北区広報
1
令和5年(2023年)
第202号

北区

たのしいでつながる

堺市 SAKAI CITY

人のうごき

人口	158,664人(62減)
世帯	73,628世帯(31減)
面積	15.6㎢

令和4年12月1日推計( )は前月比

編集・発行／北区役所企画総務課

夢ある明日への出発点

北区二十歳の集い

1月9日(祝日) 堺市産業振興センター

- 二十歳の集い代表によるメッセージ発表
- 堺市出身有名人からのお祝いビデオメッセージ
- 若者実行委員会企画プログラム　など

対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの方

メッセージ発表者
今までお世話になった方々への感謝と二十歳を迎えての希望を胸にメッセージを読み上げます!

若者実行委員
門出が素敵な思い出となるよう、地元の知る人ぞ知るクイズを企画しました。旧友とみんなで盛り上がりましょう!

第1部 10時から 中学校区 五箇荘・大泉・金岡北・金岡南

第2部 13時から 中学校区 長尾・中百舌鳥・八下・陵南

11月送付の案内状を持参のうえ、ご自身の中学校区の開催時間に出席ください。
指定時間に参加できない場合、もう一方や他区会場への出席も可。
詳しくは、区HP(QRコード)をご確認ください。
問 北区役所自治推進課 (☎258-6779 FAX258-6874)

住みよい街を一緒につくりましょう!

北区自治連合協議会会長
天野　隆次

北区民の皆様、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

平素は、自治会活動にご理解とご支援を賜り、北区自治連合協議会を代表して厚く御礼申し上げます。

依然、新型コロナの影響が残るなか、地域の活動も再開し始めております。昨年11月に3年ぶりに開催した北区交流まつりには、多くの方にご来場いただき、あらためて地域が一体となって取り組むことの大切さを認識したところです。

北区自治連合協議会では、防災・防犯、環境美化など様々な活動を展開しています。皆様と一緒に安全で安心して暮らせる、住みよいまちづくりを進めてまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

令和5年が皆様にとって、希望に満ちた幸多い年になりますよう、心よりご祈念申し上げまして、年頭のご挨拶とさせていただきます。

暮らしにいいことたくさん
自治会に入りましょう

問 北区役所自治推進課
(☎258-6779　FAX258-6874)

「いざというときに頼れる人がいてくれたら…」「いざというときに頼ってほしい!」
そう思っている人がきっと身近にいます。地域のつながりのなかで安心して暮らしませんか。

交流が支え合いのつながりをつくります

近隣に住んでいる方をご存じですか。あなたやご家族の顔は認知されていますか。防災訓練など地域で助け合いのつながりをつくるイベントに参加しませんか。

困ったら力になってくれます

地域の力で支え合うことで、あなたが困ったら誰かが助けてくれ、あなたの力も誰かのためになります。
災害時は地域の連携した助け合いが不可欠です。

子どもを地域で見守っています

たくさんの大人の関わりが子どもたちを健やかに育みます。日々の通学時、子どもたちを見守り成長を支えています。

安心・きれいなまちをつくっています

防犯灯・防犯カメラの設置やパトロールなどにより犯罪を抑止するとともに、清掃活動によりごみのない清潔なまちをつくっています。

北区役所

〒591-8021 北区新金岡町5丁1番4号
「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] ●市民課 ☎258-6713 FAX 258-6905
- [国民健康保険・後期高齢者医療・医療費助成・国民年金など] ●保険年金課 ☎258-6743 FAX 258-6894
- [市民活動・ボランティアに関することなど] ●堺市社会福祉協議会北区事務所 ☎258-4700 FAX 258-4770
- [高齢者総合相談窓口] ●北基幹型包括支援センター ☎258-6886 FAX 258-8010

2階
- [市民・法律相談、選挙など] ●企画総務課 ☎258-6706 / 北区教育・就学相談 ☎258-6748 } FAX 258-6817
- [自治会、防犯、防災、地域活動など] ●自治推進課 ☎258-6779 / [不法投棄など] 美化担当 ☎258-6865 } FAX 258-6874
- ●北図書館 ☎258-6850 FAX 258-6851

3階
- [生活保護に関することなど] ●生活援護課 ☎258-6751 FAX 258-6678
- [障害のある方に関する相談] ●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 [障害者、高齢者福祉に関することなど] 地域福祉係 ☎258-6771 / [介護保険に関すること] 介護保険係 ☎258-6651 } FAX 258-6836

4階
- [母子健康手帳・各種健(検)診・健康相談・健康教室など] ●北保健センター ☎258-6600 FAX 258-6614

5階
- [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] ●子育て支援課 ☎258-6621 FAX 258-6883

北区ホームページ　北区長ツイッター

「北区のたのしい」を共有しよう

北区役所公式インスタグラム　地域SNSピアッザ

北区役所庁外

[家庭からでる粗大ごみの収集申し込み]
●粗大ごみ受付センター
0120-00-8400(携帯電話からは☎06-6485-5048)

[生ごみなどの収集]
●環境業務課 指導係 ☎228-7429 FAX 229-4454

[水道・下水道に関すること]
●上下水道局お客様センター
☎0570-02-1132 FAX 252-4132

[道路の維持・管理に関すること]
●北部地域整備事務所 ☎258-6782 FAX 258-6843

[公園・緑地に関すること]
●大浜公園事務所 ☎232-1489 FAX 228-8897

●市税事務所
[軽自動車税に関すること] 法人諸税課 ☎231-9741 FAX 251-5631
[固定資産税に関すること] 固定資産税課 ☎231-9764 FAX 251-5633
[個人市・府民税に関すること] 市民税課 ☎231-9753 FAX 251-5632
[市税の納付に関すること] 納税課 ☎231-9773 FAX 251-5634

あなたと創る北区の未来　北区長直行便

ご提案やご意見をお待ちしています。　投稿など詳しくはこちらから→

北図書館

☎258-6850　FAX258-6851

開館 火～金10～20時、土・日・祝10～18時
休館 1月1～4・16・23・30日 返却ポストは1月4日9時から使用可能

1月4日(水)10時まで図書館 HP の検索・予約・貸出延長機能や電子図書館は利用できません

■1月のブックフェア

▷一般向け＝堺を知る！　▷児童向け＝外国語の絵本

■北図書館の催し

①おはなし会	子ども向け	1月14日(土) 15:00～15:30	申込 ①1月7日10時から ②1月12日10時から 直接か電話で同館へ。先着順
②絵本のよみきかせ	乳幼児とその保護者	1月19日(木) 11:00～11:30	

■読書会のお知らせ

新金岡子どもの本を読む会 会場 北区役所3階 研修室	本 おじいちゃんとの最後の旅 作者 ウルフ・スタルク	1月11日(水) 10:00から	¥ 100円 直接会場へ
新金岡読書会 会場 北区役所3階 研修室	本 日没 作者 桐野夏生	2月5日(日) 14:00から	直接会場へ

■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	1月12・26日	木	10:00～11:30
北花田第一公園	1月6・20日、2月3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	1月15・29日	日	13:30～14:20

生きごみさん講習会～段ボール箱の中で生ごみを堆肥に～

環境にやさしい生ごみの処理方法「生きごみさん」の作り方・育て方を学びます。堆肥は、ガーデニングなどに利用できます。参加者には必要な資材を渡します。

日時 2月10日(金)13時30分～15時　場所 北区役所　対象 市内在住の方

申込 1月30日までにはがきかFAX、メールで住所、氏名、電話番号、講習日を 問 (〒590-0078堺区南瓦町3番1号　✉shijyun@city.sakai.lg.jp)へ。先着順。

問 資源循環推進課(☎228-7479　FAX228-7063)

堆肥の利用者の声

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「さまざまな金融犯罪の手口と対策」

還付金詐欺やオレオレ詐欺などの対策を学びます。

対象 市内在住の60歳以上の方

日時 1月10日(火)13時30分～15時

申込 1月4日から直接か電話で。先着順

第3火曜日に手作り品販売　きたきてまるしぇ

障害のある方が作ったお菓子やパン、雑貨などを販売。

日時 1月17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)

子育て支援課

☎258-6621
FAX258-6883

ホームページ

いずれも 場所 北区役所　申込 区 HP(右上QRコード)から市電子申請システムで①1月10日10時②1月4日10時から。先着順

①ASOBIじかん 子どもが安心する抱っこのポイントを学びます	対象 未就学児とその保護者	1月24日(火) ▷1歳児以上＝10:00～11:00 ▷0歳児＝13:00～14:00
②大人ママ＊お話し会 同世代の方と子育てについて話しませんか 今回はアロマ体験をします	対象 おおむね40歳以上の保護者とその子ども	1月25日(水) ▷1歳児以上＝10:00～11:00 ▷0歳児＝13:30～14:30

■ベビープログラム「赤ちゃんがきた！」親子の絆づくりプログラム

日頃の悩みを話しながら子育て仲間をつくりませんか。

日時 2月17・24日、3月3・10日(全4回)13時30分～15時30分

場所 北区役所

対象 生後2～5カ月(9月17日～12月17日生まれ)の第1子とその母親

申込 1月6日9時から電話で 問 へ。先着順

問 子ども家庭支援センター清心寮「リーフ」(☎252-3521　FAX252-3522)

のびやか健康館の催し

北区金岡町2760-1　☎246-5051
水曜日休館

iトレ体験会

認知機能の評価測定や脳活性化のためのゲームプログラム体験をします。

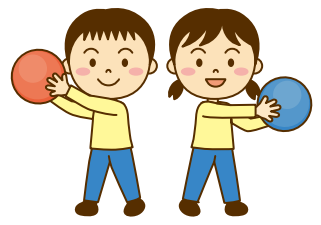
対象 30歳以上　日時 1月13・27日11～12時30分　持物 室内用シューズなど

申込 1月5日11時から直接か電話で。先着順

金岡公園体育館の催し

北区長曽根町1179-18
☎254-6601　FAX251-0509

バルシューレ教室



ボールを使っていろいろな遊びや運動をします。

対象 ①4～5歳児　②小学1～3年生

日時 2月11日(祝日)①9時15分～10時15分
②10時30分～11時30分

¥ 500円　申込 1月17日9時から電話で。先着順

ほっとしよう(認知症家族の交流会)

介護・認知症のことなど、参加者同士が情報を自由に交換できる場です。

日時 2月2日(木)13時30分～15時

場所 北区役所1階大会議室

対象 認知症の方とその家族・支援者

申込 受付中。電話かFAXで 問 へ

問 北基幹型包括支援センター(☎258-6886　FAX258-8010)

住宅・土地統計調査に向けた巡回にご理解を

10月に実施する調査に向け、府知事発行の任命証を持った指導員が、住戸数などの確認のため1月上旬から巡回します。外観調査のみで、世帯への訪問はありません。

問 北区役所企画総務課(☎258-6706　FAX258-6817)か政策企画部調査統計担当(☎228-7450　FAX230-4726)

北区の相談

☎＝電話相談可　どの区でも＝他区でも相談可　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

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 北区役所企画総務課　☎258-6706　FAX258-6817	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 北区役所企画総務課　専用☎258-6748　FAX258-6817
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)	1/25　14:00～16:00　場所 北区役所企画総務課 問 市政情報課　☎228-7475　FAX228-7444	児童相談 ☎ (子どものしつけ、虐待、非行、家族関係など)	
人権擁護委員による人権相談 ☎ どの区でも	1/18　14:00～16:00　場所 北区役所企画総務課 問 人権企画調整課　☎228-7159　FAX228-8070	ひとり親相談 ※1 ☎	月～金　9:00～17:30 北区役所子育て支援課　☎258-6621　FAX258-6883 ※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。
行政書士による相談 要予約 どの区でも	1/13　10:00～12:00　予約は1/6　9:00から先着4人 北区役所企画総務課　☎258-6706　FAX258-6817	女性相談 ※2 ☎ (離婚、配偶者からの暴力、生活など)	
交通事故相談 ☎	月・火・木・金　10:00～17:00 堺区役所企画総務課　☎228-7403　FAX228-7844	子育て相談 ☎ (子どもとの関わり、健康・成長・発達など)	
登記・測量相談 要予約	第2水　13:00～16:00　先着6人 堺区役所企画総務課　☎228-7403　FAX228-7844	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)	1/10・24　12:45～15:45　場所 北区役所企画総務課 申込 雇用推進課　☎228-7404　FAX228-8816
		就労相談 どの区でも (求人情報の提供、就職活動のサポートなど)	金　14:00～16:00　場所 北区役所企画総務課 問 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)	水　9:30～17:00　場所 社会福祉協議会北区事務所(北区役所内) 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(南区役所は総務課)
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	直前の火	直前の木	直前の金	直前の水	直前の月
問合先	☎228-7403	☎270-8181	☎287-8100	☎275-1901	☎290-1800	☎258-6706	☎363-9311

① 詳細や中止・延期などの最新情報は、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
② 申込 がないものは直接会場へ　③ ¥ がないものは無料　④ 来場の際は、感染対策を徹底のうえお越しください

まちの魅力を一緒に発信しよう!「インスタグラム♥活用講座」

多くの方から共感を得られるような素敵な投稿ができるように学びます。講師は日本各地の自治体PRなどを手掛けている株式会社merchu代表取締役の折田楓さん【写真】。(アカウント名:@kaede.merchu)
あなたも一緒に住んでいるまちの魅力を発信しませんか。

魅力的な投稿を伝えます!
- Instagramの仕組
- 写真・動画の撮影・編集ポイント
- 投稿の拡散力の高め方
- ストーリーズ・リールの活用

日時 1月29日(日)10～11時30分
場所 北区役所3階302会議室
対象 インスタグラムで北区役所公式アカウントをフォローしている方(これからのフォローも可)
申込 1月15日まで、市電子申請システム(QRコード)で
問 北区役所企画総務課(☎258-6706　FAX258-6817)

赤十字　健康生活支援講習会

高齢の方が健やかに自立して生活するため、支援や介護の知識・技術などを学びます。
日時 2月1・8・15・22日、3月1日(全5回)13時30分～16時(初日と最終日は16時30分まで)
場所 北区役所
対象 北区在住の15歳以上の方
申込 1月4日9時からFAXか郵送、市電子申請システム(QRコード)で氏名(ふりがな)、住所、電話番号、「赤十字健康生活支援講習会受講希望」を1月20日までに、日赤堺市北区地区事務局(〒591-8021 北区新金岡町5丁1-4　北区役所自治推進課内☎258-6779　FAX258-6874)へ。先着順

北区部　地域で活躍する人たち

ボランティアグループ「金岡わかば会」は北保健センターの健康づくり教室や自主学習会で食生活改善を学び、その大切さを地域の皆さんにも呼びかけています。今回は「健康のつどい」(右記事参照)でも活動される同会の皆さんにお話を伺いました。

食べることは生涯大切です

赤ちゃんからお年寄りまで食べることが健康の源です。「金岡わかば会」は年齢に応じて食の大切さを伝えます。3歳時健診では、早くからバランス良く食べることを習慣づけてもらおうと、楽しく学べるランチョンマットやご家庭で取り入れられる野菜たっぷりのおすすめレシピなどをお渡ししています。

教えてもらったことを自分も伝えたい

自主学習会では生活で得た知恵を持ち寄って伝え合うので、参加するたびに食や健康の気づきがあります。食べず嫌いは美味しいこと・体に良いことに気づいていないからではないでしょうか。生きていくうえで全ての方にあてはまる食べる大切さを、自分たちのためだけでなく皆さんにも気づいてもらいたいと思っています。

続けられるのは楽しいから

私たちが活動を続けられているのはシンプルに楽しいから。健康的な食生活も楽しくなければ続きません。食生活改善が実になるよう参加された皆さんに楽しく学んでもらうことを心がけています。そして皆さんの笑顔が私たちの活動の栄養となっています。

頑張れる目標でいきいきと

野菜・塩分の摂取量など目標があると生活に張り合いができます。ただし、食の目標はあくまでも目安です。1日に必要な野菜摂取量は350g(生なら両手3杯分)とお伝えしていますが、ガチガチに守らないといけないと思うと疲れてしまいます。今日野菜少なかったなと思えば、次の日その分多く野菜を摂ればいいんです。メリハリを付けて楽しみながらバランスよい食事を心がけましょう!

北保健センター

健康づくりを伝えタイ

☎258-6600
FAX258-6614
ホームページ

北区健康のつどい

Health

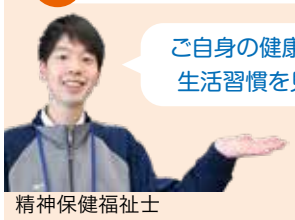
コロナ禍の今こそ、健康づくりに取り組もう!

「いつかやる」は実行になかなか移せないものです。この催しをきっかけに、健康づくりを始めましょう!

保健師

日時 1月21日(土)10～15時(12～13時は昼休憩)
受付 北区役所1階　エントランスホール
対象 ①③18歳以上　②65歳以上
申込 ①②1月4日9時～18日17時30分に電話かFAXで同センターへ、①は市電子申請システム(右QRコード)でも可。先着順

1 健康チェック(予約制)


精神保健福祉士

ご自身の健康状態を確認し、生活習慣を見直しましょう!

10・11・13・14時から(各回60分程度)

- 脳年齢測定
- 血管年齢測定
- 姿勢分析
- 歩行分析
- 自律神経チェック

2 シニア世代のメイクアップ講座「笑顔になって帰ろう」(予約制)

▷10時30分～11時50分
▷13時30分～14時50分
スキンケアの方法やメイクのポイントを学びます。
ご使用中のメイクアップ用品をお持ちください。

3 健康相談・啓発コーナー

▶近畿中央呼吸器センターの医師や看護師による健康相談
▶健康啓発ブース
▶堺市薬剤師会による薬の相談～セルフメディケーション～
▶健康づくり自主活動グループの紹介や啓発など
【午前】▷北8020メイト会　▷金岡わかば会
【午後】▷北区健康づくり推進委員会　▷断酒会

気になること気軽にご相談ください。気持ちも体も健康に!

保健師

バナナの会(多胎の会)

多胎ならではの大変さや悩みを話したり情報交換したりしませんか。保育士による遊び、助産師や保健師への相談もできます。
日時 2月2日(木)10～11時　場所 同センター
対象 双子・三つ子などの保護者。多胎を妊娠中の妊婦(32週まで)
申込 1月4日9時～1月31日、区 HP(右上QRコード)から市電子申請システムで。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** 対象 5・6カ月児の保護者	1月24日	▷10:00から ▷11:00から
要予約 **子どもの歯相談室** 対象 乳幼児、小児	▷1月10日 ▷1月17日 ▷2月 7 日	9:30～11:00
要予約 **成人の歯科相談** 対象 成人、妊婦		13:30～15:30
感染症検査・相談 ▷エイズ相談 ▷HIV・梅毒・クラミジア(尿)のセット検査 ▷肝炎ウイルス検査※　▷風しん抗体検査※　※条件あり	1月31日	9:30～11:00
要予約 **生活習慣病予防・食生活相談** 保健師・管理栄養士による相談	1月31日	9:15～11:00
要予約 **精神保健福祉相談** こころの病気・アルコール問題など	▷1月12日 ▷1月25日	14:00～16:00

▶予約(先着順)は北保健センターか北区 HP(右上QRコード)へ
▶BCG予防接種、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