



中区の人のうごき	
人口	116,531人(58減)
世帯	51,507世帯(107増)
面積	17.88km ²
令和7年5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5月27日時点です。	

中区区民アンケートにご回答ください

次期中区地域計画の策定に向けて、皆さんの考えをお伺いする中区区民アンケートを実施します。
区民の方に区役所をより身近に感じていただけるよう、今後の区政運営に活用しますので、ご協力をお願いします。

受付期間
6月30日(月)まで

詳しくは
こちら↓



パソコン・スマホで回答

市電子申請システムに入力し、送信してください。

入力はこちら→



紙に記入して回答

用紙に記入し、回収箱に投函してください。

【実施場所】

- 中区役所企画総務課
- 中区役所1階市政情報コーナー
- ソフィア・堺
- 中図書館
- 八田荘公民館
- 原池公園体育館
- 東百舌鳥分館
- 東百舌鳥公民館

問 中区役所企画総務課(☎270-8181 FAX270-8101)

風水害

【石津川の様子】

増水時(R5)

通常時

いざというときどうする？

毎年、全国で大雨などによる被害が発生しています。自宅の災害リスクを把握し、いざという時のための行動を事前に確認しておくことが大切です。「防災マップ」や「わが家の安心マップ」、市ホームページを参考にして、日頃から備えておきましょう。



問 中区役所企画総務課(☎270-8181 FAX270-8101)か危機管理室(☎228-7605 FAX222-7339)

区役所市政情報コーナーで配布中

中区役所

〒599-8236 中区深井沢町2470-7
(南海泉北線「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 生活支援課	● 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
2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
1階	● 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
● 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
● 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

中区の図書館だより

問

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) 6月2・3・9・16・23・30日

▶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	こども	先着 各 30人	6月14日(土) 15:00～15:30	6月7日、7月5日(土) 15:00～15:30
えほんのじかん			6月7・21日、7月5日(土) 15:00～15:30	6月14日(土) 11:00～11:30
赤ちゃん えほんのじかん	乳幼児と その 保護者		6月19日(木) 10:30～11:00	6月26日(木) 10:30～11:00※
いっしょにあそぼう わらべうた			6月4日、7月2日(水) 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	—	おもしろBOOKS探偵帖	地球のことを考える
	こども		のりもの だいすき	税とは 何ぞや

※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。

▶図書館サポーター養成講座

図書館でボランティアとして活動する方を養成する講座です。
受講後は壁面飾りの作成・書架整理・行事の運営補助などに参加できます。

日時 6月26日(木)13時30分～15時
対象 15歳以上(中学生を除く) 定員 先着8人
申込 6月12日10時から、電話か直接同館へ

▶万博連動企画 世界一周おはなしの旅

いろいろな国のおはなしを聞いて世界を旅しよう！

日時 6月28日(土)15～16時
場所 中図書館2階おはなし室 定員 先着30人
▶プラネタリウムできく!星のおはなし会

ソフィア・堺のプラネタリウムで星にまつわるお話を語ります。
日時 6月14日(土)10～10時30分 場所 ソフィア・堺 プラネタリウム
対象 4歳以上 定員 先着70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	6月5・19日、7月3日(木)	10:00～11:30
辻之・かやのき公園前	6月7・21日、7月5日(土)	13:30～14:10
深阪・八石公園	6月7・21日、7月5日(土)	14:30～15:30
八田荘老人ホーム前	6月10・24日(火)	10:20～11:00
福田地域会館内	6月4・18日、7月2日(水)	14:40～15:40
ガーデンハウス鈴の宮第一住宅	6月12・26日(木)	13:30～14:30
東陶器小学校跡地	6月12・26日(木)	15:00～15:50
サンヴァリエ津久野集会所前	6月6・20日、7月4日(金)	10:00～11:00

コンビニで証明書を取ろう!!

マイナンバーカードがあれば、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！

問

中区役所市民課(☎270-8183 FAX281-0653)

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。 どの区でも = 他区でも相談可	他区も含めた日程はこちら	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 中区役所企画総務課 専用☎270-8147 FAX270-8101		
市民相談・人権相談 (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 中区役所企画総務課 専用☎270-8193 FAX270-8101	児童相談 (こどものしつけ、虐待、非行、家族関係など)		☎	月～金 9:00～17:30 中区役所子育て支援課 ☎270-0550 FAX270-8196		
行政相談 (国の行政全般についての苦情、要望など)		☎ どの区でも	7/4 14:00～16:00 (場所) 中区役所企画総務課 (問) 市政情報課 ☎228-7475 FAX228-7444	ひとり親相談 ※1		☎	※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		
人権擁護委員による人権相談		☎ どの区でも	6/27 14:00～16:00 (場所) 中区役所企画総務課 (問) ダイバーシティ企画課 ☎228-7159 FAX228-8070	女性相談 ※2 (離婚、配偶者からの暴力、生活など)		☎	※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	6/20 10:00～12:00 予約は6/16 9:00から先着4人 中区役所企画総務課 ☎270-8181 FAX270-8101	子育て相談 ※3 (こどもとの関わり、健康・成長・発達など)		☎	※3 子育て相談 ☎278-0178 FAX270-8196		
登記・測量相談		要予約	6/11 13:00～16:00 予約は6/2 9:00から先着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)		☎	6/11、6/25 12:45～15:45 (場所) 中区役所企画総務課 (申込) 雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816		
オンライン法律相談		要予約	月～金 15:30～15:55 詳しくは市HP参照 区政推進課 ☎228-7579 FAX228-0371	就労相談 要予約 どの区でも (求人情報の提供、就職活動のサポートなど)		☎	水 10:00～12:00 (場所) 中区役所企画総務課 (申込) 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)		☎	木 9:30～17:00 (場所) 社会福祉協議会中区事務所(中区役所内) (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		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) (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)		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
つうしん

☎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	6月25日	10:00～11:00
	▶ 子どもの歯相談室 対象 乳幼児から中学生 1歳6カ月～3歳11カ月児はフッ化物塗布あり(1回限り)	6月16日	13:30～15:30
		6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	6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	6月16日	9:30～11:00
予 約 不 要	▶ 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	6月16日	15:00～16:00
		6月23日	14:00～16:00
		6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	6月16日	9:15～10:45
	◆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。

▶中ツインエンジェルス(多胎児の会)

多胎児(双子・三つ子等)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 6月9日(月)9時45分～11時45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10組
申込 随時受付中(市電子申請システムでも可)

▶骨粗しょう症予防検診

あなたの骨は大丈夫ですか？
骨粗しょう症は骨が軽石のようにスカスカになり、折れやすくなる状態です。特に女性は閉経のころ、骨のカルシウムが失われやすい状態になるため、注意が必要です。また、ダイエットなどで偏った食生活の経験がある方は骨量が不足して骨粗しょう症になりやすいと言われています。この機会に検診を受けてみましょう。
日時 6月30日(月)10～11時30分
対象 18歳以上で堺市在住の方 ㊦ 640円(減免規定あり)
定員 先着30人 申込 6月2～13日

▶毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です

食べることは健康な体と心を育むことにつながります。市では、食育を分かりやすく伝えていくために「さかい食育目標」の普及啓発を実施しています。
元気な1日のスタートになる朝ごはんを毎日食べていますか？
朝ごはんを食べると生活リズムが整い、体に必要なエネルギーや栄養素をとることにつながります。同センターHPで、朝ごはんや電子レンジでできる簡単なレシピなどを紹介していますので、ぜひご覧ください。また、中区役所1階エントランスホールで6月16～27日の期間、食のパネル展示を実施しています。食育月間の機会に「食」について見直してみましょう。

▶6月4～10日は「歯と口の健康週間」です

楽しく充実した食生活を送るためには、生涯を通じて健康な歯と口を保つことが大切です。この機会に歯と口のチェックしてみませんか？
◀むし歯予防のためのおやつを食べ方▶
おやつを食べる際は、「食べる時間・場所・回数」を決めましょう。お菓子やジュースを長時間にわたり飲食しない・夕食後に食べるのは控える・回数は1日2回までを心掛けましょう。



さかい食育目標

さ 3食きちんと食べる

か 感謝して食を大切に

い 一緒に食べる



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
申込 電話・FAX・市電子申請システム
詳細はなかいろHP(右記QRコード)参照。

事業名	日時	対象	定員	申込期間
スクラップブックを作ろう	6/27(金) 10:00～11:30	2～5歳児(H31.4.2～R5.4.1生まれ)の保護者(こども同伴可)	抽選15人	6/13 10:00～6/19 (結果連絡6/20)
オンラインで知りたい入園のこと	7/11(金) 10:00～11:00	こどもの入園を検討している保護者	先着8人	6/27 10:00～7/9

▶区役所子育てひろば「うきうきルーム」子育て講座

場所 中区役所子育てひろば「うきうきルーム」
詳細はうきうきルームHP(下記QRコード)参照。



うきうきルーム

HP



事業名	日時	対象
聴けてよかった ばあばの体験談	6/24(火) 10:15～11:00	未就学児と その保護者、妊婦



原池公園体育館
だより

☎中区八田寺町320
☎278-1004 FAX278-1044
休館日 6月24日(火)

いずれも申し込みは、同館HP(QRコード)へ。

▶親子で大運動会

芝生広場で、親子で大運動会を開催します。
親子で思い切り体を動かしませんか。
日時 6月28日(土)10～11時30分
対象 3～5歳児とその保護者
㊦ 1,650円
定員 先着20組
申込 6月9日12時～27日

▶苦手克服 「ボール・跳び箱教室」

ボールクラスでは、遊びを通して「投げる・捕る・蹴る」の基本動作を学びます。跳び箱クラスでは、「足の運び方・手のつき方」など跳び箱の基本動作を学びます。どちらかのクラスのみ参加も可能です。
日程 7月13日(日)
場所 原池公園体育館中アリーナ
㊦ 1,650円(1クラス) 3,000円(2クラス)
定員 先着各20人
申込 6月23日12時～7月12日

対象	時間	内容
3～5歳児	9:30～10:30	ボールクラス
	11:00～12:00	跳び箱クラス
小学1～3年生	13:30～14:30	ボールクラス
	15:00～16:00	跳び箱クラス

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

▶こども科学教室～実験&ものづくり～

人気教室の第2期募集開始！！
ものづくりを通して科学の楽しさを発見しよう。
幼児も大歓迎。保護者同席も可能です。
日程 7月5日、8月2日、9月6日(全3回)
場所 ソフィア・堺
対象 ①小学生 ②幼児から小学生
申込 6月14日から電話か直接同センターへ

	時間	材料費(税込)	定員
①実験&ものづくり	13:30～16:00	7,500円	先着30人
②ものづくりのみ	15:20～16:00	1,500円	先着10人

