

ひがし



東区の推計人口は、令和7年国勢調査の結果(確報値)が公表されるまでは、市HPに暫定の数値を掲載しています。

堺市の人口

編集・発行/東区役所企画総務課



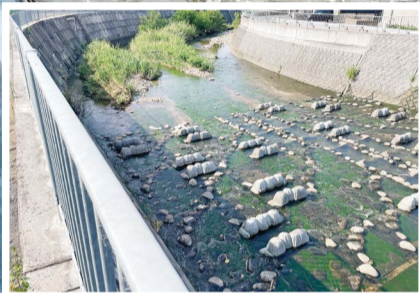
大雨

の前に、今できる

準備!

6~10月は線状降水帯や台風の発生などの風水害に警戒が必要な季節です。東区には、内水氾濫や河川氾濫、土砂災害の災害リスクがあります。「もしものとき」に備えて避難場所や経路、災害時の情報収集方法を確認しましょう。

令和6年7月の大雨の際の西除川の様子



通常時

避難場所・経路を確認

防災マップやHPで避難場所と経路を事前に確認しておきましょう。



詳細はこちら



防災マップはHPのほか区役所 市政情報コーナーでも配架しているよ

災害情報の確認

テレビやラジオのほかメールやHP・SNS・アプリなど、自分に合った災害情報の入手方法を決めておきましょう。



詳細はこちら



地域での備え

大雨への備えとして、日頃から側溝の詰まりに気を配り、水はけをよくしておきましょう。



雨や風が強くなる前に

家の周りの備え

窓や雨戸をしっかり閉めましょう。風で飛ばされそうな物は固定するか家の中に片付けておきましょう。



令和8年5月29日から気象警報などが大きく変更されました。詳しくは**広報さかい6ページ**をご確認ください。

東区役所自治推進課(☎287-8122 FAX287-8113)

東区役所

〒599-8112 東区日置荘原寺町195番地1

- 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
- 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
- 東老人福祉センター
高齢者の健康増進 ☎287-8150 FAX287-8160
- 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
- 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
- 東保健センター
乳幼児健診・各種健康相談など・健康づくり ☎287-8120 FAX287-8130
- 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
- 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
- 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



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

こどもたちの学びやチャレンジを東区役所で展示しませんか ～東区役所こども魅力発信プロジェクト～

☎企画総務課 ☎287-8100 FAX287-8113



地域のこどもたちが日々の学びや遊びの中で生み出した作品や発表などを展示する場を東区役所1階に設けています。

こどもの視点や発想から生まれた展示は、新しい気づきや、まちの魅力の再発見、芸術や文化にふれる楽しさを届けてくれます。

こどもたちが「がんばった」と感じている成果をたくさんの人に届けませんか。

応募条件や展示に係る注意事項などは☎へ。



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

▶ダブルケアの相談は東基幹型包括支援センターへ

ダブルケアとは子育てと介護を同時に行っている状態を言います。

「子育てと介護で仕事の継続が難しい」などの相談に、専門職(保健師、主任ケアマネジャー、社会福祉士)が応じ、状況に合わせて支援します。

◆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ページ参照)

初芝体育館で健康づくり

☎初芝体育館 ☎285-0006 FAX285-7318



▶スポーツバリエスクール

柔軟性を高め美しい姿勢をめざします。気軽にご参加ください。

対象)①3歳児～小学1年生②小学2～6年生

日時)6月6・13・20日①12時30分～13時30分②13時30分～14時30分

¥)1期3回4,740円 (先着)各20人 (申込)直接同館へ

東保健センターつうしん

☎東保健センター ☎287-8120 FAX287-8130

▶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の健康に関する講話もあります。

対象)区内在住の74歳以下で医師から運動を制限されていない方

日時)6月30日(火)13時30分～15時30分 (先着)20人

申込)6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☎へ

詳細はこちら



▶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しましょう。

対象)区内在住で就学前の多胎児の保護者や妊娠中の方

日時)7月16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、こどもの氏名と生年月日を☎へ

▶6月4～10日は「歯と口の健康週間」・6月は「食育月間」です

食べることや口の機能を維持することは、全身の健康につながります。

市では、「さかい食育目標」を活用した食育の取組を推進しています。

食事をよく噛んで食べるためには、定期的に歯科検診を受け、自身の口の状態を知ることが大切です。この機会に食や歯と口の健康を見直しましょう。

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
6月5日、7月3日 10:30～11:30	6月1・17日、7月6日 14:00～16:00	6月23日(火) 9:15～10:45	6月23日(火) 9:30～11:00	6月23日(火) 9:30～11:00	6月24日(水) 9:30～11:00 13:30～15:30	6月25日(木) 13:30～15:30	6月22日(月) 午後

○Happy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。

東区出身 プロ野球選手

村林一輝さんの サイン入りグッズを展示!

東北楽天ゴールデンイーグルス所属のプロ野球選手で、昨季は最多安打者賞や三井ゴールデン・グラブ賞、ベストナイン賞に輝くなど大活躍の村林一輝さんのサイン入りユニフォーム、ボールのほか、東区で過ごした少年時代の写真を東区役所1階ロビーに展示しています。

郷土が誇る選手を応援しましょう。(10月頃まで展示予定)



☎東区役所企画総務課(☎287-8100 FAX287-8113)

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

▷ちびっこ探検隊

普段は見られないホール裏側の見学や、舞台装置の操作体験をします。

対象)小学生 (日時)7月30日(木)①13時～②15時～

場所)メインホール (抽選)各6人 (申込)7月2日までに同館HPへ

詳細はこちら



東老人福祉センターだより

☎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6月1日から直接か電話で☎へ

(脳トレ講座、歌広場(オレンジ編)は6月15日から)

▶市民開放日(毎週土曜日)～60歳未満の方もご自由にお入りください～

内容	日時	先着
センターズカフェ	6月6日13時30分～15時	直接同センターへ
3B体操交流会	6月13・27日13時30分～14時30分	各30人
ボードゲーム交流会	6月20日13時30分～15時	20人

▶さくらサロン～ゆっくりゆったりお好きな様に時間をお過ごしください～

日時)6月15日(月)13時30分～15時(カフェ)

6月11・30日13～16時(ぬり絵など)

▶歌広場～楽しく発声や歌のトレーニング～

日時)6月23日(火)13時30分～14時30分(レッド編(応用))

7月3日(金)10～11時(オレンジ編(基本))

講師)ボイストレーナー (先着)各40人

▶わくわく体操～健康増進を目的に心が弾む体操教室～

日時)6月18・25日10～11時 (先着)25人(両日参加できる方)

▶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)6月22日(月)10～11時 (先着)25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～

日時)7月10日(金)13時30分～14時30分 (先着)30人

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。



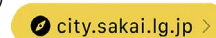
※機種などによって図形が異なります。

② QRコードが画面に映るようにレンズを向けます。



東区QRコード

③ 画面に表示される案内を短くたく。



※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。

