







はみがきうさぎの動画やアニメで  
みんなで楽しく健康に暮らそう！ →



証明書はお得で便利なコンビニへ！

マイナンバーカード(4桁のパスワード)を  
お持ちなら住民票などの各種証明書は  
コンビニのマルチコピー機で →





北図書館

☎258-6850 FAX258-6851

(開館) 火～金10～20時、土・日・祝10～18時 (休館) 11月11・18・25日、12月2・3日



(HP)はこちら



■11月のブックフェア

- ▷一般向け=堺のことあれこれ  
▷児童向け=まるさんかくしかく  
▷ミニブックフェア=介護保険を知る

■北図書館フェスタ 11月9日(土)開催！ クイズに答えて参加賞をもらおう！



1階エントランスホールでは、「堺の歴史を知る」パネルやサバイバルクイズ「ぼうさいクエスト」、防災グッズを展示！救急隊の顔はめパネル[写真]や子ども用消防服で写真撮影など総合防災センターとのコラボも。



|                                     |                                                                   |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 消防士さんと新聞紙スリッパを作ろう！<br>～エコアイテムで防災工作～ | ▷10:00～10:30<br>▷10:30～11:00<br>▷11:00～11:30<br>(対象) おおむね3歳以上の子ども |
| 絵本のよみきかせ                            | ▷10:30～11:00 ▷11:15～11:45<br>(対象) 乳幼児とその保護者                       |
| えいごえほんライブ                           | 14:20～14:50 (対象) 幼児、児童                                            |
| 秋のおはなし大会                            | ▷15:00～15:30 (対象) おおむね3歳以上のこども<br>▷15:30～16:00 (対象) おおむね小学生以上の児童  |
| えほんのひろば                             | 13:00～15:00                                                       |

■北図書館の催し

|          |           |                                   |                       |
|----------|-----------|-----------------------------------|-----------------------|
| おはなし会    | 子ども向け     | 毎週土曜日<br>15:00～15:30              | (集合)<br>図書館カウンター前     |
| 絵本のよみきかせ | 乳幼児とその保護者 | 11月21日(木)<br>▷10:30から<br>▷11:00から | (会場)<br>北区役所3階おはなしのへや |

■読書会のお知らせ

|                                |                                   |                      |        |
|--------------------------------|-----------------------------------|----------------------|--------|
| 新金岡子どもの本を読む会<br>(会場) 北区役所3階研修室 | (本) ともしびをかかげて<br>(作者) ローズマリ・サトクリフ | 11月13日(水)<br>10:00から | ¥ 100円 |
| 新金岡読書会<br>(会場) 北区役所3階研修室       | (本) 盤上の向日葵<br>(作者) 柚月 裕子          | 11月10日(日)<br>14:00から | —      |

■11・12月の移動図書館 ※交通事情により遅れることがあります

北区以外の日程は問 中央図書館(☎244-3811 FAX244-3321)へ

|                 |                   |   |             |
|-----------------|-------------------|---|-------------|
| 中百舌鳥公園団地内 中央広場  | 11月7・21日、12月5・19日 | 木 | 10:00～11:30 |
| 北花田第一公園         | 11月8・22日、12月6・20日 | 金 | 13:30～14:30 |
| 府営 浅香山住宅8棟北     |                   |   | 14:50～15:50 |
| サンヴァリエ中百舌鳥 集会所前 | 11月3・17日、12月1・15日 | 日 | 13:30～14:20 |

高齢者の  
相談窓口

地域包括支援センターだより

北基幹型包括支援センター  
☎258-6886 FAX258-8010

■ほっとしよう(認知症家族の交流会)

認知症対応型デイサービスの職員を交え、参加者同士で認知症・介護のことなど自由に話ませんか。

(日時) 11月14日(木)13時30分～15時 (場所) 北区役所1階大会議室

(対象) 北区在住の認知症家族・本人・支援者 (申込) 電話かFAXで

■パネル展「地域包括ケアシステムについて考えよう！」

住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように医療・介護・介護予防・住まい・生活支援の情報をお伝えします。

(日程) 11月11～18日 (場所) 北区役所1階エントランスホール



子育て支援課

☎258-6621 FAX258-6883



(場所) いずれも北区役所

|                                            |            |                          |                                                                                                                           |
|--------------------------------------------|------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①大人ママ*お話し会<br>同世代の方と子育てとお金の備え方について考えてみませんか | 未就学児とその保護者 | 11月12日(火)<br>10:00～11:30 | (申込) いずれも11月1日10時以降、区HP(右上QRコード)から市電子申請システムで。<br>①③は先着順。<br>②は抽選。<br>締切は、<br>①11月12日10:00<br>②11月11日10:00<br>③11月26日10:00 |
| ②コーディネーター講座<br>子どもおとなもハッピーになる子育てのヒント       | 未就学児とその保護者 | 11月20日(水)<br>10:00～11:30 |                                                                                                                           |
| ③おやこtoぼうさい<br>防災バッグの中身を考えよう                | 0歳児とその保護者  | 11月26日(火)<br>10:00～11:30 |                                                                                                                           |

■校区别遊ぼう会 同じ校区の保護者同士で交流しましょう。申込不要

(日時) 11月22日(金) 10～11時30分 (場所) 新金岡東小学校

(対象) 未就学児とその保護者

■子育てフェスタ「親子ヨガ」参加者募集！

(日時) 12月8日(日)15～15時40分

(場所) イオンモール堺北花田3Fイオンホール

(対象) 未就学児とその保護者

(申込) 11月1日10時以降、市電子申請システム(QRコード) から。先着順



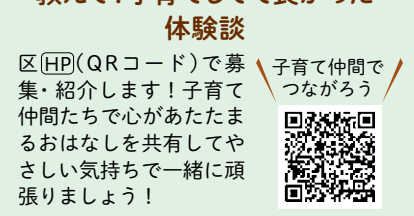
みんなの子育て体験談  
子育ての中で感じた心が温くなるおはなし



3  
「ママ、ラムネは  
あくすりだよ」と  
お口にいれてくれました！  
☆☆



1  
ある日、  
悲しいことがあり  
泣いていた  
私(ママ)を見て



教えて！子育てしてて良かった  
体験談  
区HP(QRコード)で募集・紹介します！子育て仲間たちで心があたたま  
るおはなしを共有してやさしい気持ちで一緒に頑  
張りましょう！



2  
3歳になる鬼子  
「どうしたら元気に  
なるかな？」と  
考えてくれたのでしよう

北老人福祉センターの催し

北区常磐町1丁25-1  
☎255-6380 FAX252-2436

■健康教養講座「こうすれば防げる！ 転倒、骨折予防の基礎知識」

(日時) 11月12日(火)13時30分～14時30分

(対象) 市内在住の60歳以上の方 (申込) 11月5日から直接か電話で。先着順

第3火曜日に手作り品販売 きたきてまるしえ

障害のある方が作ったお菓子やパン、加工食品【写真】、雑貨などを販売

(日時) 11月19日(火)12～13時

(場所) 北区役所1階エントランスホール

問 北区障害者基幹相談支援センター

(☎251-8166 FAX250-8800)



|                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 北区の相談<br>☎ = 電話相談可<br>無料 12:00～12:45と祝休日は休み<br>どの区でも = 他区でも相談可<br>他区も含めた日程はこちら<br>※中止・延期など変更場合があります。               | 教育相談<br>(小・中学生の家庭教育や学校生活、転校手続きなど)<br>児童相談<br>(子どものしつけ、虐待、非行、家族関係など)<br>ひとり親相談 ※1<br>女性相談 ※2<br>(離婚、配偶者からの暴力、生活など)<br>子育て相談<br>(子どもとの関わり、健康・成長・発達など)<br>労働相談<br>(解雇・賃金に関するトラブルなど)<br>就労相談<br>(求人情報の提供、就職活動のサポートなど)<br>生活・仕事相談<br>(くらしや仕事での困りごとなど)                                                                                                                                                                         | 月～金 9:00～17:00<br>北区役所教育・就学相談窓口 専用☎258-6748 FAX258-6817<br>月～金 9:00～17:30<br>北区役所子育て支援課 ☎258-6621 FAX258-6883<br>※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<br>※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。<br>11/12・26 12:45～15:45 (場所) 北区役所企画総務課<br>(申込) 雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816<br>堺市産業振興センターで実施 13ページ<br>火 9:30～17:00 (場所) 社会福祉協議会北区事務所(北区役所内)<br>問 すてっぷ・堺 ☎225-5659 FAX222-0202 |
| 市民相談・人権相談<br>(日常生活での問題や人権の問題など)<br>行政相談<br>(国の行政全般についての苦情、要望など)<br>人権擁護委員による人権相談<br>行政書士による相談<br>交通事故相談<br>登記・測量相談 | どの区でも<br>月～金 9:00～17:00<br>北区役所企画総務課 ☎258-6706 FAX258-6817<br>11/27 14:00～16:00 (場所) 北区役所企画総務課<br>問 市政情報課 ☎228-7475 FAX228-7444<br>11/20 14:00～16:00 (場所) 北区役所企画総務課<br>問 ダイバーシティ企画課 ☎228-7159 FAX228-8070<br>11/8 10:00～12:00 予約は11/1 9:00から先着4人<br>北区役所企画総務課 ☎258-6706 FAX258-6817<br>月・火・木・金 10:00～17:00<br>堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844<br>11/13 13:00～16:00 予約は11/1 9:00から先着6人<br>堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                                                                                                                               |                           |                                    |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| 法律相談 要予約 どの区でも 25分以内<br>(場所) 区役所企画総務課(西・南区役所は総務課)<br>(時間) 13:00～16:00(美原区は15:00まで)<br>(予約) 9:00から先着各6人(美原区は4人)<br>※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<br>相談日<br>予約開始日※<br>問合先 | 堺区<br>月・水・金<br>相談日の前日<br>☎228-7403 | 中区<br>火・木<br>直前の月曜日<br>☎270-8181 | 東区<br>水・金<br>直前の火曜日<br>☎287-8100 | 西区<br>金・火<br>直前の木曜日<br>☎275-1901 | 南区<br>月・水<br>直前の金曜日<br>☎290-1800 | 北区<br>木・月<br>直前の水曜日<br>☎258-6706 | 美原区<br>木<br>直前の月曜日<br>☎363-9311 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|



● **〔申込〕** がないものは直接会場へ ● **〔￥〕** がないものは無料 ● 詳細や最新情報は、ご案内する **〔HP〕** (ホームページ) か、**〔問〕** (問合せ先) でご確認ください

住みたくなるまちを一緒につくろう!北区一斉クリーン作戦

北区自治連合協議会が各校区で一斉に清掃を行います。一緒にきれいなまちをつくりましょう。北区全域で清掃を行います。

**〔日時〕** 12月1日(日)

**〔問〕** 北区役所自治推進課

(☎258-6779 FAX258-6874)



| 校区   | 集合時間  | 場所                           |
|------|-------|------------------------------|
| 東三国丘 | 10:00 | 東三国丘校区地域会館                   |
| 五箇荘  | 8:45  | 五箇荘校区地域会館                    |
| 五箇荘東 | 9:00  | 各単位自治会館                      |
| 東浅香山 | 8:45  | 東浅香山校区地域会館                   |
| 新浅香山 | 9:00  | 新浅香山校区地域会館<br>堺東浅香山郵便局       |
| 新金岡  | 9:00  | 新金岡校区地域会館東隣広場                |
| 新金岡東 | 9:45  | 新金岡町ブリック公園                   |
| 大泉   | 8:50  | 金岡東公園 南西入口                   |
| 光竜寺  | 9:00  | 光竜寺校区地域会館                    |
| 北八下  | 9:00  | 南花田東町会館・中村町会館<br>野遠町ちびっこ老人広場 |
| 金岡   | 9:00  | 各単位自治会館                      |
| 金岡南  | 9:00  | 金岡南校区地域会館前駐車場                |
| 百舌鳥  | 9:00  | 百舌鳥八幡宮絵馬殿前                   |
| 西百舌鳥 | 9:00  | 百舌鳥八幡宮絵馬殿前                   |
| 中百舌鳥 | 9:00  | 中百舌鳥駅北側広場                    |

紙類のリサイクルにご協力を

リサイクル可能な紙類(新聞、雑誌・その他の古紙、ダンボールなど)や古着・古布は、地域の自治会やこども会が行う集団回収をご利用ください。集団回収の詳細は、お住まいの地域の自治会などにご確認ください。集団回収が利用できない場合、古紙等回収拠点や事業所への持ち込みなどを検討してください。

▶北区古紙等回収拠点

▷読売センター北花田(船堂町2-3-15)

▷読売センター中百舌鳥(百舌鳥赤畑町4-301-1)

**〔問〕** 資源循環推進課 (☎228-7479 FAX228-7063)



北 区 部

地域で活躍する人たち

百舌鳥陵南町の公民館で毎月第3土曜に開催される、地域の多世代交流の場「陵南ワイワイサロン」を運営する皆さんにお話を伺いました。

多くの方の憩いの場になれるよう

パン・和菓子・コーヒーのセット(右写真)を100円で提供するほか、ネイルサロン、健康相談、季節の行事など多くの方が交流できるさまざまなイベントを行っています。地域にお住まいの方はもちろん、陵南町以外の方も大歓迎です。



地域に愛される場所がつながる縁

ワイワイサロンには、陵南町青年団の若者たちがボランティアで準備や片付けのお手伝いをしにきてくれます。きっかけは百舌鳥八幡宮月見祭でふとん太鼓を奉納する陵南町青年団が、毎年祭りに髪蒼(かみくさ)神社で行う安全祈願。地域住民に大切に守られてきたその場所でワイワイサロンの運営者となつたり、地域の方たちの笑顔が見たいという共通の想いで若手もベテランもワイワイサロンで一緒に活動するようになりました。



■由緒ある水神を祀る髪蒼神社  
同神社の湧き水は皮膚病を癒すと言われ、古くから多くの人に親しまれて来ました。

世代を超えた交流の素晴らしさ

子どもからお年寄りまでが参加し幅広い世代の交流があることが陵南ワイワイサロンの魅力です。異なる世代の交流が、各世代それぞれに良い影響を生みます。子どもや若い方は、親以外にも気にかけてくれる大人・頼れる大人ができ、高齢の方は、若い方や子どもから元気をもらっています。そして全世代とも、さまざまな人との関わりによって互いに刺激を受け、楽しんでいきます。皆さんもあいさつや何気ない会話からでも地域の方と関わってみませんか。



住み続けられる街づくりをみんなで なかもず商店街フェス2024

地域コミュニティイベントが盛りだくさん!!

- ①地域の学校・団体などによるステージ
- ②商店街のグルメを楽しもう!
- ③ゴミ拾い(景品あり)
- ④商店街花壇で植花



**〔日時〕** 11月10日(日) 11~18時(③11時30分~16時、④13~15時)

**〔場所〕** なかもず駅ロータリー東側広場

**〔問〕** 中百舌鳥駅前通商店街振興組合 (☎240-4188 FAX240-4188)

詳しくはこちら→



区役所で初開催! 堺市議会の議会報告会に参加しませんか

▶第1部=議員による議会報告

▶第2部=議員との意見交換会

市議会を身近に感じてみませんか



ハニワ部長

詳しくはこちら→



**〔日時〕** 11月24日(日)13時から **〔場所〕** 北区役所3階会議室

**〔対象〕** ①主に区内在住・在学・在勤の30代まで

(②市内在住・在学・在勤の全年齢も可)

**〔申込〕** 11月14日までに**〔問〕**へ。①を優先のうえ抽選。託児あり

**〔問〕** 政策総務課 (☎228-7811 FAX228-7881)

堺都心部と美原をつなぐ直通急行バス 11月3日は無料

12月20日まで運行しています。11月3日(日)は無料で乗車できますのでぜひご利用ください。



**〔停留所〕** 堺駅前~大小路~堺東駅前~細池橋(三国ヶ丘駅前)

~しもつ池(新金岡駅前)~野遠~丹南南~美原区

役所前(総合防災センターまで約400m)

詳しくはこちら



**〔問〕** SMIプロジェクト推進担当 (☎340-0417 FAX228-8034)

北保健センター



☎258-6600  
FAX258-6614



ひらめき脳トレプラス教室「楽しく通って元気でいきいき」

認知症予防のための運動や脳活性化プログラム、むせや誤嚥(ごえん)性肺炎予防、低栄養予防について楽しく学びませんか。

**〔日時〕** 12月4日~2月26日の水曜日(1月1日除く)9時30分~11時30分(全12回)

**〔対象〕** 65歳以上で介護認定を受けておらず全回参加できる方

**〔申込〕** 11月5~11日に電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日を同センターへ。抽選。

はいかつ講座

COPD(慢性閉塞性肺疾患)の話と「肺かつ(呼吸のトレーニング)」をします。



**〔日時〕** 12月12日(木) 14~15時30分

**〔申込〕** 11月5日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ。先着順。

適正体重・血圧管理・運動で循環器疾患を予防しよう!「体(カラダ)点検会」

正しい血圧測定法の体験と体脂肪・筋肉量の測定、血圧管理・食事・運動について学びませんか。運動指導士など専門職種から実践的な運動や健康の秘訣を伝えます。

**〔日時〕** 11月28日12時50分~15時30分、2月6日10~14時(全2回・調理実習有)

**〔対象〕** 医師から運動を禁止されていない両日参加できる方

**〔申込〕** 11月5日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日、アレルギーの有無を同センターへ。先着順。

|                                                                         |                                 |                    |                      |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------|----------------------|
| 要予約                                                                     | マタニティクラス 2回1セット                 | 詳しくは、お問い合わせください。   |                      |
| 要予約                                                                     | 離乳食講習会 <b>〔対象〕</b> 5・6カ月児の保護者   | 11月26日(火)          | ▷10:00から<br>▷11:00から |
| 要予約                                                                     | 子どもの歯相談室 <b>〔対象〕</b> 乳幼児、小児     | 11月5・19日、<br>12月3日 | 9:30~11:00           |
| 要予約                                                                     | 成人の歯科相談 <b>〔対象〕</b> 成人、妊婦       | 11月5日、<br>12月3日    | 13:30~15:30          |
| 感染症検査・相談<br>▷エイズ相談 ▷HIV・梅毒・クラミジア(尿)のセット検査<br>▷肝炎ウイルス検査※ ▷風しん抗体検査※ ※条件あり |                                 | 11月12日(火)          | 9:30~11:00           |
| 要予約                                                                     | 生活習慣病予防・食生活相談<br>保健師・管理栄養士による相談 | 11月12日(火)          | 9:30~11:00           |
| 要予約                                                                     | 精神保健福祉相談<br>こころの病気・アルコール問題など    | 11月11日・<br>14・27日  | 14:00~16:00          |

- ▶予約(先着順)は北保健センターか北区 **〔HP〕** (QRコード)へ。
- ▶4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診は対象の方へ個別にお知らせします。
- ▶転入転出の場合は同センターへお知らせください。
- ▶その他、育児相談や難病相談も。詳しくはお問い合わせください。