



中区の人のうごき	
人口	117,133人(44減)
世帯	51,324世帯(43増)
面積	17.88km ²
令和6年11月1日推計()は前月比	
編集・発行／中区役所企画総務課 ※掲載情報は11月25日時点です。	

無料です。

子育てで気になること、心配なこと、知りたいこと
お気軽にご相談ください

相談内容

ひとりで悩む前に
まずはご連絡ください。

家庭児童相談

子育てや学校生活の悩みなど
18歳未満の子どもと家庭の相談、
虐待の相談や通告の窓口

女性相談

離婚、配偶者からの暴力、
生活に困っているなど、
女性が抱える悩みの相談

ひとり親相談

母子・父子・寡婦家庭の生活、
自立、子どもの養育などの相談

保健師・保育士・子育て支援コーディネーターによる子育て相談

子育てに関するさまざまな相談や案内
子育て情報の提供
(ホームページ、子育て応援アプリなど)

☎270-0550

☎278-0178

具体的にどんな相談が寄せられているの？

- ▶ 子どもと気軽に遊びに行ける場所がありますか？
- ▶ こども園はどう選べばいいですか？
- ▶ 利用できる子育てサービスを知りたい。
- ▶ 卒乳・断乳の進め方を教えてほしい。
- ▶ 子育ての悩みを誰に相談したらよいかわからない。
- ▶ 毎日子どもと一緒にたまにはリフレッシュしたい。
- ▶ 子育てが大変（イヤイヤ期、友達同士の関わり方など）

中 区 子 育 て
マ ッ プ

配布中！

配布場所

- 中区役所子育て支援課
- 中区役所子育てひろば
- みんなの子育てひろば

中区の地図、教育・保育施設や公園、子育てサークル・サロン、子育てひろばなど、お子さんと一緒に遊びに行ける場所や子育てに関するサービスを掲載しています。

問 中区役所子育て支援課 (☎270-0550/☎278-0178 FAX270-8196)

特殊詐欺にご注意を！ストップ！ATMでの携帯電話

問 中堺警察署 (☎242-1234)

HP

還付金詐欺

役所職員などを装って
電話をかけてきてダマす
ATMで保険料や
医療費は戻ってこない！

架空料金請求詐欺

メールや電話（自動音声）で
身に覚えのない支払いを要求する
他人に指示されて
電子マネーを購入しない！

キャッシュカードを狙った詐欺

事件事故を装った電話で
キャッシュカードを狙う
キャッシュカードは渡さない！
暗証番号は教えない！

サポート詐欺

パソコンなどに
二重警告画面を表示してダマす
パソコン画面などに表示された
電話番号に電話しない！

中区内の特殊詐欺被害
認知件数 37件
被害総額 約4,500万円
(令和6年1～10月末)

詳しくは
コチラ

コンビニで証明書を取ろう！！

マイナンバーカードで土日・祝日や早朝・夜間も便利でお得に証明書が取得できます！

まだお持ちで
ない方へ！
申請方法はコチラ！

中区役所			区役所外	
〒599-8236 中区深井沢町2470-7 (泉北高速鉄道「深井駅」南東300m)			● 家庭ごみの総合窓口 ☎0120-00-8400(携帯電話などからは06-6485-5048) 堺市家庭ごみ受付センター	
● 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			● 亡くなった小動物の引き取り ☎06-7777-3339 FAX229-4454 堺市死亡動物受付ダイヤル	
● 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			● 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	
● 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			● 道路の維持・補修など ☎298-6572 FAX291-4390 南部地域整備事務所	
● 生活保護など ☎270-8191 FAX270-8103 生活支援課			● 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	
● 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	
● 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			○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	
● 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			○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	
● 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				
● 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				
● 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				
● 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				
● 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				



本はともだち

中区の図書館だより

HP



中図書館(中区深井清水町1426ソフィア・堺内) ☎270-8140 FAX270-8149)

東百舌鳥分館(中区土塔町2363-23) ☎234-9600 FAX235-8010)

■開館時間(中図書館) 火～金曜日:10～20時、土・日曜日、祝休日:10～18時
(東百舌鳥分館) 火～日曜日、祝休日:10～17時

■休館日(中図書館・東百舌鳥分館共通) 12月2・3・9・16・23日、29日～1月3日
※返却ポストは、12月28日10時から1月4日9時まで使用できません。

▶中区の図書館の催し

イベント名	対象	定員	中図書館	東百舌鳥分館
おはなし会	子ども	先着各30人	12月14・28日(土) 15:00～15:30	12月7・21日、1月4日(土) 15:00～15:30
えほんのじかん			12月7・21日、1月4日(土) 15:00～15:30	-
赤ちゃんえほんのじかん	乳幼児とその保護者	-	12月19日(木) 10:30～11:00	12月26日(木) 10:30～11:00※
いっしょにあそぼうわらべうた			12月4日(水) 10:30～11:00	12月5日(木) 10:30～11:00※
ブックフェア (月替わりのテーマに沿った本を展示)	一般	-	終活ってなんだろう	今年もいろいろありました
	子ども		音のせかい	おそうじ おそうじ おかたづけ

※駐車場の混雑が見込まれるため、車での来館はご遠慮ください。

▶みんなあつまれ よっといで♪

人形劇やハンドベル、スケッチブックシアターなどを行います。

日時 12月14日(土)14～15時

場所 東百舌鳥公民館2階集会室兼展示室

対象 子ども 定員 先着60人

▶移動図書館予定表

問 中央図書館総務課(☎244-3811 FAX244-3321)

中百舌鳥公園団地内 中央広場	12月5・19日(木)	10:00～11:30
辻之・かやのき公園前	12月7・21日(土)	13:30～14:10
深阪・八石公園	12月7・21日(土)	14:30～15:30
八田荘老人ホーム前	12月3・17日(火)	10:20～11:00
福田地域会館内	12月4・18日(水)	14:40～15:40
ガーデンハウス鈴の宮第一住宅	12月12・26日(木)	13:30～14:30
東陶器小学校跡地	12月12・26日(木)	15:00～15:50
サンヴァリエ津久野集会所前	12月6・20日(金)	10:00～11:00

赤十字災害時高齢者生活支援講習の受講者を募集

高齢の方の避難所生活に焦点を当てた援助方法や、災害時のボランティア活動に役立つ知識や技術などを学びます。

日時 2月6日(木)14～16時 場所 中区役所

対象 中区在住の方 定員 抽選30人

申込 1月10日(消印有効)までに郵送か電話、FAX、電子メールで住所、氏名(ふりがな)、日中に連絡の取れる電話番号、「赤十字災害時高齢者生活支援講習受講希望」を問へ。

問 日赤堺市中区地区事務局(中区役所自治推進課内)

(〒599-8236 中区深井沢町2470-7 ☎270-8154 FAX270-8101
メール nakajisui@city.sakai.lg.jp)

二十歳の集いの開催について

令和7年二十歳の集いは「青春の次は101%以上の大人へ ～気合いだ！気合いだ！～」をテーマに、堺市中区二十歳の集い実行委員会が企画しています。実行委員会では大人への第一歩を社会貢献から始めようとの考えのもと、エコキャップ運動に取り組んでいます。ペットボトルのキャップを集め、そのリサイクルで発生した利益をもとに、医療の行き届かない途上国へワクチン支援を行っています。式典当日は会場にキャップ回収箱を設置しますので、参加者の皆さんのご協力をお願いします。

日時 令和7年1月13日(祝日) 10時

場所 ソフィア・堺(中区深井清水町1426)

対象 平成16(2004)年4月2日から平成17(2005)年4月1日までに生まれた方

問 中区二十歳の集い実行委員会(中区役所自治推進課内)
(☎270-8154 FAX270-8101)



400ml献血にご協力ください！
中区役所に献血車が来ます

日時 12月11日(水)10～12時、13～16時30分

場所 中区役所1階エントランスホール

対象 18～69歳(男性は17歳から)の健康な方
(65歳以上の方は、60～64歳時に献血経験のある方)
献血カードをお持ちの方は持参してください。

問 日赤堺市中区地区事務局(中区役所自治推進課内)
(☎270-8154 FAX270-8101)



献血キャラクター「けんけつちゃん」

原池公園体育館
だより

中区八田寺町320
☎278-1004 FAX278-1044
休館日 12月24・29～31日



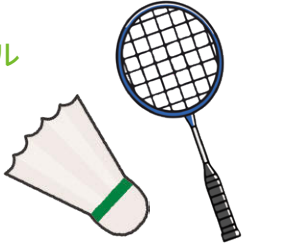
いずれも原池公園体育館で。申し込みは、同館窓口へ。体験申込は電話か同館HP(QRコード)でも可。

▶ミズノスポーツスクール バドミントンスクール

初めてラケットを握る初心者から、試合経験のある方まで楽しくレッスンします。

日程 毎週月曜日(12月2・9・16・23日)

¥ 5,280円/月4回 定員 先着各25人



クラス	時間	対象
I	13:00～14:45	高校生以上
II	15:00～16:45	高校生以上
Jr	17:00～18:45	小学生・中学生(初級)
IV	19:00～20:45	中学生(中級)・高校生以上

▶ミズノスポーツスクール ヨガスクール

初心者から参加できるヨガスクールです。いずれかの曜日に在席となります。

対象 中学生以上

¥ 6,160円/月4回

定員 先着各20人



曜日	時間	内容
月	10:20～11:50	少しずつ筋力と柔軟性を高め身体の使い方を見直し、気持ちよく動きます。
水	13:00～14:30	疲れがちな頭の中身をスッキリさせ、全身の循環を良くしていきます。
土	10:30～12:00	

中区の相談 = 電話相談可				無料 12:00～12:45と祝休日は休み ※中止・延期など変更場合があります。 どこの区でも = 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				月～金 9:00～17:00				教育相談			
(日常生活での問題や人権の問題など)				中区役所企画総務課 専用☎270-8193 FAX270-8101				(小・中学生の家庭教育や学校生活、転校手続きなど)			
行政相談				1/10 14:00～16:00				児童相談			
(国の行政全般についての苦情、要望など)				問 市政情報課 ☎228-7475 FAX228-7444				(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				12/27 14:00～16:00				ひとり親相談 ※1			
問 ダイバーシティ企画課 ☎228-7159 FAX228-8070				女性相談 ※2				※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			
行政書士による相談				12/20 10:00～12:00 予約は12/16 9:00から先着4人				※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。			
問 中区役所企画総務課 ☎270-8181 FAX270-8101				子育て相談 ※3				※3 子育て相談 ☎278-0178 FAX270-8196			
交通事故相談				労働相談				12/11・25 12:45～15:45			
月・火・木・金 10:00～17:00				(解雇・賃金に関するトラブルなど)				問 雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816			
問 中区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844				就労相談				水 10:00～12:00			
登記・測量相談				(求人情報の提供、就職活動のサポートなど)				問 中区役所企画総務課			
12/11 13:00～16:00 予約は12/2 9:00から先着6人				生活・仕事相談				(申込) ジョブシッピングさかい ☎0120-010908 FAX244-3771			
問 中区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844				(くらしや仕事での困りごとなど)				木 9:30～17:00			
問 中区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844				法律相談				問 社会福祉協議会中区事務所(中区役所内)			
要予約 25分以内				区				問 すてっぷ・堺 ☎225-5659 FAX222-0202			
(場所) 区役所企画総務課(西・南区役所は総務課)				相談日							
(時間) 13:00～16:00(美原区は15:00まで)				予約開始日※							
(予約) 9:00から先着各6人(美原区は4人)				問合先							
※祝休日は直前の執務日(相談は区ごとに年度内1回限り)											

▷ 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(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	12月18日	10:00～11:00
	▶子どもの歯相談室 対象乳幼児から中学生まで 1歳6カ月～3歳11カ月児はフッ化物塗布あり(1回限り)	12月6日	13:30～15:30
		12月17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	12月10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	12月9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	12月16日	15:00～16:00
12月23日		14:00～16:00	
12月27日		14:00～15:00	
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	12月9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。			

いずれも中保健センターで。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。

▶栄養調理講習会～ヘルシーな食生活を～

お腹まわりが気になる、年末年始は毎年食べすぎてしまうなど、心当たりはありませんか。体組成を測定して脂肪や筋肉量を知り、自分の体について考えてみましょう。また、食生活を管理栄養士と一緒に振り返りましょう。簡単にできるヘルシーレシピも調理実習します。

日時 1月15日(水)10～14時

定員 先着12人

持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、飲み物

申込 12月16日～1月7日。市電子申請システムでも可。

▶中ツインエンジェルス(多胎児の会)

多胎児(双子・三つ子)の育児の楽しみや悩みなどを話し合います。多胎児ならではの育児と一緒に楽しみましょう。現在多胎児を妊娠中の方も大歓迎です。

日時 12月16日(月)10～11時30分

対象 多胎児とその保護者、多胎児を妊娠中の方

定員 先着7組

申込 随時受付中。市電子申請システムでも可。

▶家庭の味付けをチェックしてみよう～汁物の塩分チェック～

家庭のみそ汁やスープなどの味付けを簡単にチェックできる塩分測定器を中保健センターで随時貸し出しています。塩分の取りすぎは高血圧などの生活習慣病につながります。ぜひ家庭の味付けをチェックして家族の健康を考えましょう。

対象 小学生以上(小・中学生は貸し出し時に保護者のサインが必要)

貸出期間 1週間程度



地域包括
支援センターだより

中基幹型包括支援センター
(中区役所1階)

☎270-8268 FAX270-8288

▶認知症サポーターフォローアップ講座を開催します

認知症についての理解を深め、認知症の方への接し方について学ぶ講座です。グループワークや声かけ体験などを通じて一緒に学びましょう。

日時 12月13日(金) 14～15時30分 場所 中区役所

対象 中区在住の認知症サポーターの方

定員 先着20人

申込 電話かFAXで住所、氏名、電話番号を中基幹包括支援センターへ

12月のおでかけ
中区のイルミネーション

FUKASAKA 夢光
日時 12月1～7日 18～21時
場所 深阪・開公園
主催 深阪校区まちづくり協議会
問 中区役所企画総務課
(☎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



なかいろ(子育て支援課事業)

場所 中区役所 定員 先着12人

申込 電話かFAX、市電子申請システムで。

詳細はなかいろHP(右記QRコード)参照。

事業名	日時	対象	申込期間
助産師さん考える 子どもとの関わり	1/9(木) 10:00～11:30	未就学児がいる保護者 (子ども同伴可)	12/20 10:00～ 1/6

区役所子育てひろば「うきうきルーム」子育て講座

場所 中区役所 定員 先着12組

申込 電話かFAX、市電子申請システムで。

詳細はうきうきルームHP(右記QRコード)参照。

事業名	日時	対象	申込期間
英語にふれよう	12/24(火) 10:15～11:30	未就学児と その保護者、妊婦 (小学生の入室不可)	12/11 10:00～12/18

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・その他の古紙など)は、できる限り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。古紙等回収拠点(下表参照)や事業所への持ち込みもできます。詳細は市HPを参照。

施設名(五十音順)	所在地	問資源循環推進課 (☎228-7479 FAX228-7063)
読売センター北野田・福田	福田581-4	
読売センター八田荘・泉ヶ丘	小阪635	
読売センター深井	土師町5-15-9	
ロイヤルホームセンター堺店	深井北町637-2	

ソフィア・堺
イベント情報

教育文化センター
(中区深井清水町1426)
☎270-8110 FAX270-8119



▶ソフィア・シネマ「九十歳。何がめでたい」 ー日本語字幕版ー

草笛光子主演。直木賞をはじめ数々の賞を受賞し、今年11月5日に100歳を迎えた作家・佐藤愛子のベストセラーエッセイ集「九十歳。何がめでたい」の実写映画を上映します。

日時 12月11日(水)

1回目:開場10時/開演10時30分

2回目:開場13時30分/開演14時

場所 ソフィア・堺 ホール

¥前売1,000円 当日1,200円(全席自由)

販売 ソフィア・堺1階事務所で販売中



©2024映画「九十歳。何がめでたい」
製作委員会
©佐藤愛子/小学館