



たのしいでつながる



人のうごき

人口 158,503人(161減)
世帯 73,612世帯(16減)
面積 15.6km²
令和5年1月1日推計()は前月比

編集・発行/北区役所企画総務課

防災意識ひとつで安心を準備しよう!

「いつか」くる「もしも」へ
子どもの! **安心** 自らの!
パートナーの! ばばママの!
を準備しませんか?

もしかしたら家族が離れている時に
それは起こるかもしれないね。

家族全員で『話し合い』『準備する』ことで
家族一人一人が命を守る行動ができるんだよね。

家族の誰かが準備していても、
家族全員が知っていなければ
役に立たないよね?

連絡の取り方を家族で
決めておきましょう!!

意識次第です!

停電時の冷蔵庫の工夫
⇒冷凍庫の物を冷蔵庫の
「上の段」に移すと
クーラーボックス代わりに!

カッパラーメンは水でも食べられる!
⇒時間はかかります
(30分~1時間前後)
お皿にラップを敷いて使う
⇒洗い物、生活水の節約

いろいろな簡易ランプ
・耐熱コップ+サラタ油+キッチンペーパー+アルミホイル
・ツナ缶+タコ糸+ティッシュ(使用後のツナは食べられます)

身の回りのものが
防災グッズに!

例えば **伝言テープ**
ガムテープや養生テープなどに
伝言を書き、玄関やポストの
内側に貼って伝える方法。
防犯対策のために、貼る場所は
家族で決めておこう!

小さな一歩が
大きな
安心へ

**おやこ
to
ぼうさい**

0歳児の保護者向け防災講座
小学生向け防災講座
防災ピクニック など、
いろいろな講座を企画しています

私たちがやさしくおしえます

防災グッズがなくてもあわてない!
今あるもので代わりにする知恵

日時 2月17日10~11時
場所 北区役所
申込 2月1日から
区HP(QRコード)
から市電子申請システムで

ペットボトル
ライト
実験

防災士ママさんに
聞きました

3ページ北区部

ご利用ください 親子で参加できる防災講座や防災ブック・マップ

家族で話し合い、避難ルールを決めるきっかけにしておくと、北区で子育て中の防災士ママさんたちが子育て家庭に役立つ防災情報を読みやすくまとめています。お子さんに携帯してもらいたい「パーソナルカード」や抱っこひもがない場合の代用方法なども紹介しています。

各区で想定される災害や災害時に取るべき行動、今からできる備えなどをお知らせしています。また次のバージョンでは対象ごとにお伝えしたいことをまとめています

▷シニア世代向け ▷妊産婦・子育て世帯向け
▷やさしい日本語版 ▷ゴルゴ13版
市HP(QRコード)からダウンロードできるほか
次の場所で配布しています(※は区別版のみ)
▷区役所の市政情報コーナー
▷郵便局※ ▷ファミリーマート※ など

問 防災課(TEL228-7605 FAX222-7339)

ママたち考案
子育てファミリーのための
防災ブック

区HP(QRコード)から
ダウンロードできるほか
北区役所で配布しています。

災害への「備え」
ほんまにできてる?

北区役所 〒591-8021 北区新岡岡町5丁1番4号
「新岡岡駅」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 } FAX 258-6817 北区教育・就学相談 ☎258-6748	[自治会、防犯、防災、地域活動など] ●自治推進課 ☎258-6779 } FAX 258-6874 [不法投棄など] 美化担当 ☎258-6865
3階	[生活保護に関することなど] ●生活援護課 ☎258-6751 FAX 258-6678	●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 } FAX 258-6836 [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
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	

北区役所庁外

[家庭からでき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 259-4454

[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

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

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

2月のブックフェア

一般向け=お金や保険のこと、考えてみませんか
児童向け=わたしたちのおおさか
ミニブックフェア=親子の健康

北図書館の催し

Table with 4 columns: Event Name, Target, Date/Time, and Details. Includes 'おはなし会' and '絵本のよみきかせ'.

読書会のお知らせ

Table with 4 columns: Book Title, Author, Date/Time, and Price. Includes '紅のトキの空' and 'ミッドナイト・バス'.

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 中央図書館(244-3811 FAX244-3321)へ

Table with 5 columns: Location, Date, Time, Location, Date, Time. Lists various library branches and their schedules.

「社会を明るくする運動」作文コンテスト
犯罪や非行のない社会をめざす小・中学生の作文コンテストで、北区から3人が受賞しました。

Table with 4 columns: Award Name, Winner Name, School, and Remarks. Lists award winners like 川添 天寧さん.

同堺市推進委員会(堺市社会福祉協議会内) 232-5420 FAX221-7409
地域共生推進課(228-0375 FAX228-7853)

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「認知症サポーター養成講座」

認知症の方が暮らしやすくなるよう学びます。
対象 市内在住の60歳以上の方
日時 2月14日(火)13時30分~15時
申込 2月7日から直接か電話で。先着順

マイナンバーカード出張申請受付

日時 2月24~28日10~16時45分
場所 イオンモール堺北花田 3階イオンホール
事前予約制。持ち物など詳しくは(HP)(QRコード)か電話で
堺市マイナンバーカード普及促進センター(072-600-0181 FAX072-275-5766)

集団回収報償金の申請は2月中に

対象 昨年8月~1月に北区内で実施した古紙や衣類などの集団回収
申請 2月28日まで。事前の団体登録が必要
問 北区役所自治推進課(258-6779 FAX258-6874)

Table of consultation services: 北区の相談. Lists various services like 市民相談, 行政相談, 労働相談, etc. with phone numbers and times.

Table of legal consultation: 法律相談. Lists details for legal advice including location, time, and contact info.

子育て支援課 258-6621 FAX258-6883

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2月1日10時から①~③先着順、④抽選

Table of childcare support events: ①大人ママ*お話し会, ②ようきた(北)ね!子育て案内講座, etc.

のびやか健康館の催し 北区金岡町2760-1 246-5051 水曜日休館

キッズダンス体験会

現役ダンサーが分かりやすく指導します。
対象 3・4歳児(H30.4.2~H31.4.1生まれ)~中学生
各日550円 申込 2月2日11時から直接か電話で。先着順

Table of dance classes: かんたんリズムダンス初心, HIP HOP初級~上級, etc.

金岡公園体育館の催し 北区長曾根町1179-18 254-6601 FAX251-0509

スケートボードスクール

初めての方に正しいフォームや色々な滑り方、練習方法などを指導。
日時 2月25日、3月25日の10・11・13・14時から(各45分)
対象 小学生 1,830円 申込 直接か電話で同館へ。先着順

子育てと介護の両方でお悩みの方へ

「子育てをしながら親の介護もしている」「孫の世話をしながら配偶者の介護もしている」など同時期に子育てと介護を担うダブルケアのご家庭が増えています。

ご利用ください ダブルケア相談窓口
各区役所内の基幹型包括支援センターでは、子育てと介護の両方の相談に、専門職種(保健師、看護師、主任ケアマネジャー、社会福祉士)が応じ、支援につなげます。

ダブルケアの方が利用できる支援例
▷認定子ども園・保育所などの利用への配慮(加算項目の対象)
▷特別養護老人ホームの入所基準の緩和
▷緊急の家族支援策としてショートステイ事業の利用日数を延長

詳しくは市(HP)(QRコード)参照。
問 同センター(258-6886 FAX258-8010)

Table of consultation services: 北区の相談. Lists various services like 教育相談, 児童相談, 女性相談, etc. with phone numbers and times.

Table of legal consultation: 法律相談. Lists details for legal advice including location, time, and contact info.

- 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下さい

4月統一地方選挙 投票所に変更があります

4月9日に行う統一地方選挙は、投票所が表のとおり変更になりますのでご注意ください。詳しくは3月下旬に送付する投票所入場整理券に同封のお知らせでご確認ください。

問 北区選挙管理委員会事務局(☎258-6706 FAX258-6817)

住所	変更前	4月統一地方選挙
中村町	中村町会館	北八下小学校
野遠町、八下北	野遠町会館	

令和5年度 市・府民税の申告は2月16日～3月15日

便利・簡単な郵送の提出がおススメ!詳しくは広報さかい5ページ参照



- 期間** 2月16日～3月15日(土・日曜日、祝日を除く)
- 時間** 9～17時15分(16時15分までの入場にご協力を)
- 場所** 北区役所1階大会議室

問 市民税課ナビダイヤル(☎0570-001-731)か同課(区広報紙1ページ参照)

北区部

地域で活躍する人たち

子育ての視点を取り入れて分かりやすく伝える防災ブックや子育て世帯が集まる場での防災講座とおして、子育てファミリーに向けて防災意識の向上を呼びかける防災士ママの皆さんにお話を伺いました。

大切な家族と一緒に過ごすために

子どもや家族と一緒に備えの一步を踏み出してもらおうと、自身の被災体験を交えながら子育て中の方々と同じ視点で分かりやすく防災について伝えていきます。もしもの時に小さなお子様も含め1人でも多くの命が助かるよう願っています。



励みがたくさんあるから頑張れる

この活動で出会った方々から頂くたくさんの嬉しいお言葉と共感、自然と私たちのパワーとなっています。例えば、学んだことを帰宅後に家族で実践して下さった時や多くの公共施設から防災ブックを周知・配置したいとご要望をいただいた時などです。みんなが何かしら動きはじめ、みんなで防災力を高められるよう今後も伝えたいです。

生活力を活かしてもらいたい

育児をしながら仕事や家事などさまざまなことを同時進行させているからこそ得た知識・発想力は、災害時に大きな力になります。防災用にグッズを買い揃えなくても、普段の暮らしの中にあるものを工夫して代用する方法を知っておくと、子育てをしながら「災害に備える」ことができます。

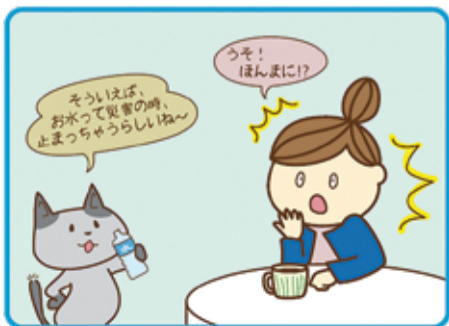


大切な命だから備えてほしい

慌ただしい子育て世帯にとって、いつ来るか分からない「もしも」への備えは後回しになりがちです。それでも災害は予期せぬ時に突然やってきます。さっきまで笑って過ごしていたことが嘘かのように、「いつも」ではなくなります。すぐに完璧をめざさなくても大丈夫。大切な命のために小さなことからでも行動を起こしましょう。

普段の暮らしを続けられるように

初めて食べるものばかりでは大人でも気力も体力も低下しがちです。ましてや小さなお子様はなかなか口にしないかもしれません。そんな時に食べ慣れたものがあればホッとしますよね。このような物資の備えに加えて知識や情報の備えも親子の安心につながります。水の入手方法は?家族の連絡手段は?オムツが足りなくなったら?...など、疑問や不安を具体的にイメージし、普段の暮らしが続けられるよう家族で考えてみてください。



「はじめのいっぽ」気軽に踏み出してみませんか

「おやこtoぼうさい」講座(北区版1ページ参照)は、あまり防災に馴染みのない子育て世帯や何から始めればいいのか分からない方にも、新しい視点から楽しみながら学んでいただけます。定期的に開催していますので、ぜひご利用ください!

新鮮な地元野菜はいかがですか

■ご存じですか区内の農産物直売所

お近くの直売所で、新鮮な地元野菜を生産者から直接お買い物できます(売切れ次第終了)。



NEW! ■the PARKSIDEカフェ&マルシェ オープン!

1月21日、50年以上の歴史を持つ大阪南部合同青果に新たにカフェとマルシェがオープンしました。市場が目きした季節の美味しい野菜・果物を使ったカフェメニュー(一部テイクアウトあり)や「旬な」情報をお伝えしながら「堺のめぐみ」など

地元産を含め新鮮な農産物を販売します。大泉緑地の散策やのびやか健康館のフィットネスに併せて立ち寄ってみるのはいかがですか。

- 営業** 10～17時 水曜日定休
- 所在地** 北区中村町744-1(駐車場あり)
- ☎258-2221 FAX258-1864



■堺産野菜*を使ったいちおしかフェメニュー!



たっぷり野菜とピタパンで大満足「サラダプレート」



「ベーコントマトとアボカドのトーストプレート」

新鮮な青果を扱う市場の自信と誇りを持って「産地と消費者」「市場と地域」「人と人」がつながるように、皆さんの日常に寄り添ったお店作りをしていきます!



中谷店長

問 農水産課(☎228-6971 FAX228-7370)

北保健センター



☎258-6600 FAX258-6614



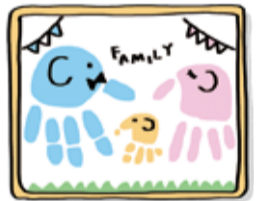
やんぐ★るーきーず

子育てについて話したり、友だちを作ったりしませんか。管理栄養士による食育のお話と手形・足形アートの作成をします。

対象 25歳以下で妊娠・出産した保護者とその子ども

日時 2月28日(火)13時30分～15時30分

申込 区 **HP**(右上QRコード)から市電子申請システムか電話で。



簡単バランス弁当講座

栄養バランスのよいお弁当づくりをテーマに講話とレシピ紹介を行います。

日時 2月17日(金)10～11時30分

申込 2月2日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢、講座名を。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	2月28日	▷10:00から ▷11:00から
要予約 カミカミパクパク離乳食 対象 9～11カ月児の保護者	2月16日	▷10:30から
要予約 子どもの歯相談 対象 乳幼児、小児	2月7日 2月21日 3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
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	2月14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	2月14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	2月13日 2月22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。
- ▶ 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。