

避難情報の発令範囲などを変更しました ～事前確認で安全に避難を！～

- 主な変更点は次の2つです。詳しくは市[HP]（QRコード）を参照。
- 内水氾濫と想定している最大規模降雨（1000年に1回程度）による50cm以上の浸水想定区域を発令範囲に追加
 - 西区内の避難情報は石津川の下流部（浜寺などの4小学校区）と上流部（鳳などの10小学校区）に分けて発令



☎ 危機管理室（☎228-7605 FAX222-7339）

西区役所庁舎開設30周年記念イベント第2弾
西区写真展の作品を募集

11月6～16日におおとりウイングス（西区鳳東町7丁733）で開催する写真展の作品を募集します。家族や友人と撮った思い出の写真や懐かしい街並みなど、あなたの「西区の思い出」を写真で届けてみませんか。

テーマ 未来へつなぐ西区の思い出

作品の条件

- 1人につき各部門（西区の自然・憩いの場、西区の歴史文化、西区の街並み・風景、その他の4部門）1作品
- 堺市西区内で撮影されたもので、撮影時期は不問
- 特定の人物や建物などが判別できる写真は、その方や建物などの権利者の同意を得たもの

応募期間 9月4日まで（必着）

対象 過去・現在に西区在住・在勤・在学の方

応募方法

▷ 電子申請システム＝作品の規格など詳しくは同システム（QRコード）参照

▷ 郵便＝2Lサイズ（127mm×178mm）にプリントした写真の裏面に住所、氏名（フリガナ）、電話番号、メールアドレス、西区在住・在勤・在学のいずれか、応募部門、題名、撮影場所・時期、写真にまつわるコメント（100字以内）を記した紙を貼付して ☎ へ
☎ 西区写真展実行委員会事務局（〒593-8324 西区鳳東町6丁600 西区役所自治推進課内 ☎275-1902 FAX 275-1915）



にしにし市

西区障害者基幹相談支援センター
☎271-6677 FAX274-7700

西区の障害者作業所で作ったお菓子やパン、弁当、雑貨などの授産品（写真）を販売します。

日時 7月16日（木）11～13時

場所 西区役所1階玄関ホール



おすすめは作業所ヒマワリのメモやハガキが挟めるクリップマグネット、鈴が鳴るビーズストラップ『てまり』です。

高齢の方の相談窓口

西基幹型包括支援センターニュース

西区鳳東町6丁600
☎275-0009 FAX275-0140

▶ 認知症サポーター養成講座（夜間開催）

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べます。

日中お仕事のある方や学生の方もぜひご参加ください。

日時 7月15日（水）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 直接か電話、FAXで住所、氏名、年齢、電話番号を同センターへ。

堺市立総合医療センター医師による
健康お役立ちコラム



救命救急センター長
森田正則さん

第2回 「まだ大丈夫」が一番危ない！
熱中症を防ぐために必要なこと

熱中症とは？

熱によって体の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節がうまくできなくなる状態です。
室内でも起こります。



放っておくとどうなる？

「まだ大丈夫」と我慢しているうちに、めまい・頭痛・吐き気が出て、悪化すると意識がなくなり、命に関わることもあります。

気を付けることは？

- 暑くなり始めたら、WBGT（暑さ指数）を確認する。
- 高齢者・こどもは症状の訴えが少なく、特に注意が必要です。
- 暑い場所は避けて我慢せずクーラーをつける。
- こまめな水分・塩分補給をする。

応急処置は？

- 涼しい場所へ移動する。
 - 衣服をゆるめ、風を当てる。
 - 首・脇・足の付け根を冷やす。
 - 水分・塩分を補給する。
- 意識がない・けいれんしている・飲水できないときは、迷わず119番通報をしてください。

☎ 同センター（☎272-1199 FAX272-9911）

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 申込 直接か電話で同センターへ。先着順。

イベント名	日時	申込開始日
ゲーム会	7月17日（金）13:30～14:30	7月3日
絵本・紙芝居の読み語り	7月18日（土）13:30～14:15	7月3日
初めてのスマホ教室	7月27日（月）13:30～14:30	7月13日
初めてのビーズストラップ作り	7月28日（火）13:30～15:00	7月13日
色えんぴつぬり絵	7月30日（木）13:30～14:30	7月16日
初めての堺コッカラ体操	7月31日（金）13:30～14:15	申込不要
写経	8月4日（火）10:00～11:30	7月21日

▶ 市民開放日～どなたも大歓迎！一緒に楽しみませんか～

小学生以下は保護者同伴。申込不要、直接会場へ。

イベント名	内容	日時
ストレッチフラダンス	フラダンスショーの後、一緒に体を動かす	7月13日（月）13:30～14:30
マジック教室	マジックショーの後、簡単なマジックを習得する	7月29日（水）13:30～14:30

西区の相談		無料 12:00～12:45と祝休日は休み 他区も含めた ☎ = 電話相談可 どの区でも = 他区でも相談可 日程はこちら	
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 西区役所企画総務課 ☎275-1901 FAX275-1915	
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	7/15 14:00～16:00（場所）西区役所企画総務課（問）市政情報課 ☎228-7475 FAX228-7444	
人権擁護委員による人権相談	☎ どの区でも	7/8 14:00～16:00（場所）西区役所企画総務課（問）ダイバーシティ企画課 ☎228-7159 FAX228-8070	
行政書士による相談	要予約 どの区でも	8/19 10:00～12:00 予約は8/13 9:00から先着4人 西区役所企画総務課 ☎275-1901 FAX275-1915	
登記・測量相談	要予約	7/8 13:00～16:00 予約は7/1 9:00から先着6人 堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844	
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	
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 西区役所企画総務課 ☎275-1901 FAX275-1915	
家庭児童相談（こどものしつけ、虐待、非行、家族関係など）	☎	月～金 9:00～17:30 西区役所子育て支援課 ☎343-5020 FAX343-5025	
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 ※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。 ※3 子育て相談 ☎271-1949 FAX343-5025	
女性相談 ※2（離婚、配偶者からの暴力、生活など）	☎		
子育て相談 ※3（こどもとの関わり、健康・成長・発達など）	☎		
労働相談（解雇・賃金に関するトラブルなど）	要予約 どの区でも	7/1、7/15 12:45～15:45（場所）西区役所企画総務課（申込）雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816	
就労相談（求人情報の提供、就職活動のサポートなど）	要予約 どの区でも	木 10:00～12:00（場所）西区役所企画総務課（申込）ジョブシップさかい ☎0120-010908 FAX244-3771	
生活・仕事相談（くらしや仕事での困りごとなど）	☎ どの区でも	水 9:30～17:00（場所）社会福祉協議会西区事務所（西区役所内） ☎225-5659 FAX222-0202	
法律相談 要予約 どの区でも 25分以内		区 相談日 月・水・金 予約開始日※ 問合先 ☎228-7403	堺区 相談日 月・水・金 予約開始日※ 問合先 ☎228-7403
（場所）区役所企画総務課（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）		中区 相談日 火・木 予約開始日※ 問合先 ☎270-8181	東区 相談日 水・金 予約開始日※ 問合先 ☎287-8100
		西区 相談日 金・火 予約開始日※ 問合先 ☎275-1901	南区 相談日 月・水 予約開始日※ 問合先 ☎290-1800
		北区 相談日 木・月 予約開始日※ 問合先 ☎258-6706	美原区 相談日 木 予約開始日※ 問合先 ☎363-9311