			
☎ = 電話相談可				児童相談			
どの区でも = 他区でも相談可				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				ひとり親相談 ※1			
(日常生活での問題や人権の問題など)				※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				女性相談 ※2			
(国の行政全般についての苦情、要望など)				(離婚、配偶者からの暴力、生活など)			
人権擁護委員による人権相談				子育て相談 ※3			
(国の行政全般についての苦情、要望など)				(こどもとの関わり、健康・成長・発達など)			
行政書士による相談				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)			
5/13 10:00～12:00 予約は5/7 9:00から先着4人				就労相談			
東区役所企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113				(求人情報の提供、就職活動のサポートなど)			
登記・測量相談				生活・仕事相談			
要予約				(くらしや仕事での困りごとなど)			
5/14 13:00～16:00 予約は5/1 9:00から先着6人				5/8,5/22 12:45～15:45 (場所)東区役所企画総務課			
東区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844				(申込)雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816			
オンライン法律相談				金 10:00～12:00 (場所)東区役所企画総務課			
要予約				(申込)ジョブシップさかい ☎0120-010908 FAX244-3771			
月～金 15:30～15:55 詳しくは市(HP)参照				火 9:30～17:00 (場所)社会福祉協議会東区事務所(東区役所内)			
区政推進課 ☎228-7579 FAX228-0371				(申込)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(西区役所は総務課)				相談日	月・水・金	火・木	水・金	金・火	月・水	木・月	木
時間)13:00～16:00(美原区は15:00まで)				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
予約)9:00から先着各6人(美原区は4人)				問合先	☎228-7403	☎270-8181	☎287-8100	☎275-1901	☎290-1800	☎258-6706	☎363-9311
※祝休日は直前の執務日(相談は区ごとに年度内1回限り)											

新区長のごあいさつ

皆様、初めまして。4月1日に東区長に就任しました立花尚子(たちばななおこ)です。

どうぞよろしくお願いいたします。

東区は、美しい街並みと豊かな自然風景が共存し、温かい地域社会が特徴の暮らしやすい地域です。

また、防犯・防災、福祉、環境美化などの地域活動が盛んで、地域の皆様が一体となり、さまざまな活動を通じて支え合う文化が根付いています。

このような活気と魅力あふれる東区の区長として働けることは大変光栄であり、身の引き締まる思いです。

地域の皆様とのつながりを力に、さらに安全・安心で「住みたい」「住み続けたい」と思っていただけ東区をめざし、区役所職員が一丸となり取り組んでまいります。どうぞご支援、ご協力を賜りますようお願いいたします。

これから、地域の行事やお祭りなどで区民の皆様とお会いできることを楽しみにしております。

問)東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)



東区長X(旧Twitter)更新中！

暮らしの安全・便利・楽しい情報をお届けします！

フォローしてね！



東区長直行便

ご提案やご意見、お待ちしています！

詳細はこちら！



チェック⚠安全・安心

▶SNSを悪用した詐欺に注意！

SNSは身近で便利なコミュニケーションツールですが、その手軽さや非対面でのやりとりの空間といった特徴を悪用した特殊詐欺が急増しています。

▷代表的なもの

SNS型投資詐欺

SNS上で身分を偽り、投資すれば利益が得られると相手を信じ込ませ投資アプリなどに誘導、金銭などをだまし取る詐欺。

SNS型ロマンス詐欺

SNSやマッチングアプリなどを通じてやり取りを重ね、恋愛感情や親近感を抱かせ、投資に誘導し、金銭などをだまし取る詐欺。

特にSNS型投資詐欺では著名人になりすまし、あたかも本人が投資を推奨しているように見せかけて勧誘するケースに注意が必要です。

⚠被害に遭わないためのポイント⚠

- ・「必ず儲かる」は詐欺！(必ず儲かる投資はありません)
- ・個人名義への送金には注意！
- ・仲良くなってもお金の話が出たら「詐欺」！
- ・警察や家族に相談を！
- ・SNS上の広告が著名人や実在の企業でも安易に信用しない！

詳細はこちら！



問)東区役所自治推進課(☎287-8122 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。

【申込】いずれも5月1日から直接か電話で同センターへ

(みんなで楽しむ民謡交流会は除く)

▶リフレッシュ講座「栄養①」

バランスの取れた食事について学びます。

【日時】5月20日(火)13時30分～14時30分

【講師】栄養士 【先着】40人

▶歌広場

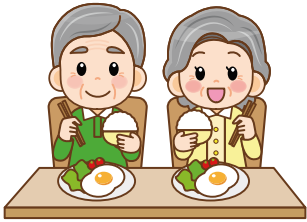
楽しく発声や歌のトレーニングをします。

【日時】5月27日(火)13時30分～14時30分

【講師】ボイストレーナー 【先着】35人

▶市民開放日(毎週土曜日)～さまざまな世代の地域の人と交流しませんか～

60歳未満の方も大歓迎です。ぜひお越しください。



内容	実施日時	定員
ボードゲーム	5月17日(土)13時30分～15時	【先着】20人
みんなで楽しむ 民謡交流会	5月31日(土)10時30分～16時	30人、申込不要 直接会場へ



東保健センターつうしん

☎287-8120 FAX287-8130

▶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話します。

【対象】おおむね9～11カ月児の保護者

【日時】5月22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



申込はこちら！



▶東区多胎児交流会～すまいるびーんず～

多胎児の育児で大変なことや楽しいことなどを気軽にお話しましょう。

【対象】東区在住で、就学前の多胎児の保護者や妊娠中の方

【日時】5月29日(木)10～11時30分

【先着】10組

【申込】直接か電話、FAXで住所、氏名、電話番号、こどもの名前と生年月日を同センターへ



▶腰痛予防教室 オンライン申込可

硬くなってしまった筋肉をストレッチでしっかりほぐし、腰痛予防に必要な筋トレを学びましょう。

【対象】東区在住で医師から運動を制限されておらず補助なしで歩行できる方

※腰痛で治療中の方は参加できません。

※初参加の方優先。

【日時】5月29日(木)13時30分～15時30分 【先着】20人

【申込】5月2日からオンラインか電話、FAXで住所、氏名、電話番号、生年月日を同センターへ

申込はこちら！



予約は電話かFAXで東保健センターへ。 **オンライン申込可** はオンラインでもできます。

○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	子どもの歯相談室 オンライン申込可	成人の歯科相談 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・HTLV-1抗体検査 ・診断書発行不可 ・検査結果は同センターでお渡しします ・HTLV-1抗体検査は有料	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・HTLV-1抗体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	乳幼児～中学生	成人の方 (妊婦の方はぜひ受診しましょう)
日時	5月9日(金) 10:00～11:00	5月12・21日 6月2日 14:00～16:00		5月27日(火) 9:30～11:00		5月28日(水) 9:30～11:00 13:30～15:30	5月22日(木) 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)。

オンライン
申込用



図書館だより

休館日：東図書館・初芝分館共通
5月12・19・26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)

いろいろな絵本の読み聞かせなどを行います。

【日時】5月3・17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】5月13日(火)15～15時30分 【先着】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】5月17日(土)10時～ 【先着】8人

詳細はこちら！



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】5月23日(金)11～11時30分 【先着】10組	【日時】5月2日(金)11～11時30分 【先着】10組
おはなし会	【日時】5月10・24・31日14～14時30分 【先着】各10人	【日時】5月17日(土)15時30分～16時 【先着】30人
ブックフェア	(一般)会いにくい芸術に (児童)こどものざっし	(一般)〇〇探偵 (児童)いぬとねこのものがたり

▶移動図書館・あおぞら号

【日時】5月4・25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)



初芝体育館で健康づくり

東区野尻町221-4 ☎285-0006 FAX285-7318

▶ハッピー杯(グラウンドゴルフ)大会

【対象】18歳以上

【日時】6月23日(月)8時30分から受付開始 ※雨天時は6月30日(月)

【場所】初芝野球場 【¥】800円 【先着】200人(1人での参加可)

【申込】5月2日9時から直接同館へ

大阪公立大学 友好祭

【テーマ】Balloooooon 【日時】5月24・25日(雨天決行)

【場所】大阪公立大学中百舌鳥キャンパス(中区学園町1-1)

【問】友好祭実行委員会(☎254-9987)か

東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

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へ。

▶乳がん検診 オンライン申込可

【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】7月10日(木)午前・午後の部

【申込】5月8日～6月10日にオンラインで。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、直接か電話、FAXで同センターへ。

けんしん総合
サイトはこちら！



乳がん検診の
詳細はこちら！

