

2面で子育て応援イベントも  
ご紹介しています



あなたの周りには味方がいます

抱え込まず、頼ってください

みんなで子育てしよう

問北区役所子育て支援課(☎258-6621 FAX258-6883)

同課HPはこちら



利用できる  
子育て  
サービスって？

園選び  
何から始め  
たらいい？

イライラしたり  
不安になって  
しまっしんどい

お気軽に  
ご相談  
ください



～子育て中のあなたに「お」伝えしたい～

子育ては楽しいこともあれば  
も「う」しんどいと感じることもあると思います

きらきら輝くこどもと  
頑張るあなたの「え」がおを守るため

あなたの周りには  
こどもとあなたを守りたい人がたくさ「ん」います

1人で頑張りすぎず  
誰かに頼ってみてくださいね



気軽にご利用ください

あなたの近くの子育て支援の場

子育て中の方々を応援するあたたかい場が地域にあります。  
地域で知り合った子育て中の仲間が心を許せる強い味方になることも。  
詳しくは区HP(右QRコード)をご覧ください。



子育てひろば



親子が気軽に集い交流できる常設の  
ひろばです。  
(週4～5回程度)

子育てサークル



子育て中の方や地域の方が  
親子のふれあいの場を提供してくれています。  
(月1・2回程度)

子育てサークル  
キャンディキャンディ  
にインタビュー  
→3面北区部

みんなの子育て体験談

vol.12

今回は こどもが生まれて、チャレンジしたこと

苦手なことも最初は難しいけど、やってるうちに楽しくなってることも

裁縫



幼稚園に通園する  
ことになったので  
カバンなどを作る  
ことになった。  
夫と家族会議を開き、  
力を合わせて作ることに。  
初めは裁縫キットを  
購入して作っていたが、  
今では布を購入し  
巾着袋も作れるように  
なりました

ケーキ作り



お料理は苦手だけど、  
こどもが生まれてからは  
お誕生日ケーキを手作  
りすることにしました。  
4人のこども達の生  
誕日ケーキを作り、  
今ではこどものす  
きなキャラクターの  
ケーキも作れるように。  
土台は既製品のスポン  
ジを使ってエフして  
います

教えて！あなたの子育て体験談  
区HP(QRコード)で募集・紹介中！

子育て仲間  
でつながろう



あなたの子育てしていて良かった話や子育てのあるある話を募集しています。  
お困りの方へ「みんな同じだよ」を届けてください♡一緒に子育てを楽しみましょう！

子育て仲間と作ったお役立ち冊子

北区のママ・パパ達の「こんな情報がほしい」が形になったお役立ち冊子を、区HP(QRコード)でご覧いただけるほか、北区役所2階市政情報コーナーで配布しています。北区での子育てにぜひご利用ください。



子育てのお悩み  
Q & A BOOK



北区公園  
ガイドブック



パパの子育て  
お悩みお助けBOOK



子育てファミリーの  
ための防災ブック

北区役所

〒591-8021 北区新金岡町5丁1-4  
「新金岡駅」2号出口から東へ約200m/バス停「北区役所前」下車すぐ

|    |                                                                                                                      |                                                                                                                   |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1階 | 住民票・戸籍などの証明・届出、印鑑登録、マイナンバー<br>●市民課 ☎258-6713 FAX 258-6905<br>市民活動・ボランティアなど<br>●堺市社会福祉協議会北区事務所 ☎258-4700 FAX 258-4770 | 国民健康保険・後期高齢者医療・医療費助成・国民年金など<br>●保険年金課 ☎258-6743 FAX 258-6894<br>高齢者総合相談窓口<br>●北基幹型包括支援センター ☎258-6886 FAX 258-8010 |
|    | 市民・法律相談、選挙など<br>●企画総務課 ☎258-6706 } FAX258-6817<br>●教育・就学相談 ☎258-6748 }<br>●新金岡地区活性化推進室 ☎258-6895 FAX 258-6817        | ●北図書館 ☎258-6850 FAX 258-6851<br>自治会、防犯、防災、地域活動など<br>●自治推進課 ☎258-6779 } FAX 258-6874<br>不法投棄など<br>美化担当 ☎258-6865 } |
| 2階 | 生活保護など<br>●生活支援課 ☎258-6751 FAX 258-6678<br>障害のある方に関する相談<br>●北区障害者基幹相談支援センター ☎251-8166 FAX 250-8800                   | ●地域福祉課<br>障害者、高齢者福祉など<br>地域福祉係 ☎258-6771 } FAX 258-6836<br>介護保険<br>介護保険係 ☎258-6651 }                              |
|    | 母子健康手帳・各種健(検)診・健康相談・健康教室など<br>●北保健センター ☎258-6600 FAX 258-6614                                                        | 児童手当、児童扶養手当、認定こども園等、女性・ひとり親・児童相談<br>●子育て支援課 ☎258-6621 FAX 258-6883                                                |
| 3階 |                                                                                                                      |                                                                                                                   |
| 4階 |                                                                                                                      |                                                                                                                   |



北区役所庁外

- 家庭ごみ受付センター  
☎0120-00-8400 (携帯電話からは☎06-6485-5048)
- 亡くなった小動物の引き取り  
●死亡動物受付ダイヤル ☎06-7777-3339 FAX 229-4454
- 上下水道局お客様センター ☎0570-02-1132 FAX 252-4132
- 道路の維持・管理  
●北部地域整備事務所 ☎258-6782 FAX 258-6843
- 公園・緑地  
●大浜公園事務所 ☎232-1489 FAX 228-8897
- 市税事務所  
軽自動車税 法人諸税課 ☎231-9741 FAX 251-5631  
固定資産税課 ☎231-9764 FAX 251-5633  
市・府民税 市民税課 ☎231-9753 FAX 251-5632  
市税の納付 納税課 ☎231-9773 FAX 251-5634



楽しく・見やすく  
防災情報をお届けします。➡



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 ➡





## 子育て応援イベント



ようきた(北)ね!子育て情報案内



転入してきた方向けに  
地域の子育て情報をお届け

大人ママ\*お話し会



おおむね40歳以上のママ同士で  
子育てや地域の情報交換

ASOBIじかん



保護者同士の交流や親子の  
ふれあい遊び

わくわく教室



小学生向け  
夏休みの体験型講座

子育て支援コーディネーター講座



園選びや子育て支援サービスの  
情報提供と交流

ほっとフォト



プロカメラマンに教わり  
お子さんを撮影

手作りCLUB



交流しながら  
保育教材を手作り

はぐくむっと



地域の方が先生の  
子育て講座

ジブツ進化88(パパ)号



育児に奮闘する  
パパ同士の交流会



### 子育て支援課

☎258-6621  
FAX258-6883

イベントに参加して情報交換や交流をし、親子で楽しみながら一緒に子育てしませんか。  
詳しくは、北区広報紙や子育て支援課(HP)  
(QRコード)などで随時ご案内します。

**ご参加ください! 5月のイベント**

|                                         |                                     |                                        |
|-----------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------|
| ①ジブツ進化88(パパ)号<br>パパ同士で交流します             | 【対象】 妊娠期から未<br>就学児の父親               | 5月10日(土)<br>10:00~11:00                |
| ②ほっとフォト<br>写真撮影のポイントを学び<br>ます           | 【対象】 未就学児とそ<br>の保護者                 | 5月17日(土)<br>10:00~10:50<br>11:00~11:50 |
| ③ASOBIじかん<br>入園後の不安、心配事など<br>みんなで話しましょう | 【対象】 4月から初め<br>てこどもが幼稚園<br>に入園した保護者 | 5月21・28日<br>10:00~11:30                |
| ④ようきた(北)ね!子育て<br>情報案内                   | 【対象】 未就学児とそ<br>の保護者                 | 5月27日(火)<br>10:00~11:30                |

【申込】 ②は5月7日10時以降③④は5月1日10時以降に  
区(HP)(右上QRコード)から市電子申請システムで  
①申込不要 ②5月17日10時まで。先着順  
③5月8日17時まで。抽選 ④5月27日10時まで。先着順  
【場所】 ①③④北区役所②光竜寺公園(雨天中止)  
■ゆめひろば子育て講座「親子リトミック&おしゃべり会」  
【日時】 5月21日(水) 10時30分~11時30分  
【場所】 北区役所1階大会議室  
【対象】 6カ月~1歳半のこどもとその保護者  
【申込】 5月12日10時から市電子申請  
システム(QRコード)で。先着順



### 金岡公園体育館の催し

北区長曾根町1179-18  
☎254-6601 FAX251-0509

■ダンススポーツ教室

【申込】 電話で同館へ。無料体験有

|         |   |             |           |
|---------|---|-------------|-----------|
| チアダンス   | 月 | 17:30~18:30 | 3歳児~小学1年生 |
|         |   | 18:40~19:40 | 小学2~4年生   |
|         |   | 19:50~20:50 | 小学5年生~中学生 |
| キッズダンス  | 火 | 17:30~18:30 | 4歳児~小学2年生 |
|         |   | 18:40~19:40 | 小学3年生~中学生 |
| スポーツバレエ | 水 | 17:30~18:15 | 3歳児~小学3年生 |
|         |   | 18:30~19:15 | 小学4年生~高校生 |

【HP】はこちら  
  


### 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)

参加者同士で認知症・介護などの情報交換をしませんか。  
【日時】 5月16日(金)13時30分~15時  
【対象】 区内在住の認知症家族、本人、支援者  
【場所】 北区役所1階大会議室  
【申込】 受付中。電話かFAXで同センターへ



### のびやか健康館の催し

北区金岡町2760-1  
☎246-5051 (休館) 水曜日

【申込】 5月2日11時から直接か電話で同館へ。先着順

|                 |          |             |          |
|-----------------|----------|-------------|----------|
| 忍トレ道場           | 5月3・17日  | 11:30~12:15 | 4~5歳児(※) |
|                 | 5月10・24日 | 13:30~14:30 | 小学1~3年生  |
| スポーツ塾<br>~NOBI~ | 5月3・17日  | 15:00~16:00 | 小学4~6年生  |

プログラムは  
ほかにも!  


### 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

■リフレッシュ講座 姿勢改善編「ずっと元気!寝たきりにならない」

骨折のリスクや私生活での姿勢の重要性を学びます。  
【日時】 5月13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】 5月7日から直接か電話で同センターへ。先着順



### 北区の相談

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。  
☎ = 電話相談可 どの区でも = 他区でも相談可  
他区も含めた  
日程はこちら  


|                                 |         |                                                                         |                                   |         |                                                                                                                                             |
|---------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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) | ☎ どの区でも | 月~金 9:00~17:00<br>北区役所企画総務課 ☎258-6706 FAX258-6817                       | 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) | ☎       | 月~金 9:00~17:00<br>北区役所企画総務課 専用 ☎258-6748 FAX258-6817                                                                                        |
| 行政相談<br>(国の行政全般についての苦情、要望など)    | ☎ どの区でも | 5/28 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      | 児童相談<br>(こどものしつけ、虐待、非行、家族関係など)    | ☎       | 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<br>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<br>ください。 |
| 人権擁護委員による人権相談                   | ☎ どの区でも | 5/21 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 | 女性相談 ※2<br>(離婚、配偶者からの暴力、生活など)     | ☎       |                                                                                                                                             |
| 行政書士による相談                       | ☎ どの区でも | 5/9 10:00~12:00 予約は5/2 9:00から先着4人<br>北区役所企画総務課 ☎258-6706 FAX258-6817    | 子育て相談<br>(こどもとの関わり、健康・成長・発達など)    | ☎       |                                                                                                                                             |
| 登記・測量相談                         | ☎ どの区でも | 5/14 13:00~16:00 予約は5/1 9:00から先着6人<br>北区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844   | 労働相談<br>(解雇・賃金に関するトラブルなど)         | ☎ どの区でも | 5/13、5/27 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                                                                    |
| オンライン法律相談                       | ☎ どの区でも | 月~金 15:30~15:55 詳しくは市(HP)参照<br>区政推進課 ☎228-7579 FAX228-0371              | 就労相談<br>(求人情報の提供、就職活動のサポートなど)     | ☎ どの区でも | 堺市産業振興センターで実施 13ページ                                                                                                                         |
|                                 |         |                                                                         | 生活・仕事相談<br>(くらしや仕事での困りごとなど)       | ☎ どの区でも | 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                                                                   |

| 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)<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) |     |       |       | 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 |

● **申込** がないものは直接会場へ ● 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

一生に一度の「堺市二十歳の集い(北区)」を仲間とつくりよう

**日時** 来年1月12日(祝日)10時から

**場所** 堺市産業振興センター(中百舌鳥駅前)

■実行委員を募集

アトラクションの企画と式の運営をしませんか。

**対象** 市内在住・在勤・在学で20歳前後(グループ可)

■メッセージ等発表者を募集

二十歳となった仲間に発表しませんか。

**対象** 北区在住で平成17年4月2日～18年4月

1日生まれ

申込方法など詳しくは区**HP**(QRコード)へ

**問** 北区役所自治推進課(☎258-6779 FAX258-6874)



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、  
雑貨などの授産品【写真】を販売

**日時** 5月20日(火)11～14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)

柄や色の違い、  
形の違いに  
選ぶ楽しみアップ!



北区部

地域で活躍  
する人たち

金岡南校区老人会館で毎月第2火曜日の10時半から活動している「キャンディキャンディ」は、未就学児と保護者が気軽に参加し、交流できる子育てサークルです。今回は、そのお世話役の方にお話を伺いました。

気兼ねなく親子でくつろぎに来てください

「赤ちゃんを毎日どう過ごせばいいの?」「同じ子育て中の方とおしゃべりしたい」「子育てに役立つ情報を知りたい」と思っている方は、ぜひお近くの子育てサークルや子育てひろば(1面参照)をご利用ください。「今日は暑いから公園に行く気がなくて」「最近大人としゃべってないから」「このあたりの幼稚園のこと知っている人いないかなと思って」と、ご利用者の気持ちはさまざまです。気軽にこどもと参加できて、保護者さんがホッとできる場所になれるよう心がけています。おこさんの機嫌や体調、天候などが揃ってお出かけできそうなときは、いつでもお越しください。



子育てをがんばるあなたの力になりたい



私は近所に知り合いがいない中で子育てを始め、交流の場の存在にずいぶんと助けられました。あのころの自分と同じような親子の助けになりたいという思いから、サークルの世話役をしています。親子が一緒に目を輝かせて遊びを楽しんでいる姿や、保護者さん同士のおしゃべりが盛り上がりって連絡先を交換している姿を見ると、親子の笑顔や新しい交流が生まれていることを嬉しく思います。おこさんが産まれると

生活環境が変わり、息苦しさや孤独感を覚えることもあると思います。ですが、地域には私と同じように、子育てをがんばるあなたとおこさんの笑顔を守りたいとの思いで活動している人がたくさんいます。

子育てを楽しむために、周囲を頼ってみませんか

子育ての悩みごとについて、インターネットや育児書で調べる方も多いと思いますが、一人で考えていると行き詰まってしまうこともあります。ぜひ、家族や親戚、身近な保護者、子育て支援課、かかりつけ医、そのほかの相談窓口など、いろいろなところで今の状況や気持ちを話してみてください。相談する相手の立場や経験によって、それぞれ全く異なる角度の意見等が返ってきて、視野が広がることもあります。悩みやつらい気持ちは周囲と共有しながら、子育てをしているからこそ広がる世界や出会える体験に目を向けてみてください。



大阪公立大学 第64回友好祭 開催

たくさんの企画や模擬店をお楽しみください!

**日程** 5月24・25日 **場所** 大阪公立大学中百舌鳥キャンパス(中区学園町1-1)

**メインテーマ** Ballooooooon

**問** 友好祭実行委員会(☎254-9987)か

北区役所企画総務課(☎258-6706 FAX258-6817)

友好祭 **HP** はこちら



北図書館

**開館** 火～金10～20時、土・日・祝10～18時

☎258-6850 FAX258-6851

**休館** 5月12・19・26日、6月2・3日

■5月のブックフェア

▷一般向け＝本屋大賞受賞者が副賞で購入した本

▷児童向け＝大きいもの大集合

■図書館サポーター養成講座

図書館活動をサポートするボランティアを養成します。受講後は図書館で活動できます。

**日時** 5月21日(水) 13～14時30分 **対象** 15歳以上(中学生を除く)

**申込** 5月7日10時から直接または電話で同館へ。先着順。

■北図書館の催し

|          |               |                                  |                            |
|----------|---------------|----------------------------------|----------------------------|
| おはなし会    | こども向け         | 毎週土曜日<br>15:00～15:30             | <b>集合</b><br>図書館カウンター前     |
| 絵本のよみきかせ | 乳幼児とその<br>保護者 | 5月15日(木)<br>▷10:30から<br>▷11:00から | <b>会場</b><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<br>本を読む会 | <b>本</b> 塩っぱい河をわたる<br><b>作者</b> 野添 憲治 | 5月14日(水)<br>10:00から | ¥100円<br><b>会場</b> 北区役所3階研修室 |
| 新金岡読書会           | <b>本</b> ギフト<br><b>作者</b> 日明 恩        | 5月11日(日)<br>14:00から | <b>会場</b> 北区役所3階研修室          |

北保健センター



☎258-6600

FAX258-6614



40歳からのヘルシーデザートクッキング講座

間食との上手な付き合い方のお話と調理実習(▷ノンオイルの小松菜シフォンケーキ▷カルシウムを補えるミルクのブラマンジェ風)を行います。

**日時** 5月15日(木)13～15時30分 **対象** おおむね40歳以上の方

**申込** 5月2～8日に市電子システムか電話、FAXで住所、氏名、電話番号、年齢、講座名を同センターへ。先着順

血圧管理と運動で循環器疾患を予防しよう!「体(カラダ)点検会」

正しい血圧管理の方法と専門職種から実践的な運動について学びませんか。希望者は骨粗しょう症予防検診(先着順)もあり。

**日時** 6月5日(木)12時45分～15時

**対象** 区内在住で医師から運動を制限されていないおおむね65歳までの方

**申込** 5月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢、講座名を同センターへ。先着順

ころころゴーヤの会

5～8カ月児の育児を少ししんどいと感じている親子を対象に、専門職が遊び方・関わり方の話や育児のお悩み相談を行います。

**日時** 5月12日(月)13時30分～14時30分

**申込** 5月1～8日に市**HP**(右上QRコード)の市電子申請システムで。先着順



|                                                                                |                  |                    |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------|
| <b>要予約</b> 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。 |                    |
| <b>要予約</b> 離乳食講習会 <b>対象</b> 5・6カ月児の保護者                                         | 5月29日(木)         | ▷10:00～<br>▷11:00～ |
| <b>要予約</b> 子どもの歯相談室 <b>対象</b> 乳幼児、小児                                           | 5月20日、6月3日       | 9:30～11:00         |
| <b>要予約</b> 成人の歯科相談 <b>対象</b> 成人、妊婦                                             | 5月13・20日、6月3日    | 13:30～15:30        |
| <b>感染症検査・相談</b><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 | 5月27日(火)         | 9:15～10:45         |
| <b>要予約</b> 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                                     | 5月27日(火)         | 9:30～11:00         |
| <b>要予約</b> 精神保健福祉相談<br>こころの病気・アルコール問題など                                        | 5月8・12・28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  
▶[対象の方へ個別にお知らせ]4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診  
▶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