

令和8年堺市二十歳の集い(西区)

二十歳を迎える対象者の皆さまはご自分の出身中学校か居住地の中学校区の時間に参加してください。対象者には案内はがきでお知らせします。

〔日程〕来年1月12日(祝日) 〔場所〕ウェスティ(西区鳳東町6丁600)

〔対象〕平成17年4月2日～18年4月1日生まれの方

第1部	9時から	浜寺・福泉中学校区
第2部	10時45分から	鳳・上野芝中学校区
第3部	12時30分から	津久野・浜寺南中学校区

▶メッセージ発表者・市民憲章朗読者を募集しています

二十歳の集いで夢や思いを仲間に発表し、思い出を作りませんか。

メッセージ発表は、友達同士で参加するのも大歓迎です。

下記中学校区の方を募集しています。

▷メッセージ発表者:浜寺・福泉中学校区

▷市民憲章朗読者:浜寺・福泉・津久野・浜寺南中学校区

〔申込〕8月29日までに電子申請システム

(QRコード)で。抽選。

〔問〕西区二十歳の集い実行委員会事務局

(西区役所自治推進課内 ☎275-1902 FAX275-1915)



西保健センター通信

西区役所2・3階
☎271-2012 FAX273-3646

イベントは全て先着順。

▶骨力アップ!カル摂るクッキング

骨の強さと食生活には密接な関係があります。管理栄養士から骨を強くする食事のポイントの話と、調理実習をします。

〔日時〕8月27日(水)10～13時30分

〔持物〕エプロン、三角巾、マスク、上履き、飲み物、筆記用具

〔申込〕8月5日から電話かFAXで住所、氏名、年齢、電話番号かFAX番号を同センターへ。



▶オトナのためのお口の健康教室

なんでもおいしく食べ、健やかに過ごすためにお口の健康は大切です。歯と口の健康について楽しく学びましょう。

〔日時〕9月9・11・16日13時30分～15時30分(全3回)

〔対象〕市内在住で18歳以上の方

〔申込〕8月4日から電話かFAXで住所、氏名、年齢、電話番号を同センターへ。

▶赤ちゃん広場

月齢が近い赤ちゃんのママ・パパ同士で交流しませんか。保育士から遊び方を学ぶことや、助産師に子育ての悩み相談ができます。

〔日時〕第1月曜日9時30分～11時30分

〔対象〕市内在住の1カ月健診後～4カ月健診までの児とその保護者

〔申込〕電子申請システムで。



マタニティスクール 要予約	8月15日	13:00～16:00
〔対象〕西区在住の妊婦とその家族		
離乳食講習会 要予約	8月7日 9月9日	10:15～11:15
〔対象〕西区在住で5～6カ月児の保護者		
カミカミ・パクパク離乳食講習会 要予約	8月22日	10:30～11:30
〔対象〕西区在住で8～10カ月児の保護者		
多胎児交流会	9月11日	10:00～11:30
〔対象〕市内在住で就学前の多胎児・多胎児の妊婦とその家族		
成人の歯科相談 要予約	8月20日	13:30～15:30
〔対象〕市内在住で16歳以上の方		
子どもの歯相談室 要予約	8月5日 9月2日	13:30～15:30
〔対象〕市内在住の乳幼児～中学生		
	8月20日	9:30～11:00
食生活相談/生活習慣病予防相談 要予約	8月20日 9月17日	9:30～11:00
精神保健福祉相談 要予約	8月14・19・26日	14:00～16:00
エイズ相談/HIV・梅毒・クラミジアのセット検査 肝炎検査/風しん抗体検査/HTLV-1検査	8月5日 9月2日	9:15～10:45
対象者条件あり。HTLV-1検査のみ有料。		

※4カ月児健診・1歳6カ月児健診・3歳児健診(3歳6カ月児が対象)…通知が届かない方や、転入転出のときは保健センターへ。

※育児相談、難病相談もできます。

妊婦や乳幼児のママ・パパへの
情報や教室の案内はこちら→



大人の方への情報や
教室の案内はこちら→



認知症サポーター養成講座

認知症の正しい理解や早期発見、認知症の方との接し方などを学びます。講座修了者には認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者の証として認知症サポーターカードを渡します。

相談がある方は、近く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(西区鳳東町6丁600 ☎275-0009 FAX275-0140)へ。

〔日時〕9月9日(火)18～19時30分

〔場所〕西区役所地下会議室

〔対象〕西区在住・在勤・在学の方

〔申込〕8月4日から直接か電話、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へ。先着順。

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

ウェスティの催し

西区鳳東町6丁600
☎275-0120 FAX275-0130
休館日 8月4・12・18・25日

▶堺シティオペラPresents

オペラ「不思議の国のアリス」

開場)

〔有料〕〔要申込〕先着順

〔日時〕9月7日(日)14時開演(30分前)



西老人福祉センターの催し

西区鳳東町6丁600
☎275-0850 FAX275-0860

〔対象〕市内在住で60歳以上の方
先着順

▶堺コッカラ体操

楽しい音楽と簡単な動きで心と体を元気にします。動きやすい服装で。

〔日時〕8月13日10～11時、8月23日13時30分～14時30分

▶スマホ教室

カメラやアプリ、インターネットの使い方を学びましょう。

〔日時〕8月29日(金)13時30分～15時

〔持物〕スマートフォン

〔申込〕8月2日から直接か電話で同センターへ。

▶写経

集中力を高めて、リフレッシュしましょう。

〔日時〕9月2日(火)10～11時30分

〔申込〕8月25日から直接か電話で同センターへ。

▶市民開放日

60歳未満の方も大歓迎です。小学生以下は保護者同伴。先着順。

内容	日時	申込
みんなで楽しいコマ回し	8月18日(月)10～11時	直接会場へ
歌おう童謡唱歌	8月30日(土)13時30分～14時40分	直接会場へ

家原大池体育館情報

西区家原寺町1丁18-1
☎271-1718 FAX271-1793
休館日 8月27日
開館時間 8～21時

▶キッズバレエ教室

音楽に合わせて楽しく体を動かすバレエレッスンを行います。その他のスクール情報など、詳しくは同館〔HP〕(QRコード)参照。

〔日程〕8月18・25日、9月1日

〔対象〕バンビ(3歳～未就学児・中学生までの初心者)、バニー(小・中学生)

〔有料〕〔要申込〕先着順



西図書館からのお知らせ

西区鳳南町4丁444-1
☎271-2032 FAX271-3002
休館日 8月4・18・25日
開館時間 火～金曜日=10～20時
土・日曜日、祝休日=10～18時

▶おはなし会

昔話を聞いたり、絵本を読んでもらったりしましょう。

〔日時〕毎週土曜日15～15時30分

〔場所〕同館4階おはなし室

先着順。

8月移動図書館

※交通事情により遅れることがあります

サンヴァリエ津久野集会所前	22日	10:00～11:00
浜寺三光会館	2・23日	10:00～11:30
浜寺元町5丁・旧地車庫前	5・19日	14:50～15:50
浜寺公園駅前		10:00～11:00
浜寺船尾会館内	6・27日	13:30～14:30
石津太神社境内前		14:50～15:50