

お気軽にご相談ください

高齢者の総合相談窓口
地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢(概ね65歳以上)の方やそのご家族・地域の皆さんなどを対象に、専門スタッフによる相談を受け付けています。生活の中で困っていることや心配なことがあれば、まずはお尋ねください。

物忘れが多くなった。

これからも元気に過ごすために、利用できるサービスはないだろうか。

認知症の方への対応方法を知りたい。

家族の介護の負担が増えているので、相談したい。

- 中第1 地域包括支援センター**
〔八田荘・八田荘西・深井・深井西の小学校区〕
中区深井中町1888-14
☎276-0800 FAX276-0802
- 中第2 地域包括支援センター**
〔東百舌鳥・宮園・東深井・土師の小学校区〕
中区土塔町2028(ふれ愛の家内)
☎234-6500 FAX234-6501
- 中第3 地域包括支援センター**
〔久世・東陶器・西陶器・福田・深阪の小学校区〕
中区東山841-1(パルファミリア内)
☎234-2006 FAX234-2013

中基幹型 包括支援センター
(中区全域)
中区役所1階
☎270-8268 FAX270-8288

高齢者お役立ち情報提供スポット(HP)(QRコード)で介護予防の動画や健康イベント情報、スポット協力事業所の紹介などを掲載しています。あなたの健康づくりにぜひご利用ください!

☎ 中基幹型包括支援センター (☎270-8268 FAX270-8288)

障害者基幹
相談支援センター



障害者基幹相談支援センターは、障がいのある方や障がい児の相談を受け付けています。地域で生活するうえでのさまざまな相談や、福祉サービスを利用するための情報も提供します。

ナカ・ナカマ♥ネットワーク

中区内の障がい者作業所の活動紹介パネル展示や自主製品の展示販売を行っています。とてもすてきなパネル展と手作り商品を一度ご覧になり、中区内の作業所のことを知っていただければ嬉しいです。ぜひご来場ください。



日時 <作業所パネル展> 2月14・15日
<自主製品販売会> 2月16日(金)10時から
場所 中区役所1階エントランスホール



☎ 中区障害者基幹相談支援センター (☎278-8166 FAX278-4400)

中区役所

〒599-8236 中区深井沢町2470-7
(泉北高速鉄道「深井駅」南東300m)

中区ホームページ 中区長X(旧ツイッター) 地域SNSピアッザ



3階	● 広報・広聴、法律相談、就学援助、選挙など ☎270-8181 FAX270-8101 ● 市民相談 ☎270-8193 ● 教育相談 ☎270-8147 企画総務課	● 児童・女性・ひとり親・寡婦など ☎270-0550 FAX270-8196 ● 子育て相談 ☎278-0178 FAX270-8196 子育て支援課
	● 深井駅周辺地域活性化 ☎270-8190 FAX270-8101 深井駅周辺地域活性化推進室 ● 母子健康手帳・各種健(検)診・健康相談・健康教室など ☎270-8100 FAX270-8104 中保健センター	● 自治会、防犯・防災、地域振興活動など ☎270-8154 FAX270-8101 ● 地域美化 ☎270-8175 FAX270-8101 自治推進課
	● 生活保護など ☎270-8191 FAX270-8103 生活保護課	● 高齢者福祉、障害者福祉 ☎270-8195 FAX270-8103 ● 介護保険 ☎270-8197 FAX270-8103 地域福祉課
1階	● 証明書の発行、住所・戸籍、マイナンバーなど ☎270-8183 FAX281-0653 市民課	● 高齢の方の福祉や介護など ☎270-8268 FAX270-8288 中基幹型包括支援センター
	● 国民健康保険・後期高齢者医療・医療費助成・国民年金など ☎270-8189 FAX270-8171 保険年金課	● 障害のある方への相談や支援、情報提供など ☎278-8166 FAX278-4400 中区障害者基幹相談支援センター
	● 地域福祉・ボランティア活動など ☎270-4066 FAX270-4088 社会福祉協議会中区事務所	

区役所外

- 家庭で出る粗大ごみの収集申し込み
☎0120-00-8400(携帯電話などからは06-6485-5048)
粗大ごみ受付センター
- 生活ごみ・資源ごみの収集など
☎228-7429 FAX229-4454 環境業務課 指導係
- 上下水道一般
☎0570-02-1132か☎251-1132 FAX252-4132
上下水道局お客さまセンター
- 道路の維持・補修など
☎298-6572 FAX291-4390 南部地域整備事務所
- 税に関すること 市税事務所(三国ヶ丘庁舎内)
○軽自動車税など ☎231-9741 FAX251-5631 法人諸税課
○個人市・府民税など ☎231-9752 FAX251-5632 市民税課
○固定資産税など ☎231-9762 FAX251-5633 固定資産税課
○市税の納付など ☎231-9772 FAX251-5634 納税課
- 高齢者相談窓口
○八田荘・八田荘西・深井・深井西の小学校区
☎276-0800 FAX276-0802 中第1地域包括支援センター
○東百舌鳥・宮園・東深井・土師の小学校区
☎234-6500 FAX234-6501 中第2地域包括支援センター
○久世・東陶器・西陶器・福田・深阪の小学校区
☎234-2006 FAX234-2013 中第3地域包括支援センター

▷ 申込方法など詳細は、ご案内するHP(ホームページ)でご覧になるか、☎(問合せ先)へお問い合わせください。
 ▷ 申込や(要申込) (要予約) がないものは直接会場へ。▷ ㊦がないものは無料。

中保健センター 中保健センター
 つうしん (中区役所3・4階)
 ☎270-8100 FAX270-8104



いずれも中保健センターで。内容など詳細は同センター HP (QRコード) をご参照いただくか、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 4カ月児健診時も予約可	2月28日	10:00~10:40
	▶ 子どもの歯相談室 1歳6カ月~3歳11カ月児はフッ素塗布あり(1回限り)	2月2日	13:30~15:30
		2月20日	9:30~11:00
	▶ 成人の歯科相談 歯科検診と相談 妊婦・親子も受診可	2月13・27日	13:30~15:30
	▶ 食生活相談/生活習慣病予防相談 管理栄養士・保健師による相談 体組成の測定も可能	2月19日	9:30~11:00
▶ 精神保健福祉相談 こころの病気・アルコール問題などで悩む方や家族の相談		2月19日	15:00~16:00
		2月26日	14:00~16:00
予約不要	▶ 検査・相談 (診断書発行不可) エイズ相談/HIV検査/HIV・梅毒・クラミジアのセット検査 B型・C型肝炎検査 } 対象者条件あり 風しん抗体検査	2月19日	9:30~11:00
◆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)…個別通知 ◆ブックスタート事業として4カ月児健診時に絵本をお渡ししています。			

いずれも同センターで。申し込みは電話かFAXで住所、氏名(ふりがな)、電話番号、生年月日を同センターへ。

▶ **カミカミパクパク離乳食講習会**

生後9カ月頃は1日2回の離乳食に十分慣れ、1日3回の離乳食へステップアップし、生活や食事のリズムを大切に作る時期です。うまく進まない、メニューは何にしようといった悩みはありませんか? 離乳食のすすめ方や作り方の説明を行います。

日時 2月16日(金) 10~10時40分

対象 おおむね9~11カ月児の保護者

定員 先着20組 申込 2月2日から。電子申請システムでも可。

▶ **おいしい料理勉強会**

最近体重が減ってきた、食欲がないと感じることはありませんか。低栄養を予防する食事についての講話や簡単に調理できる献立を調理実習します。

日時 3月6日(水) 10~13時

定員 先着12人 申込 2月2~22日



無料でお譲り!
子ども服リユースイベント



まだ着られる子ども服等を1人20点まで無料でお譲りします。環境にも家計にもやさしい、子ども服のリユースにぜひご協力ください。

日時 2月8日(木) 10~16時 場所 中区役所

申込 電子申請システム(QRコード)から。申込多数の場合は抽選。

問 資源循環推進課(☎228-7479 FAX228-7063)

中区まちづくり咲(サ)〜クル「花輪」加入受付

ボランティアグループ花輪(かりん)は「中區花いっぱい魅力創造まちづくり事業」を中區と協働して行っています。主な活動は、種から育てた花苗の地域への配付、深井駅前フラワーポットの花植えや清掃です。地域を花いっぱいの潤いと安らぎのある環境にするお手伝いをしてみませんか。

問 中區役所企画総務課(☎270-8181 FAX270-8101)



子育て情報 子育て支援課(中区役所3階)
 ☎278-0178 FAX270-8196



▶ **子育て講座「みんなで子育て」**

子育ては誰がしますか? 子育ての環境はさまざまです。一人で抱え込まず、皆でできる子育てを考え、自分に合った子育ての仕方を見つけましょう。講師は巽真理子さん。

日時 2月27日(火) 10時15分~11時30分

場所 中区役所子育てひろば「うきうきルーム」

対象 未就学児とその保護者、妊婦

中区子育て支援課だより~なかHUG~

子育て支援課では2カ月に1回「中区子育て支援課だより~なかHUG~」を発行し、妊婦、0歳~就学児のいるご家庭を対象にさまざまなテーマで交流会や講座などを案内しています。

たとえば…

- 実家が遠い保護者の交流会
- 入園に向けての準備講座
- 就園児、就学児がいる保護者対象の座談会 など

子育てや健康等に関する情報についても紹介しています。中区子育て支援課で配布するほか、区 HP (QRコード) にも掲載しています。ぜひ、ご覧いただき、お気軽にお問い合わせください。



「社会を明るくする運動」作文コンテスト 中区から3人が受賞



犯罪や非行のない明るい社会をつくろうとする「社会を明るくする運動」への理解を深めてもらうために、小・中学生を対象に作文コンテストを行いました。審査の結果、中区から3人が受賞しました。

<p>市長賞</p>  <p>西口 心さん (東陶器小 6年) 「犯罪・非行から考えること」</p>	<p>教育長賞</p>  <p>谷埜 芽生さん (深井中 3年) 「犯罪と非行の三つの原因」</p>	<p>保護司会連絡協議会会長賞</p>  <p>古根川 颯さん (平井中 3年) 「更生への近道」</p>
--	--	---

受賞者の作品は市HP(QRコード)へ。

問 「社会を明るくする運動」堺市推進委員会(堺市社会福祉協議会総務課内 ☎232-5420 FAX221-7409)か地域共生推進課(☎228-0375 FAX228-7853)

原池公園体育館 だより 中区八田寺町320
 ☎278-1004 FAX278-1044
 (休館日) 2月27日(火)



いずれも原池公園体育館で。無料体験あり(要予約)。

▶ **卓球スクール(初級クラス・ジュニアクラス)**

初めてラケットを握る初心者からご参加いただけます。ラケットの握り方や体の動かし方など基本から学びます。

日程 毎週水曜日(2月7・14・21・28日) 定員 各30人

¥5,280円/月4回

初級	9:30~11:00 13:30~15:00
ジュニア	17:00~18:30

▶ **スポーツバレエスクール**

バレエの基本姿勢を身につけ、正しい姿勢やバランス感覚など運動能力を養います。クラシックバレエの基礎が学べます。

日程 毎週金曜日(2月2・9・16日、3月1日)

対象 初心者~初級 定員 各20人 ¥5,280円/月4回

3歳~小学生	16:30~17:15
小学生	17:30~18:15

