



| 人のうごき             |                        |
|-------------------|------------------------|
| 人口                | 36,785人(43人減)          |
| 世帯数               | 15,247世帯(10世帯減)        |
| 人口密度              | 2,787人/km <sup>2</sup> |
| 面積                | 13.20km <sup>2</sup>   |
| 令和6年2月1日推計( )は前月比 |                        |

## みはら農業塾 塾生募集



古代米の栽培のノウハウを学びます。  
**【期間】** 4~11月(6月の田植え時期と10月の収穫時期は連日作業あり)  
**【対象】** 古代米の栽培に関心があり、美原区まで通え、将来的に同プロジェクトに協力する思いがある方  
**【申込】** 受講申込書を郵送かFAX、メールで3月29日(必着)までに美原区役所企画総務課へ。  
 選考5人程度。  
 費用など詳しくは、美原区 [HP](#) (QRコード)参照。



## 美原区古代米プロジェクト



美原区では、美原らしさを発揮し、「魅力的で訪れたい」まちの実現をめざし、市民や地域の事業者、行政などが連携して「美原の古代米」を区の魅力の一つとして育てる「美原区古代米プロジェクト」に取り組んでいます。詳しくは美原区 [HP](#) (QRコード)参照。  
**【問】** 美原区役所企画総務課 (☎363-9311 FAX362-7532) メール:mikisou@city.sakai.lg.jp



## 「美原の古代米」を使った特産品が増えました!! 美原の古代米大福ジェラート

つぶ感を残して炊き上げた「美原の古代米」に自家製の餡を合わせたジェラートです。大福のようなもちりした食感が楽しめます。  
**【問】** NANASOFUTA (美原区黒山463-1) ☎072-369-2158 FAX072-247-7389



## 古代米甘酒

糖類は使わず米と麹だけで作られています。ピンク色の成分にはアントシアニンが含まれていて噛みながら飲む新感覚の甘酒です。  
**【問】** 西條合資会社 (河内長野市長野町12-18) ☎0721-55-1101 FAX0721-56-1101



## 「美原の古代米」を食べられるお店が増えました!! ルナカルドのカレー

じっくり炒めた玉ねぎと豚肉を加えて煮込んだ辛さ控えめの特製カレーが、プチプチとした食感の「美原の古代米」によく合います。  
**【問】** Café Luna Caldo (美原区黒山422-1) ☎080-4249-3221 メール:cafe.lunacaldo@gmail.com



## サイクル&バスライドを活用ください

来年度も「サイクル&バスライド」を継続します。美原区役所別館駐輪場をバス利用者に開放していますので、バスでお出かけの際に利用してください。なお、自転車に乗るときは、ヘルメットを着用しましょう。

### サイクル

自宅などから自転車で美原区役所別館まで来て駐輪

### バスライド

バス停「美原区役所前」から乗車して、堺都心部などへお出かけ



**【問】** 美原区役所企画総務課 (☎363-9311 FAX362-7532)

## 廣国神社の蔵王権現立像 ことばれ話

堺市博物館で5月6日まで特別展示中

地域に残る言い伝えです。明治時代の神仏分離の際、廣国神社の前に放置されたままになっていた蔵王権現の像を見かねて、地域の方たちが地域の集会所におまつりしたそうです。その後、伝染病の流行などを経て個人宅敷地内に建てたお堂で、大切にまつられてきたとのこと。



美原区役所

〒587-8585 美原区黒山167-1

●ホームページ



●X(旧Twitter)



●地域SNSピアッツァ



●Instagram



■企画総務課(美原区選挙管理委員会事務局) ☎363-9311 FAX362-7532  
 庁舎管理、広報・広聴、相談、選挙など

■自治推進課 ☎363-9312 FAX361-1817  
 自治会活動の支援、地域活動の振興など

■保険年金課 ☎363-9314 FAX363-0020  
 国民健康保険、後期高齢者医療制度、国民年金など

■地域福祉課 障害者福祉・高齢者福祉など ☎341-0033 FAX362-0767  
 介護保険など ☎363-9316 FAX362-0767

■子育て支援課 ☎341-6411 (子育て相談 ☎363-4151) FAX341-0611  
 認定こども園等利用、児童手当、児童扶養手当、家庭児童・ひとり親・女性・子育て相談など

■美原保健センター(美原区黒山782-11) ☎362-8681 FAX362-8676  
 健康に関する相談、母子健康手帳、各種健(検)診、難病の医療費助成、飼い犬の登録など

■美原基幹型包括支援センター ☎361-1950 FAX361-1960  
 高齢者の総合相談・支援、ダブルケアの相談など

■美原区障害者基幹相談支援センター(別館) ☎361-1883 FAX361-4444  
 障害者・児に関する相談、福祉サービスに関する相談など

■堺市社会福祉協議会美原区事務所 ☎369-2040 FAX369-2060  
 地域福祉活動の相談・支援、校区福祉委員会活動の育成援助、ボランティア活動相談など

美原区役所庁外

■美原第1地域包括支援センター ☎369-3070 FAX369-3038  
 高齢者の生活支援など

■北部地域整備事務所 ☎258-6782 FAX258-6843  
 道路の維持、補修工事など

■上下水道局お客様センター ☎0570-02-1132 (ナビダイヤル)  
 水道・下水道など または ☎251-1132 FAX252-4132

■原池公園事務所 公園など ☎276-6818 FAX279-9711  
 ■美原消防署 火災予防など ☎362-0119 FAX363-1414

■環境業務課 ☎228-7429 FAX229-4454  
 生活ごみなどの収集

■粗大ごみ受付センター ☎0120-00-8400  
 携帯電話からは ☎06-6485-5048

■市税事務所(三国ヶ丘庁舎) 法人諸税課 ☎231-9741 FAX251-5631  
 (軽自動車税(種別割)など)

■市民税課(個人市・府民税など) ☎231-9753 FAX251-5632

■固定資産税課(固定資産税など) ☎231-9764 FAX251-5633  
 ■納税課(納税など) ☎231-9773 FAX251-5634



### 美原老人福祉センター便り

☎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。

| イベント名    | 講師  | 日時                     | 定員  |
|----------|-----|------------------------|-----|
| いきいき美容教室 | 資生堂 | 3/26(火)<br>10:30~12:00 | 32人 |

申込) 直接か電話で3月25日までに同センターへ。

### 美原保健センターだより

☎美原区黒山782-11  
☎362-8681 FAX362-8676



| 検診・相談など   | 日時   |
|---|--|
| 離乳食講習会 予約制/無料<br>5~6カ月の子どもの保護者が対象   | 3月27日(水)<br>10:30~11:30                                |
| ハッピーエンジェル 予約制/無料<br>1~3カ月の子どもと保護者の自由交流の場<br>①受付・育児相談<br>②赤ちゃん体操、骨盤体操、交流会など<br>会場:美原区役所別館 子育て支援活動ひろば | 3月8日(金)<br>①13:15~14:00<br>②14:00~15:00<br>(14時からの参加可) |
| 子どもの歯相談室 予約制/無料<br>歯科検診・フッ素塗布・歯科相談<br>フッ素塗布は<br>1歳6カ月~3歳11カ月に1回                                     | 3月12日(火)<br>13:30~15:00                                |
| 大人の歯科相談 予約制/無料<br>歯科検診と相談。妊婦も可  | 3月6日(水)<br>13:30~15:30                                 |
| 精神保健福祉相談 予約制/無料<br>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   | 3月1日(金)・28日(木)<br>14:00~16:00                          |
| 食生活相談/生活習慣病予防相談 予約制/無料<br>医師、保健師、栄養士による相談   |  |
| 感染症検査・相談 無料<br>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<br>市内在住で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   | 3月14日(木)<br>9:30~11:00                                 |
| 風しん抗体検査 無料<br>市に住居登録がある20歳以上の方で、妊娠を希望する女性、妊娠を希望する女性・妊娠している女性の同居者が対象                                 |  |
| HTLV-1検査 有料   |  |
| 3・8・0(みはら)「歩こうデー」 無料<br>どなたでも参加できます。<br>約1時間、健康づくり推進委員と<br>舟渡池公園などを歩きます。                            | 3月5日(火)・11日(月)・22日(金)<br>美原保健センターロビー9時30分集合。<br>雨天中止。  |

美原保健センターでは次の健診・相談も行っています。  
4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(対象の方に個別通知/無料)  
個別通知以外の方は、来所を控えてください。  
難病に関する相談(随時/無料)

市内の委託医療機関でがん検診を受けられます  
胃がん・乳がん・子宮がん検診は2年に1回、肺がん・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。個別検診を実施する堺市委託医療機関は「堺市けんしん総合サイト」で検索できます。  
美原保健センターで実施する集団検診の6年度日程は、4月以降の広報紙、ホームページなどでお知らせします。

動画で学ぼう!! **からだのふしぎ探検隊**  
~早ね 早おき 朝ごはん 歯みがき~

美原保健センターでは、乳幼児から学童期のお子さんの生活リズムや、むし歯予防の啓発に力を入れています。幼少期からの生活習慣は、生涯にわたる健康なからだづくりへとつながります。このことをより多くの方に伝えるために、4つの動画を作成しました。お子さんと保護者の方が楽しく学んで、元気いっぱい笑顔で過ごせるよう、生活リズムを整えましょう。

元気いっぱいニコニコ笑顔で過ごせるように生活リズムを整えましょう!

セイチャホルモン セロトニン メラトニン 歯丸(はにまる) 笑が呼(みがこ)

■「落語」~笑って楽しく心も口も健康に~  
健康をテーマにした落語会を開催します。  
笑うことで、脳に刺激を与え、生活の活力が見いだされるとともに、「口の健康」にとっても、たくさんの良いことがあります。  
演者は、各地で落語のボランティア活動をされている千里亭だし吉さん、食育亭卯舞さん。  
日時) 3月15日(金)13時30分~15時  
場所) 美原保健センター (¥)無料  
対象) 市民(美原区在住の方が優先)  
申込) 電話かFAXで住所、氏名、電話番号などを美原保健センター(☎362-8681 FAX362-8676)へ。先着35人。

### 子育てにこここ通信

☎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

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)  
申込) いずれも市電子申請システムで。詳しくは美原区(HP)(QRコード)参照。



| 催し名                  | 日時                                      | 対象                              | 申込開始日               |
|----------------------|---|---------------------------------|---------------------|
| 赤ちゃんあつまれ!!<br>【写真左下】 | 3/18(月)<br>①10:00~11:30<br>②13:30~15:00 | 0歳の子どもとその保護者                    | 3/4 9:00~<br>各先着15組 |
| 大人ママあつまれ!!<br>【写真右下】 | 3/26(火)<br>10:00~12:00                  | 未就学児を育てる<br>おおむね35歳以上の保護者とその子ども | 3/12 9:00~<br>先着15組 |



#### みはらっこわくわくルーム(美原区役所別館1階)

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。

##### 利用の案内

開設日時) 月~金曜日(祝日は休館) >10~12時 >13~16時 時間内出入り自由。直接ルームへ。対象) 未就学児とその保護者

##### 3月の催し

| 催し名                               | 日時                 |
|-----------------------------------|--------------------|
| 看護師による、4月から集団生活<br>~聞いて安心!ママの心構え~ | 3/12(火)11:00~11:40 |
| ママのぬり絵                            | 3/19(火)10:45~11:45 |
| 思い出がたアート                          | 3/21(木)10:15~11:45 |

#### ■らぼーと堺で太成学院大学の学生と自分の好きなあそびを見つけて楽しもう♪【写真左下】。

日時) 3月27日(水)11~12時

場所) らぼーと堺3階フードコートキッズスペース【写真右下】

対象) 未就学児とその保護者



#### ■「高齢者いい歯自慢コンテスト」参加者募集

市と狭山美原歯科医師会では「高齢者いい歯自慢コンテスト」を開催します。審査の結果、特に優秀な方を表彰します。

対象) 次の①~③すべてに該当される方。ただし、今までに同コンテストに参加された方は応募できません。

- ①美原区在住の昭和19年3月31日以前に生まれた80歳以上の方
- ②20本以上自分の歯を持つ方
- ③美原保健センターでの審査に参加できる方

¥) 無料

申込) 電話かFAXで4月10日までに美原保健センター(☎362-8681 FAX362-8676)へ。FAXで申込時に、受け取りの連絡がない場合は、同センターへお知らせください。



#### ■みんなのチューブ

チューブ体操は、ゴムの伸縮性を負荷として利用する筋力トレーニングです。地域で活動されているチューブ体操グループのリーダーが前に立ち、チューブ体操やリズム体操、脳トレなどを楽しく行います。チューブ体操未経験の方も気軽にご参加ください。

日時) 3月14日(木)10~11時30分

場所) 美原保健センター (¥)無料  
持物) 飲み物、タオル、上靴、運動しやすい服装、チューブ(貸出可能)

申込) 電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を美原保健センター(☎362-8681 FAX362-8676)へ。先着15人。

