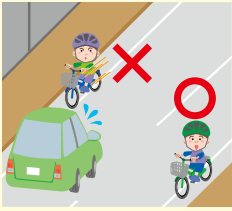


意外と知らない!?

自転車安全利用の5つのルール

- 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先
- 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 夜間はライトを点灯
- 飲酒運転は禁止
- ヘルメットを着用



出典 警視庁 自転車安全利用五則

65歳以上の方の自転車交通安全教室

高齢の方の自転車事故が増えています。実際に自転車に乗りながら、正しい乗り方やルールを学びませんか。荒天中止。

日時6月3日(火)10～11時、11時10分～12時10分、13時10分～14時10分

場所家原大池公園(西区家原寺町1丁18)

対象市内在住・在勤で65歳以上の方

申込電話かメールで氏名、電話番号、開催場所、希望開始時間を自転車企



画推進課(☎228-7636 ✉jiki@city.sakai.lg.jp)へ。先着順。

詳しくは市(HP)(QRコード)へ。



令和7年度第1回西区政策会議

「(仮称)堺市西区基本計画」の策定を議題に会議を開催します。

詳しくは西区(HP)(QRコード)参照。

日時6月9日(月)18時30分～20時(予定)

場所西区役所地下会議室

傍聴18時から直接地下会議室へ。

先着順。

問西区役所政策推進室(☎275-1926 FAX275-1915)



認知症を一人で抱えこまないで

認知症介護者家族の交流会

介護中の悩みや不安などを参加者同士で話し合い、リフレッシュしませんか。

日時6月10日(火)13時30分～14時45分

場所西区役所地下会議室

対象家族が認知症になり介護をしている方(診断の有無は問いません)

申込直接か電話、FAXで住所、氏名、年齢、電話番号を西基幹型包括支援センター(西区鳳東町6丁600 ☎275-0009 FAX275-0140)へ。先着順。

介護予防パネル展

身体的機能や認知機能が低下し、健康

な状態と要介護状態の中間的な段階である「フレイル」を予防するためには、「あるく(身体活動)」「しゃべる(社会参加)」「たべる(食生活・口腔機能)」がうまく循環することが大切です。

健康に過ごすために大切な栄養や食事、歯や口の健康、脳トレについて紹介します。

期間6月23日11時～7月4日15時

場所西区役所1階玄関ホール

相談がある方は、近くの地域包括支援センター(下表)か西基幹型包括支援センターへ。

名称	所在地	担当区域(小学校区)	電話・FAX番号
西第1	西区浜寺石津町西5丁11-21(結いの里内)	浜寺・浜寺東・浜寺石津・浜寺昭和	☎268-5056 FAX268-5066
西第2	西区草部531(ウェルフォンテひのき内)	鳳・鳳南・福泉・福泉上・福泉東	☎271-0048 FAX284-8875
西第3	西区津久野町1丁5-8アーバンフォーレスト103	津久野・向丘・平岡・家原寺・上野芝	☎260-5022 FAX260-5033

堺おもてなし茶会

茶の湯文化を身近に感じてもらうことを目的に、さかい利晶の杜を飛び出して「おもてなし茶会」を開催します。裏千家による本格的なお抹茶と和菓子を無料で楽しみませんか。先着順。

日時6月12日(木)14～15時

場所ウェスティ(西区鳳東町6丁600)

問さかい利晶の杜(☎260-4386 FAX260-4725)

詳しくはこちら



西区ボランティア講座「28歳からのリ・スタート」

脳幹出血を乗り越え、社会復帰に至るまでの経験を発信し続ける高野直也さんを講師に招き、ボランティアに関する講座を開催します。ボランティアが初めての方や久しぶりの方、どなたでもご参加ください。

日時6月21日(土)13時30分～15時30分

場所ウェスティ(西区鳳東町6丁600)

申込電話かFAX、メール、申込フォーム(QRコード)で氏名、電話番号を社会福祉協議会西区事務所(☎275-0255 FAX275-0266

✉nishi@sakai-syakyo.net)へ。先着順。



高野さんは同じ境遇にある方を励まし、医療従事者の方へ当事者の思いを届けているんだ。



子育て支援課だより

☎343-5020
FAX343-5025

区役所子育てひろば「ほほえみルーム」



おもちゃで遊びながら、参加者同士の交流もできます。

日時月～金曜日(祝休日除く)10～12時、13～16時



場所西区役所1階正面玄関横

対象未就学児とその保護者や妊婦
詳しくは西区(HP)(QRコード)参照。

ほほえみルームおたのしみデー「歌やふれあい遊びを楽しもう」

歌を歌ったり鈴を鳴らしたり、ふれあい遊びをします。工作もあります。

日時6月24日(火)10時45分～11時30分

場所西区役所1階正面玄関横

対象未就学児とその保護者や妊婦

その他イベント情報も含め
詳しくはこちら→





福泉上校区にピピッときたよ!

笠池公園が災害時の避難場所になることをご存知ですか。また、中之池公園(写真)は災害時の防災用水に活用できる重要な溜池です。笠池・中之池公園は住民の憩いと潤いの場であり、緊急時の大切な役割も果たしています。西区の魅力・史跡について、詳しくは西区(HP)(QRコード)へ。

問西区役所総務課(☎275-1901 FAX275-1915)



西区の相談				教育相談				
無料 12:00～12:45と祝休日は休み 他区も含めた日程はこちら				月～金 9:00～17:00 西区役所総務課 ☎275-1901 FAX275-1915				
☎ = 電話相談可 どの区でも = 他区でも相談可				月～金 9:00～17:30 西区役所子育て支援課 ☎343-5020 FAX343-5025				
市民相談・人権相談 (日常生活での問題や人権の問題など)				※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				
行政相談 (国の行政全般についての苦情、要望など)				※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。				
人権擁護委員による人権相談				※3 子育て相談 ☎271-1949 FAX343-5025				
行政書士による相談				6/4、6/18 12:45～15:45 (場所)西区役所総務課 (申込)雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816				
登記・測量相談				木 10:00～12:00 (場所)西区役所総務課 (申込)ジョブシップさかい ☎0120-010908 FAX244-3771				
オンライン法律相談				水 9:30～17:00 (場所)社会福祉協議会西区事務所(西区役所内) 問すてっぶ・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(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)								
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	