東区広報
11
令和8年（2026年）
第248号

ひがし

堺市 SAKAI CITY
笑顔といっしょに「ありがとう」

東区の人のうごき

人口　83,716人（14人減）
世帯　37,778世帯（8世帯減）
面積　10.49㎢
令和8年10月1日推計（　）は前月比

編集・発行／東区役所企画総務課

歩いて発見！東区の歴史と魅力♪

東区わくわく散策マップ

堺市東区まちが好き！ひとが好き！ビジョン実現のための3つの柱
安全・安心　教育　文化
今月の特集は 安全・安心、文化



ウォーキングに適した季節になりました。散策マップを活用して歴史・文化・自然スポットを巡れば、健康づくりと地域の魅力発見を同時に楽しめます。
休日のお出かけや健康づくりにぜひご活用ください。
わくわく散策マップは東区役所1階市政情報コーナーなどで配布中。

問企画総務課
（☎287-8100　FAX287-8113）

散策コース

Aコース 白鷺公園・出雲大社大阪分祠
距離 約5.5km
白鷺駅→白鷺公園→小田邸→金峯神社→報恩寺→大津池→関茶屋地蔵堂→元宮（御旅所）→出雲大社大阪分祠→初芝体育館→初芝駅

Bコース 西高野街道・大美野噴水
距離 約5.5km
白鷺駅→西高野街道→白鷺公園→関茶屋地蔵堂→元宮（御旅所）→惟妙寺→法界地蔵尊→滝谷不動分岐点→興源寺→大美野噴水→北野田駅

Cコース 登美丘北公園・伊勢道
距離 約5.6km
北野田駅→北野田駅→釈迦院→照念寺→登美丘北公園→大美野噴水→伊勢道→因念寺→旭照寺→東図書館・東文化会館→北野田駅

Dコース 野田西除川公園・野田城址
距離 約2.7km
北野田駅→北野田駅→念照寺→野田西除川公園→新川→南野田地蔵尊→南野田公園→西寶寺→牛頭神社→南野田すかしゆり公園・野田城址→北野田駅

Eコース 吉田池・南八下西公園
距離 約5.5km
初芝駅→南八下小学校→菩提町キュウリ緑地→八坂神社・中仙寺→吉田池→南八下西公園→引野三尊御佛堂→初芝駅

Fコース 前ヶ池・萩原神社
距離 約3.6km
萩原天神駅→東区役所→真光寺→妙覚寺→北町地蔵→大念寺→前ヶ池→灰原池→萩原神社→萩原天神駅

東区役所

〒599-8112
東区日置荘原寺町195番地1

1階

- ●市民課　☎287-8102　FAX288-2150
  戸籍・住民票など証明・届出・印鑑登録・マイナンバー
- ●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
- ●市税の窓口　電話・FAXでのお問い合わせは市税事務所へ
  原動機付自転車の登録・廃車、一般的な市税に関する説明・相談・納付など
- ●社会福祉協議会東区事務所
  市民活動・ボランティア
  ☎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
  ☎287-8150　FAX287-8160

2階

- ●地域福祉課
  障害者・高齢者福祉　☎287-8112　FAX287-8117
  介護保険　☎287-8123　FAX287-8117
- ●生活援護課
  生活保護
  ☎287-8110　FAX287-8117

3階

- ●企画総務課
  広報・広聴・相談・市政情報コーナー・選挙など
  ☎287-8100　FAX287-8113
- ●自治推進課　☎287-8122　FAX287-8113
  自治会・美化など地域振興活動
  美化担当（不法投棄）　☎287-8103　FAX287-8113
- ●東保健センター
  乳幼児健診・各種健康相談・健康増進など
  ☎287-8120　FAX287-8130
- ●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HP
東区長X（旧 Twitter）

お問い合わせは、便利な直通番号をご利用ください！

区役所外

- 市税事務所（三国ヶ丘庁舎）
  - 法人諸税課【軽自動車税】　☎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
- 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】　☎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】　☎286-0119　FAX286-0126
- 地域包括支援センター【高齢者相談窓口】
  - 東第1 担当区域（小学校区）➡南八下・八下西・日置荘・日置荘西・白鷺
    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
    日置荘田中町143-1（つるぎ荘内）　☎286-2828　FAX286-6868
  - 東第2 担当区域（小学校区）➡登美丘西・登美丘東・登美丘南・野田
    南野田33（ハーモニー内）　☎237-0111　FAX237-3900

初芝体育館で健康づくり

問初芝体育館　☎285-0006　FAX285-7318

▶初芝フェスタ

親子でトランポリンや武道教室体験、こども自転車乗り方講習、堺市東区かるた体験など楽しいイベントを開催します。

対象4歳以上(トランポリンのみ4歳児～小学3年生)
日時11月21日(土)9時30分～12時30分
¥500円(こども自転車乗り方講習と堺市東区かるた体験は無料)
申込トランポリンのみ11月7日から電話で問へ

ズームアップ東文化会館

問生涯学習施設　☎234-5691　FAX234-5697、文化ホール　工事のため休館中

生涯学習施設

▶ホームベーカリーを使ったパンレッスン～千夏風シュトーレン～

対象高校生以上(相当する年齢含む)
日時11月28日(土)10時30分～13時
¥2,500円　抽選15人
申込11月10日までに直接か同館HP、FAXへ

▶お正月の寄せ植え講座

対象高校生以上(相当する年齢含む)
日時12月20日(日)13時30分～15時30分　¥3,000円　抽選24人
申込11月2～23日に直接か同館HP、FAXへ

議員と話そう、堺のこれから　議会報告会の参加者募集

問政策総務課　☎228-7811　FAX228-7881　✉giso@city.sakai.lg.jp

市議会の活動を分かりやすく伝え、市民の皆さんからの意見を今後の活動に生かすため、議会報告会を開催します。

・第1部:議員による議会報告
　※映像視聴(約20分)
・第2部:議員との意見交換会(約90分)



対象①東・南区内在住・在勤・在学の40歳未満の方
　②市内在住・在勤・在学の方(年齢制限なし)
日時11月21日(土)14時～　場所東・南区役所
抽選20人(①の方優先)。傍聴は申込不要。託児あり(先着順)。
申込11月11日までに直接か電話、FAX、メールで、住所、氏名、電話番号、メールアドレス、学生の方は学校名、対象(①・②)、参加場所(東区・南区)、記念撮影写真データ提供希望の有無、託児の有無を問へ

65歳以上の方の自転車交通安全教室

問自転車企画推進課　☎228-7636　FAX228-0220　✉jiki@city.sakai.lg.jp

実際に自転車に乗りながら、正しい乗り方や交通ルールを学びます。参加者にはヘルメット購入割引クーポンを配付します。



対象市内在住・在勤の65歳以上の方
日時11月19日(木)10時～、11時10分～
　(各60分)※悪天候の場合は中止
場所天神公園(東区日置荘田中町2-1)
先着各5人
申込11月1日から電話かFAX、メールで問へ

しらさぎ街なか書道・アートTシャツ展～白と黒のむこうに～

問しらさぎ310商友会　☎230-3467　FAX230-3467か
地域産業創造課　☎228-8814　FAX228-8816

書道アートTシャツを巡るウォークラリーを開催します。あわせてフリーマーケット、餅つき、カラオケ大会、書道展示など家族で楽しめる「しらさぎマーケット」も行います。

日時11月15日(日)10～16時(しらさぎマーケットは11時から)※雨天決行
場所UR白鷺団地集会所広場(東区白鷺町2丁3)

400ml献血にご協力ください



問自治推進課　☎287-8122　FAX287-8113

寒くなると献血の協力が得られにくくなります。ぜひ家族や友人を誘ってご協力をお願いします。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。

日時11月28日(土)10～12時、13～16時30分　場所ライフ初芝店

地域包括支援センターだより

問東基幹型包括支援センター　☎287-8730　FAX287-8740

▶市民向け権利擁護セミナー

将来に備える成年後見制度を学びます。

日時11月26日(木)14～16時　先着40人
申込11月19日までに電話かFAXで住所、氏名、電話番号を問へ

▶介護家族のための「怒りの感情との上手な向き合い方」講座

対象家族を介護している方、その他介護に携わる方
日時12月3日(木)13時30分～15時　先着30人
申込11月2～29日にインターネットか電話、FAXで住所、氏名、電話番号を問へ

◆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

(区広報紙1面参照)

東老人福祉センターだより

問東老人福祉センター　☎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が必要。
申込いずれも11月2日から直接か電話で問へ
　(歌広場・脳トレ講座は11月16日から、脳トレラボは申込不要)

▶わくわく体操～健康増進を目的に心が弾む体操教室～(全2回)

日時11月19・26日10～11時　先着25人

▶脳トレラボ～気軽な脳トレ～

日時11月25日(水)10～11時

▶元気ハツラツ体操～音楽に合わせて楽しく全身を動かす体操教室～

日時11月30日(月)10～11時　先着25人

▶歌広場～楽しく発声や歌のトレーニングをします～

日時12月4日(金)10～11時(オレンジ(基礎編))　先着40人

▶脳トレ講座～クイズやゲームで楽しく脳のトレーニングをします～

日時12月11日(金)13時30分～14時30分　先着30人

▶市民開放日～60歳未満の方も参加できます～

内容	日時	先着
3B体操交流会	11月14・28日13時30分～14時30分	各30人
卓球バレー	12月5・19日13時30分～15時	各36人

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

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)	月～金　9:00～17:00 東区役所企画総務課　☎287-8100　FAX287-8113	
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)	12/28　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	
人権擁護委員による人権相談 ☎ どの区でも	11/17　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	
行政書士による相談 要予約 どの区でも (遺言・相続・契約書など)	11/10　10:00～12:00　予約は11/4　9:00から先着4人 東区役所企画総務課　☎287-8100　FAX287-8113	
登記・測量相談 要予約	11/11　13:00～16:00　予約は11/2　9:00から先着6人 堺区役所企画総務課　☎228-7403　FAX228-7844	
オンライン法律相談 要予約	月～金　15:30～15:55　詳しくは市HP参照 区政推進課　☎228-7579　FAX228-0371	
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	
家庭児童相談 ☎ (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 ※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	
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 ☎ (こどもとの関わり、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)	11/12、26　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	
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	
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

場所区役所企画総務課
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

安全安心まちづくり大会「黒山地域安全大会」

どなたでも気軽にご参加ください。
日程 11月7日(土)10時～
場所 出雲大社大阪分祠(東区日置荘西町7丁1-1)
主催 黒山防犯協議会・東区自治連合協議会・東区まちづくりの会
問 自治推進課(☎287-8122　FAX287-8113)か
企画総務課(☎287-8100　FAX287-8113)

神殿内ステージ

▶登美丘高校吹奏楽部による演奏
▶登美丘高校ダンス部による演舞
▶黒山警察署による防犯教室　など



屋外ステージ ※雨天の場合中止

関西こども建設王国

▶技能体験フェア
▶和太鼓演奏
▶お楽しみ抽選会
など





問企画総務課
(☎287-8100 FAX287-8113)
※年齢は撮影当時のものです。

六花(りっか)ちゃん　6か月
采良(さら)ちゃん　1歳4か月

子育てつうしん

問子育て支援課　☎287-8612　FAX286-6500

▶にこにこルームの子育て講座「昔のあそびを楽しもう」
対象 未就学児とその保護者　日時 11月17日(火)10～12時

東保健センターつうしん

問東保健センター　☎287-8120　FAX287-8130

▶「ママのためのリフレッシュエクササイズ」 オンライン申込のみ
こどもと一緒にできる筋トレや骨盤ケアで、リフレッシュしましょう。
対象 区内在住の首がすわった生後4～11カ月のこどもとその保護者(兄姉同伴は不可)
日時 12月3日(木)10～11時30分
先着 10組　申込 11月2日からオンラインで



▶11月8日は「いい歯の日」
歯と口の健康は全身の健康につながります。かかりつけ歯科医をもち、定期的に歯科検診を受けましょう。

▶よい歯のコンクール　東区の最優良親子に越智さん親子が受賞
8月24日に行われた全大阪よい歯のコンクール堺地区審査会で、前年度の3歳児健診を受けた東区在住の親子の中で、最もよい歯を保っている親子として越智美月ちゃん・優さんが選ばれました。



毎日の歯みがきやフロスなど、むし歯予防に親子で取り組んでいます。

図書館だより

問東図書館　☎235-1345　FAX236-1517、初芝分館　☎286-0071　FAX286-0091
休館日:東図書館・初芝分館共通 11月2・9・16・30日、12月1日

▶東図書館うきうきフェスタ(東図書館)
楽しいおはなしや絵本の読み聞かせ、工作など盛りだくさん。
日程 11月3日(祝日)

▷おはなし・えほんの会
時間 10時30分～11時10分、13時30分～14時15分　先着 各30人

▷工作しよう!
時間 11時20分～12時、14時20分～15時　先着 各20人

▷どっちが「本」もの?～正しい本のタイトルを当てよう～

▶えほんの会(東図書館)
さまざまな絵本の読み聞かせなどを行います。
日時 11月7・21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 11月21日(土)10時～　先着 8人

▶大人も楽しめるおはなし会(東図書館)
少し長めの昔話を話します。聞いて楽しむ「おはなし」を堪能しませんか。
日時 11月10日(火)15～15時30分　先着 10人

▶紙であそぼ!(東図書館)
折り紙などを使ってオリジナル作品を作ります。完成した作品は東図書館で展示します。
対象 ①「切り絵」5歳～小学生、②「ちぎり絵」3歳～小学生
日時 11月15日(日)①10時30分～12時、②14～15時30分
先着 各8人　申込 11月5日10時から直接か電話、FAXで問へ

催し	東図書館	初芝分館
赤ちゃん絵本の会	日時 11月27日(金)11～11時30分 先着 10組	日時 11月6日(金)11～11時30分 先着 10組
おはなし会	日時 11月14・28日14～14時30分 先着 各10人	日時 11月21日(土)15時30分～16時 先着 30人
ブックフェア	(一般)おやつがたべたい	(一般)本を心の処方箋に
	(児童)秋みつけた!	(児童)世界の食べもの

▶移動図書館・あおぞら号
日時 11月1・15・29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)

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。

離乳食講習会 予約制 おおむね生後5・6カ月児の保護者の方 4カ月児健診時にも予約可	精神保健福祉相談 予約制 こころの病気・アルコール問題などの相談	検査・相談 予約不要 検査(HIV・梅毒・クラミジア、風しん、肝炎、HTLV-1)、エイズ相談(HTLV-1のみ有料) 診断書発行不可	生活習慣病予防相談 予約制 オンライン申込可 保健師などによる相談	食生活相談 予約制 オンライン申込可 管理栄養士による相談	こどもの歯相談室 予約制 オンライン申込可 乳幼児～中学生 (1歳6カ月～4歳未満の方はフッ化物塗布あり、1回限り)	成人の歯科相談 予約制 オンライン申込可 成人の方 (妊婦の方はぜひ受診しましょう)	骨粗しょう症予防検診 有料・予約制 オンライン申込可 18歳以上の方 踵骨(かかとの骨)の超音波による検査
11月13日、12月4日 10:30～11:30	11月2・18日、12月7日 14:00～16:00	11月24日(火) 9:15～10:45	11月24日(火) 9:30～11:00	11月24日(火) 9:30～11:00	11月25日(水) 9:30～11:00 13:30～15:30	11月26日(木) 13:30～15:30	11月24日(火) 午後

○ハッピーマタニティクラスの詳細はこちら→
○各種がん検診は医療機関でも受診可能 詳しくは堺市けんしん総合サイトへ→
○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)。
○難病に関する相談もできます。

スマホでQRコードを読み取ってみよう!!
① スマホ画面のカメラの図形を短くたたく。
※機種などによって図形が異なります。
② QRコードが画面に映るようにレンズを向けます。
東区HPQRコード
③ 画面に表示される案内を短くたたく。
city.sakai.lg.jp
※案内の形は機種などによって異なります。
④ QRコードに登録されているページなどが開きます。