

美原



第219号
6月号
令和6年(2024年)

人のうごき

人口 36,691人(14人増)
世帯数 15,330世帯(50世帯増)
人口密度 2,780人/km²
面積 13.20km²
令和6年5月1日推計()は前月比



美原区広報 編集・発行:美原区役所企画総務課



6月4日から10日は、歯と口の健康週間です



口は話す、食べる、表情を作るなど様々な機能があります。
口は食べ物が入る入口です。この機会に食習慣と一緒に歯や口の健康について考えてみましょう。
かかりつけ歯科医での定期検診やプロフェッショナルケアを受け、歯や口の健康を保つことが大切です。



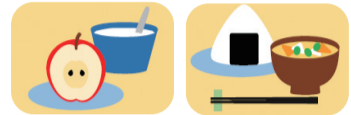
6月は食育月間です。健康な歯で、3食よく噛んで食べましょう。

朝食を毎日食べていますか？

☆朝食を毎日食べるとどんないいことがあるの？

- ・栄養バランス ・生活リズム ・心の健康 ・学力や学習習慣
- ・体力 に関係しています。

まずは簡単な食事から、毎日食べるようにしましょう。



食育と歯と口の健康パネル展を区役所1階の風の広場で行います。

(アスマイルポイントの付与あり)

日時 6月3~14日 14日は16時まで



「第73回全大阪よい歯のコンクール美原地区審査会」、「高齢者いい歯自慢コンテスト」が開催されました。

「全大阪よい歯のコンクール美原地区審査会」

(令和5年度3歳児健康診査を受けた幼児でよい歯を持つ親子が対象)

最優良親子:本並 菜摘さん、瑛汰さん親子

「高齢者いい歯自慢コンテスト」(80歳以上で20本以上の自分の歯を持つ方が対象)

最優秀賞:上東 律子さん

問 美原保健センター (☎362-8681 FAX362-8676)

みはらふれあいサマ〜

問 子ども育成課 (☎228-7457 FAX228-8341)

日時 7月26・27日(1泊2日)

美原区役所前に当日8時集合、帰着は18時頃予定

行先 淡路青少年交流の家 (¥5,000円(保険・バス代込み))

対象 美原区在住の小学5年生~中学3年生

申込 郵送(はがき)で6月19日(必着)までに参加者全員の住所、名前(ふりがな)、学校名、学年、電話番号を日本郵便事業(株)美原支店(〒587-8799美原区黒山31-6)まで。定員35人。(応募多数の場合は6月22日に抽選。後日郵送にて連絡)。はがき1枚につき3人まで申込可。



のびやか健康館

場所 のびやか健康館(北区金岡町2760-1)

¥1,100円 対象 16歳以上

持物

- 1: 飲み物、タオル、運動しやすい服装、室内用シューズ(凹凸のないシューズ)
- 2: 飲み物、水着、スイミングキャップ、バスタオル
- 3: 飲み物、タオル、運動しやすい服装、室内用シューズ(凹凸のないシューズ)

申込 6月3日11時から直接か電話で同館へ (☎246-5051 FAX246-5041)

1、2は各クラス先着5人。3は先着2人

トレーニング教室体験会

	日付	時間
1 アスレチックトレーニング ~ NOBI ~	6月4・11・18・25日	21:20 ~ 22:20
2 アクアトレーニング 体験会	6月4・11・18・25日	12:15 ~ 13:00
	6月7・14・21・28日	11:30 ~ 12:15
3 ヨガホイール	6月16日	13:00 ~ 14:00

〒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



美原区役所

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

市民課 ☎363-9313 FAX363-1586
住民票・戸籍などの証明・届出、印鑑登録、マイナンバー

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

生活援護課 ☎363-9315 FAX362-0767
生活保護など

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

みはら歴史博物館の催し



☎362-2736 FAX362-2260
メールm-rekishimc@mihara.jp
場所美原区黒山281

休館 6月3・10・17・24日
開館 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ギャラリー展示「でかける博物館 大阪府立弥生文化博物館出張展示 米食のはじまりー育てる・収穫する・調理するー」

弥生時代の米食にまつわる資料がM・Cみはらにやってくる。

日時 6月4日～7月15日 9時30分～17時

場所 M・Cギャラリー 無料

シリーズ講座みはら学びのすずめⅣ「縄文から弥生へ～コメ作りはなぜ伝わってきたのか～」

講師 大阪府立弥生文化博物館館長・禰宜田 佳男さん

日時 6月25日(火) 13時30分～15時

場所 M・Cホール 無料

申込 6月2～23日に直接か電話、FAX、メールで参加者の氏名、電話

番号を同館へ。先着250人。

■すくすくと育てる・学ぶ・古代米! 稲作文化を学ぼう!

稲作文化を学び、ご家庭で古代米のバケツ稲づくりにチャレンジするためのイベント。

※苗と育て方のしおりのみ配布。バケツや土の配布はありません。

日時 ①6月23日(日) 13～15時
②7月20日～8月31日のうち1日 9時30分～17時

場所 ①みはら歴史博物館 M・Cホール ②大阪府立弥生文化博物館(和泉市池上町4丁目8-27)

対象 ①・②のイベント両方に参加できる小・中学生 無料

持物 筆記用具 申込 6月2～22日

に直接か電話、FAX、メールで参加者・保護者の氏名、学年、学校名、電話番号を同館へ。先着30人。



美原図書館の催し



図書館ホームページ

☎369-1166 FAX369-1168
メールmito@city.sakai.lg.jp
場所美原区黒山167-14

休館 6月3・4・10・17・24日
開館 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	芸術を楽しむ
▷児童向け	耳をすませてみよう

■おはなし会

■おはなしのへやへ、ようこそ!		日時	定員など
▷みんなあつまれ!えほんタイム	6/1(土)	15:00～15:30	直接会場へ 無料
▷ブックトークのおはなし会	6/8(土)		
▷おはなし会(美原おはなしスプーンの会)	6/15・22(土)		
▷なが～いおはなしのおはなし会(美原おはなしスプーンの会)	6/29(土)		
■乳幼児向けおはなし会(エンジェル・エッグ)	6/13(木)	10:30～11:00	

■おりがみであそぼう(堺図書館サポーター倶楽部)

日時 6月20日(木) 15時30分～16時30分

場所 絵本コーナー 無料 直接会場へ

移動図書館・くすのき号巡回日程表

駐車場所	駐車時間	日程
大池公園	13:30～14:10	6/12・26(水)
木青会館前	13:30～14:10	6/7・21(金)
上池公園(平尾)	14:20～15:00	
かいづか公園(さつき野)	15:20～16:10	6/8・22(土)
今井地区公民館	13:10～13:50	
丹上公園	14:10～15:00	6/9・23(日)
府営美原南余部住宅集会所前	15:20～16:10	
東初芝中央公園	14:40～15:40	

悪質商法や詐欺、消費者トラブルにお気をつけください!!

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

トラブルを未然に防止するためにも家族や周囲の方の見守りが大切です。

また、一人で悩みを抱えず、不審な連絡があれば家族や警察、消費生活センターに早めに相談しましょう。

☎堺市立消費生活センター(相談専用) 221-7146



美原朝市

☎美原朝市運営委員会
090-2590-8866

いずれも売り切れ次第終了。マイバッグを持参。

日時	場所
6/1(土) 10:00～12:00	みはら歴史博物館(美原区黒山281)
6/8・22(土) 9:30～11:30	美原区役所本館1階風の広場
6/15(土) 9:45～14:00	美原老人福祉センター(美原区黒山782-10)
6/15(土) 10:00～12:00	美原本通り商店街(美原区北余部45-12)



アルテベルの催し



☎363-6868 FAX363-0070
場所美原区黒山167-1

休館 6月10・24日 受付 9～20時

テーマ	日時	料金	備考
ハワイアンフラ	6/22(土)体験回 7～8月の土曜日(全6回) 12:15～13:45	¥9,000円 体験は500円	講師 小間恵子
写経と講話	7/11(木) 13:30～15:00	¥1,000円	講師 空圓寺住職・京極有海
文化講座「近現代美術史講座」	7/13, 9/21, 10/19 10:30～12:00	¥500円	講師 橋本紘明
アルテベル夏休み親子工芸教室	7/27(土) ①10:00～ ②13:00～③15:00～	¥700円+材料費	講師 高田宏重 対象 小学生
アルテベル夏休み子ども書道教室	7/29(月) 13:30～15:00	¥1,000円	対象 小学生

講座内容や申込方法など詳しくは同館へ。

ド・レ・美原月マルシェ

☎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、野菜【写真】、パン、菓子などを販売します。マイバッグを持参。

日時 6月19日(水) 10時30分～13時

場所 美原区役所本館1階風の広場



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	
行政相談	どの区でも	6/17 14:00～16:00 (場所)美原区役所企画総務課 ☎228-7475 FAX228-7444	
人権擁護委員による人権相談	どの区でも	6/5・7/3 14:00～16:00 (場所)美原区役所企画総務課 ☎228-7159 FAX228-8070	
行政書士による相談	要予約 どの区でも	6/24 10:00～12:00 予約は6/18 9:00から先着4人 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	6/12 13:00～16:00 予約は6/3 9:00から先着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
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 ※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。
女性相談※2	☎	※3 子育て相談 ☎363-4151
子育て相談※3	☎	
労働相談	要予約 どの区でも	6/4・18 12:45～15:45 (場所)美原区役所企画総務課 (申込)雇用推進課 ☎228-7404 FAX228-8816
就労相談	要予約 どの区でも	水 14:00～16:00 (場所)美原区役所企画総務課 (申込)ジョブシッブさかい ☎0120-010908 FAX244-3771
生活・仕事相談	☎ どの区でも	水 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) ☎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(西・南区役所は総務課)										
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)											
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				
問合せ先	☎228-7403	☎270-8181	☎287-8100	☎275-1901	☎290-1800	☎258-6706	☎363-9311				

美原老人福祉センター便り

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

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
めぞう 元気百才! ～食から始める認知障害対策～	大阪ガスグループ 福祉財団	6/25(火) 13:30～15:00	先着 45人

動きやすい服装で、飲み物をお持ちください。

申込 直接か電話で6月24日までに同センターへ。

美原保健センターだより

☎362-8681 FAX362-8676
場所 美原区黒山782-11



美原 いきいき百歳 美原 かみかみ体操

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26日(水) 10:30～11:30
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 ①受付・育児相談 ②赤ちゃん体操、骨盤体操、交流会など 会場:美原区役所別館 子育て支援活動ひろば	6月14日(金) ①13:15～14:00 ②14:00～15:00 (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・歯科相談(中学生以下) フッ化物塗布 (1歳6カ月～4歳未満に1回)	6月11日(火) 13:30～15:00
成人の歯科相談 予約制/無料 歯科検診と相談。 特に妊産婦の方の受診をおすすめします。	6月5日(水) 7月3日(水) 13:30～15:30
骨粗しょう症予防検診 予約制/640円 市内在住で18歳以上の方が対象。 費用が免除される場合がありますので、お問い合わせください。	6月7日(金) 午後 年間予定は市ホームページ、美原保健センター窓口で確認できます。
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7日(金)、19日(水)、27日(木) 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	
肝炎ウイルス検査 無料 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	6月27日(木) 9:30～11:00
風しん抗体検査 無料 市に住み登録がある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	

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・子宮頸がん・乳がん検診は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。個別検診の委託医療機関は「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は次の日程で集団検診を実施します。いずれも無料。
集団検診の年間予定は市ホームページ、美原保健センター窓口で確認できます。

検診	対象	今後の日程
肺がん・結核検診	市内在住で40歳以上の方。 「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。胸部レントゲン検査は予約不要。「たん」の検査のみ予約制。	6月12日(水) 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。	6月24日(月) 午前か午後かを選択できます。
子宮頸がん検診	市内在住で20歳以上の偶数年齢の女性。予約制。	6月16日(日) 午後

■多胎の会
双子や三つ子等を妊娠中・子育て中の方が集まって、おしゃべりや情報交換ができる会を開催します。多胎児ならではの話をし、ほっとできる時間、楽しい時間を過ごしましょう。
日時 7月10日(水) 10～11時30分 場所 美原保健センター
対象 美原区在住の就学前の多胎児と保護者、多胎児を妊娠中の方
¥無料 持物 飲み物、お子様に必要なもの(おむつ、ミルク、バスタオル等)
申込 電話かFAXで参加される方の氏名、お子様の年齢、住所、電話番号を美原保健センター(☎362-8681 FAX362-8676)へ。

子育てにここにご通信

☎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
1歳ママパパあつまれ!! 【写真左下】	6/21(金) 10:00～11:30	1歳の子どもとその保護者	6/7 9:00～先着12組
大人ママあつまれ!!	6/25(火) 10:00～11:30	未就学児を育てるお母さん35歳以上の保護者とその子ども	6/11 9:00～先着15組
赤ちゃんあつまれ!! 【写真右下】	6/28(金) ①10:00～11:30 ②13:30～15:00	0歳の子どもとその保護者	6/14 9:00～各先着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。

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



▶6月の催し

催し名	日時
ファミリーひろば～パパも一緒に～ 人形劇団シャボン玉が来ます!	6/16(日) 10:30～11:30
梅雨のジメジメ時期はお片付けでスッキリ!	6/18(火) 10:45～11:45
ベビーマッサージやふれあいあそびを 楽しみましょう♪	6/25(火) 14:00～14:40

■みんなのチューブ

チューブ体操は、ゴムの伸縮性を負荷に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 6月20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。

■40代からのカラダ革命～健康的なLifestyleのススム～

代謝を上げる簡単な体操や、バランスのよい食事、歯と口の健康について楽しく学びます。基本コースの後に「歯と口の健康」「食と健康」の2コースから選択し、学びを深めます。運動制限や食事制限がある方は、医師にご相談のうえ、参加をご検討ください。

日時 ▷基本コース

6/21(金)	13時30分～15時30分
6/28(金)	10～13時
7/5(金)	13時30分～15時30分



▷歯と口の健康コース 7月18日(木)、25日(木) いずれも午後

▷食と健康コース 7月19日(金)午後、31日(水)午前

場所 美原保健センター

対象 おおむね74歳までで基本コース3回すべてに参加できる方(美原区にお住まいの方、令和4・5年度の380ウェルネス大作戦に参加されていない方が優先) ¥無料

申込 受付中。電話かFAX、市電子申請システム(QRコード)から住所、氏名、電話番号、年齢を美原保健センター(☎362-8681 FAX362-8676)へ。先着20人。

