



美原区古代米プロジェクト

～古代米でおいしく楽しくまちづくり～

緑豊かな農地が広がり、歴史観光資源の豊富な美原区では、市民や民間事業者と力を合わせて特産品開発など古代米を活用した「美原区古代米プロジェクト」に取り組んでいます。



古代米ってどんなもの？

古代に作られていた稲の特徴を残したもち米で、皮の層に含まれる色素により、白米と合わせて炊くことできれいなピンク色に染まります。

おいしく食べて健康に

美原の古代米として栽培している「さよむらさき」には、抗酸化作用のあるアントシアニンが含まれると言われており、健康食として注目を集めています。



昔ながらの田植え体験(令和元年度に実施)

みんなで育てよう！

同プロジェクトでは、6月には田植え、10月には稲刈りの体験イベントを開催。田んぼに入って昔ながらの農作業を体験できます。

田植え体験を開催！▶広報さかい19ページ

古代米を守り伝える 美原の古代米プロダクツ

古代米の栽培から販売までを担う団体で、「みはら農業塾」の講師として、古代米づくりの技術や魅力を伝えています。

一緒に
お米づくりを
してみませんか



美原の古代米
プロダクツ
奥野さん

協力事業者が古代米を使った商品を開発

堺をつなぐ古代米おかゆ

「おくさま印」ブランドの米を取り扱う幸南食糧(松原市三宅西)が、Cafe&Meal MUJI イオンモール堺北花田のシェフ監修で、古代米を使った粥(かゆ)を商品化しました。

柔らかい粥と古代米のつぶつぶ食感の組み合わせが楽しめます。カップのまま直接温めることができ、温めずにそのまま食べられるのも特徴の一つです。

※無印良品イオンモール堺北花田(北区東浅香山町4-1-12 イオンモール堺北花田1階)か美原朝市で購入できます。

他の特産品については、美原区ホームページ(QRコード)参照。

問 幸南食糧(☎332-2041)



古代米を購入できるお店はこちら▶



古代米料理を食べられるお店はこちら▶



問 美原区役所企画総務課(☎363-9311 FAX362-7532)

新型コロナウイルス感染症については広報さかい2・3ページをご覧ください。また、同感染症の拡大防止のため、本紙掲載のイベントや行事の開催を中止・延期することがあります。最新の情報など詳しくは、市ホームページ(QRコード)をご覧ください。詳しくはこちら▶



みはら歴史博物館の催し

問 美原区黒山281
☎362-2736 FAX362-2260

〔休館日〕6月6・13・20・27日
〔開館時間〕9時30分～17時15分
(入館は16時30分まで)
〔観覧料〕200円(20人以上の団体
またはJAF会員証などの提携カー
ドを提示の方は160円)。中学生
以下、市内在住の65歳以上、障害
のある方は無料。

■M・Cみはらシネマ「にあんちゃん」

昭和の名作映画の上映会です。
〔日時〕6月24日(金)13時30分から
〔場所〕ホール 〔料〕無料
直接会場へ。先着100人。



アルテベルの催し

問 美原区黒山167-1
☎363-6868 FAX363-0070

〔休館日〕6月13・27日
〔受付時間〕9～20時
■アルテベル教養セミナー
堺市博物館学芸員・白神典之さん
による堺の歴史秘話セミナー。
〔日時〕9月11日(日)14時開演
〔料〕1,000円 〔申込〕6月11日から
未就学児の入場はご遠慮ください。
■講座受講生募集
▶ハワイアンフラ
〔日時〕7～9月の土曜日12時15分～

13時45分(全9回) 〔料〕13,500円
▶アルテベル夏休み子ども書道教室
〔日時〕7月26日(火)13時30分～15
時30分 〔料〕1,000円 〔対象〕小学生
▶歴史セミナー「源頼朝と義経・範
頼と御家人」
〔講師〕郷土史研究家・檜本多加三さん
〔日時〕6月25日(土)10時30分～12時
〔料〕700円
講座内容や申込方法など詳しくは
同館へ。

ミファラ
ド・レ・美原月マルシェ

問 美原区障害者基幹相談支援センター
☎361-1883 FAX361-4444

障害のある方が作業所で作った雑
貨や陶芸品、野菜、パン、ケーキ、菓
子【写真】などを販売します。マイ
バッグを持参。
〔日時〕6月15日(水)10～13時
〔場所〕美原区役所本館1階風の広場



美原総合スポーツセンター
～無料送迎バスに新ルートができました～

美原総合スポーツセンターでは月
曜日と水曜日に各2回、美原区役所
経由、青南台方面のルートを6月か
ら拡大します。
バス停や時刻表など詳しくは施設

ホームページ(QRコード)参照。
問 美原総合スポーツセ
ンター(☎369-0577
FAX369-0576)



～美原区青少年指導員会主催～
夏期ふれあいキャンプ中止のお知らせ

毎年7月に開催している、豊かな自
然環境の中で青少年指導員と共に
マリンスポーツや野外レクリエー
ションを体験する夏期ふれあい

キャンプは、新型コロナウイルス感
染症の拡大防止のため中止します。
問 子ども育成課(☎228-7457 FAX
228-8341)

美原図書館の催し



図書館
ホーム
ページ

問 美原区黒山167-14
☎369-1166 FAX369-1168

〔休館日〕6月6・7・13・20・27日
〔開館時間〕10～20時(土・日曜日、祝
日は18時まで)

■6月のブックフェア

▷一般向け＝「おしえて!お金のこ
と」
▷児童向け＝「よりどりことり」
■おはなしのへやへ、ようこそ!

〔日時〕いずれも15～15時20分
〔料〕無料 直接会場へ。
▷みんなあつまれ!えほんタイム＝
6月4日(土)
▷絵本・紙芝居・パネルシアター(お
はなしひろばくれよん)＝6月11日
(土)
▷おともなも楽しめるおはなし会(美
原おはなしスプーンの会)＝6月18日
(土)
▷おはなし会(美原おはなしスプー
ンの会)＝6月25日(土)
■乳幼児向けおはなし会(エンジェ
ル・エッグ)
〔日時〕6月9日(木)10時30～50分
〔料〕無料 直接会場へ。



■移動図書館・くすのき号巡回日
程表

日程	駐車時間	駐車場所
6/3(金)	13:30～14:10	木青会館前
	14:20～15:00	上池公園(平尾)
	15:20～16:10	かいづか公園 (さつき野)
4(土)	13:10～13:50	今井地区公民館
	14:10～15:00	丹上公園
	15:20～16:10	府営美原南余部 住宅集会所前
5(日)	14:40～15:40	東初芝中央公園
15(水)	13:30～14:10	大池公園
17(金)	13:30～14:10	木青会館前
	14:20～15:00	上池公園(平尾)
	15:20～16:10	かいづか公園 (さつき野)
18(土)	13:10～13:50	今井地区公民館
	14:10～15:00	丹上公園
	15:20～16:10	府営美原南余部 住宅集会所前
19(日)	14:40～15:40	東初芝中央公園
29(水)	13:30～14:10	大池公園

区別防災マップをリニューアルしました

キャラクターデザインを使った見や
すい区別防災マップです。
区別防災マップの主な内容
区別防災マップを使って、自分でで
きる備えをし、災害時には自分や家
族、地域の皆さんの命を守る行動を
とってください。
▷知る・考える(地震編)(風水害編)
市で発生する可能性がある災害に
ついて知る。災害発生時のとるべき
行動を考える。
▷備える
非常備蓄品などを備える。
▷ハザードマップ(津波・高潮・洪
水・土砂災害・内水)
災害のリスクを知って計画的な避
難行動を考えておきましょう。

区別防災マップは、市
ホームページ(QRコー
ド)参照。



＼新しくなりました！



美原区の相談		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			
☎ = 電話相談可		どの区でも = 他区でも相談可		※中止・延期など変更の場合があります。		
市民相談・人権相談		☎ どの区でも	月～金 9:00～17:00		美原区役所企画総務課 ☎363-9311 FAX362-7532	
(日常生活での問題や人権の問題など)						
行政相談		☎ どの区でも	6/20 14:00～16:00		[場所]美原区役所企画総務課	
(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			
人権擁護委員による人権相談		☎ どの区でも	6/1 7/6 14:00～16:00		[場所]美原区役所企画総務課	
			問 人権企画調整課 ☎228-7159 FAX228-8070			
行政書士による相談		☎ どの区でも	6/27 10:00～12:00		予約は6/21 9:00から先着4人	
要予約			美原区役所企画総務課 ☎363-9311 FAX362-7532			
交通事故相談		☎	月・火・木・金 10:00～17:00		堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844	
登記・測量相談		要予約	6/8 13:00～16:00		先着6人	
			堺区役所企画総務課 ☎228-7403 FAX228-7844			
教育相談		☎	月～金 9:00～17:00		美原区役所企画総務課 専用☎340-5511 FAX362-7532	
(小・中学生の家庭教育や学校生活、転校手続きなど)						
児童相談		☎	月～金 9:00～17:30		美原区役所子育て支援課 ☎341-6411 FAX341-0611	
(子どものしつけ、虐待、非行、家族関係など)					※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	
ひとり親相談※1		☎			※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 ☎363-4151	
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		☎				
(子どもとの関わり、健康・成長・発達など)						
労働相談		要予約 どの区でも	6/7・21 12:45～15:45		[場所]美原区役所企画総務課	
(解雇・賃金に関するトラブルなど)			[申込]雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816			
就労相談		どの区でも	水 14:00～16:00		[場所]美原区役所企画総務課	
(求人情報の提供、就職活動のサポートなど)			問 ジョブシップさかい ☎0120-010908 FAX244-3771			
生活・仕事相談		☎ どの区でも	火 9:30～17:00		[場所]社会福祉協議会美原区事務所(美原区役所内)	
(くらしや仕事での困りごとなど)			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(南区役所は総務課)		相談日	月・水・金	火・木	水・金	金・火	月・水	木・月	木
	[時間] 13:00～16:00(美原区は15:00まで)		予約開始日※	相談日の前日	直前の月	直前の火	直前の木	直前の金	直前の水	直前の月
	[予約] 9:00から先着各6人(美原区は4人)		問合先	☎228-7403	☎270-8181	☎287-8100	☎275-1901	☎290-1800	☎258-6706	☎363-9311
	※祝休日は直前の執務日(相談は区ごとに年度内1回限り)									

認知症について知ろう！

65歳以上の4人に1人は認知症の恐れがあります。慣れた場所で道に迷う、日課をしなくなる、関心や興味が失われるなどの症状が続く場合は、かかりつけ医や包括支援センターにご相談ください。認知症は脳の病気によって起こる症状で、軽い段階から適切な治療やケアを受けることで、症状が軽減したり

進行を遅らせることができる場合もあります。認知症は誰にでも起こる可能性のある病気です。一人で悩まず、ご相談ください。

問 美原第1地域包括支援センター(☎369-3070 FAX369-3038)か美原基幹型包括支援センター(☎361-1950 FAX361-1960)



美原保健センターだより



問 美原区黒山782-11
☎362-8681 FAX362-8676

健診受けて心も体も健康に

検診・相談など	日時
離乳食講習会 予約制／無料 5～6カ月の子どもの保護者が対象	6月9日(木) 10:30～11:10
ハッピーエンジェル 予約制／無料 1～3カ月の子どもと保護者の自由交流の場 受付・育児相談 赤ちゃん体操、骨盤体操、交流会など	6月10日(金) 7月8日(金) 13:15～14:00 14:00～15:00 (14時からの参加可)
子どもの歯相談室 予約制／無料 歯科検診・フッ素塗布・歯科相談 フッ素塗布は1歳6カ月～3歳11カ月に1回	6月7日(火) 7月5日(火) 13:30～15:00
大人の歯科相談 予約制／無料 歯科検診と相談。妊婦も可	6月21日(火) 9:30～11:30
精神保健福祉相談 予約制／無料 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3日(金)・15日(水)・ 23日(木)、7月1日(金) 14:00～16:00
食生活相談／生活習慣病予防相談 予約制／無料 医師、保健師、栄養士による相談	
感染症検査・相談 無料 HIV、梅毒、クラミジアのセット検査です。	
肝炎ウイルス検査 無料 市内在住で20歳以上の過去に肝炎ウイルス検査を受診したことがない方が対象	6月23日(木) 9:30～11:00
風しん抗体検査 無料 市内在住で20歳以上の妊娠を希望する女性とそのパートナーや同居者が対象	
HTLV-1検査 有料	
3・8・0のつく日は「步こうデー」 無料 どなたでも参加できます。 約1時間、健康づくり推進委員と 舟渡池公園などを歩きます。	6月10日(金)・20日(月)・ 28日(火)、7月8日(金) 9:30美原保健センター集合 (雨天中止)

次の健診・相談も行っています。いずれも美原保健センターで。
4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診、BCG予防接種(対象の方に個別通知。人数を制限しているので、個別通知以外の方は、来所を控えてください。／無料)
難病に関する相談 (随時／無料)

市内の医療機関でがん検診を受けられます

胃・子宮・乳がん検診は2年に1回、肺・大腸がん検診は1年に1回継続して受けることが大切です。実施医療機関は、「堺市がん検診総合相談ポータル」ホームページを参照してください。なお、美原保健センターでは次の日程で実施します。いずれも無料。

堺市がん検診
総合相談ポータル



HP <https://www.sakai-kenshin.jp/>

検診	対象	会場	日程
肺がん・結核検診	市内在住で40歳以上の方。胸部レントゲン検査のみの場合は予約不要。 「たん」の検査は50歳以上の喫煙指数600(1日の喫煙本数×喫煙年数)以上の方。 予約制。予約は美原保健センターへ。	美原保健センター	6月7日(火) 13:30～15:00
乳がん検診	市内在住で40歳以上の偶数年齢の女性。 マンモグラフィ検査のみ。 予約制。予約は美原保健センターへ。		6月13日(月)、7月5日(火) 午前か午後かを選択できます。
子宮がん検診	市内在住で20歳以上の偶数年齢の女性。 予約制。予約は美原保健センターへ。		7月11日(月) 午後

美原老人福祉センター便り

問 美原区黒山782-10(美原総合福祉会館内)
☎362-3939 FAX362-1798

利用には利用証(市内在住の60歳以上の方に発行)の提示が必要です。

■今月の講座「スポーツで健康的なライフスタイルに」

(講師) スポーツ推進課の職員

(日時) 6月28日(火)10時30分～11時30分

(場所) 美原老人福祉センター (¥) 無料

(申込) 直接か電話で6月27日までに同センターへ。先着25人。



問 美原区役所子育て支援課
☎363-4151 FAX341-0611

「子育て支援活動ひろば」と「みはらっこわくわくルーム」の利用・催しはいずれも堺市電子申請システムでの予約制。なお、新型コロナウイルス感染症の感染状況により、定員の変更、オンライン開催、または中止することがあります。

子育て支援活動ひろば

親子で楽しめる催しを行っています。

(場所) いずれも子育て支援活動ひろば(美原区役所別館1階) (¥) 無料

▶1歳ママパパあつまれ！

(日時) 6月17日(金)10～11時30分

(対象) 1歳の子どもとその保護者

(申込) 堺市電子申請システムで6月4日9時～16日15時。先着10組。

▶赤ちゃんあつまれ！！

(日時) 6月24日(金)10～11時30分、13時30分～15時

(対象) 0歳の子どもとその保護者

(申込) 堺市電子申請システムで6月10日9時～23日。先着各10組。

▶大人ママあつまれ！！

(日時) 6月28日(火)10～11時30分

(対象) 未就学児を育てるおおむね35歳以上の保護者とその子ども

(申込) 堺市電子申請システムで6月14日9時～27日。先着10組。

みはらっこわくわくルーム

親子が気軽に集える場所として、たくさんの方が利用しています。

(場所) いずれもみはらっこわくわくルーム(美原区役所別館1階)

(対象) いずれも未就学児とその保護者

(¥) 無料

利用の案内

(開設日時) 月～金曜日(祝日は休館)
▷10～12時
▷13時30分～15時30分

(申込) 堺市電子申請システムで利用希望日の7日前0時から。先着各10組。当日の予約、キャンセルは、同課窓口か電話で受付。1組につき週3回(うち、午前の部は2回)まで申込可。

▶6月の催し

(¥) 無料

▷『助産師によるおはなし～赤ちゃんの脳は肌にある～』

(日時) 6月16日(木)11～11時40分

▷『親子で絵本タイム』

(日時) 6月21日(火)10時45分～11時45分

▷『おたのしみシアター』

(日時) 6月23日(木)11～11時40分

堺市電子申請システム
の申込について

美原区役所子育て支援課ホームページ(QRコード)からアクセスできます。



■堺おうちグルメ de 食育講座

堺おうちグルメのメニューを管理栄養士が紹介します。調理実演のメニューはふわとろフレンチトースト、鶏肉のオレンジソース煮、抹茶どら焼きなど。

(日時) 6月22日(水)10時30分～11時30分

(場所) 美原保健センター (¥) 無料

(申込) 電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を6月17日までに同センター(☎362-8681 FAX362-8676)へ。先着10人。

■美原いきいきかみかみ百歳体操体験講座

おもりを使いながらゆっくり手足を動かす体操やしっかり口を動かす口の体操を行います。シニア世代の健康づくりのコツや、歯や口の健康、おいしく食べるための栄養の話もあります。

(日時) 6月23・30日、7月7・15・22日13時30分～14時45分

(場所) 美原保健センター (¥) 無料 (対象) おおむね65歳以上の方

(持ち物) 飲み物やタオル、上靴、運動しやすい服装、筆記用具

(申込) 電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を6月17日までに同センター(☎362-8681 FAX362-8676)へ。先着15人。



■6月4～10日は「歯と口の健康週間」

私たちの身体は、免疫機能があることで、病気の発症を抑制し、悪化を予防することができます。この免疫バランスを保つ重要なことのひとつが、口のケアです。感染を引き起こす細菌やウイルスを、口のケアで減少させて感染予防につなげましょう。保健センターでは、「子どもの歯相談室」「成人の歯科相談」で歯科検診・相談や歯みがきアドバイスを行っています。

(¥) 無料

問 美原保健センター(☎362-8681 FAX362-8676)

