

# 図書館へ 行こう!

市立図書館 ☎57-7747

10月の  
休館日  
31日(月)

開館時間 10時～20時

休館日 ■毎月月末(土日・祝日の場合は翌日)  
■年末年始(12/29～1/3)  
■特別整理期間(毎年7日間程度)

おはなし会開催中!

時 10月7日(金)11時～  
10月8日(土)・15日(土)・22日(土)・29日(土)  
14時～ ※22日(土)は「英語絵本おはなし会」

市制80周年記念事業

芥川賞作家 平野 啓一郎さん講演会&サイン会

時 11月19日(土)14時～

場 シティホール(ゆめタウンシティモール2階)

詳細は、市ホームページか図書館ホームページで随時発信していきます。

図書館ホームページ <http://www.arao-lib.jp>



## 図書館職員が選ぶ“オススメ本”を紹介します

泣けるいきもの図鑑 イヌ、ネコ編(電子版)

いろんな動物に関する本の監修をされている今泉忠明先生監修のシリーズ本。知っているようで知らなかった動物の生態や絶滅の理由、泣けるお話などがあります。身近なイヌやネコのシリーズから読んでみませんか。



隣人の死体は、何曜日に捨てればいいですか? (電子版)

5人組、それは犯した罪に近所の5世帯が連帯して処されるという新たな法律。隣の人誰かを殺せば、自分たちも殺人犯になってしまう。ごく普通の平凡な生活から一変、謎が事件を呼ぶ、猟奇ミステリー。



※市立図書館デジタルライブラリー(電子書籍)で借りられます。

## ツキイチ上映会『最強のふたり』を上映!

時 10月23日(日)14時～ 場 市立図書館 みんなのへや

インテリでシニカルな全身不随の大富豪と、粗野で愛嬌モノの黒人青年。出会うはずのないふたりに起こった最高の奇跡。実話に基づいた作品です。



料 無料 定 先着20人(予約不要・途中退席可)

※毎月第四日曜日は『ツキイチ上映会』を開催しています。上映スケジュールは、図書館やホームページでご確認ください。

## Event & Information 荒尾総合文化センター情報

文化センター(指定管理者:中央設備 ステージ・ラボ共同体) ☎66-4111

ホームページ



! 新型コロナウイルス感染予防対策にご協力をお願いします。状況によっては開催できない場合もあります。ご確認ください。

荒尾市制施行80周年記念 荒尾総合文化センター自主文化事業

荒女子ども劇団 ステージ☆キッズ 第4回公演

第4回公演 『月の色』

～令和版中学生日記～

10月10日(水祝)

時 14時開演

場 文化センター 小ホール

料 入場無料(整理券発行 100人)

原作:井上 大輔  
作:大園 咲希  
ステージ☆キッズ

今回は、令和3年度に開催した『荒尾の風景から物語をつくる』に参加した、井上 大輔さんの作品『月の色』をもとに、ステージ☆キッズの大園 咲希さん(中3)が中学生の日常を書き、メンバー全員で台本として完成させました。何気ない会話、それぞれの関係性。そこにある今ならではの問題。小4から中3までの12人が、心を込めて演じます。

熊本県立劇場ネットワーク事業

11月23日(水祝)

時 14時開演

場 文化センター 大ホール

料 全席指定(当日各500円増)

■一般 2,000円

■高校生以下 1,000円

※未就学児の入場不可



藤原道山  
×  
SINSKE  
「Piazzolla」

～尺八とマリimbaによる世界最小オーケストラ～

来年開催!  
令和5年  
10月

市民参加の『コッペリア』公演予定!  
バレエが初めての人大歓迎!  
あなたも! バレエの舞台に出ませんか?

11月説明会開催予定

10月の休館日 4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)

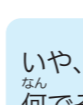
かんが  
ジンちゃん・ケンちゃんと考える

じんけん  
人権のいろいろ

だい かい よ かつ  
第25回「呼び方が『ちゃん』に」



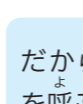
こうほう 初めでの  
広報あらかの「初めての  
ジン ハッピーバースデー」の  
コーナーで赤ちゃんの呼  
び方が、みんな「ちゃん」になっ  
ていたこと気付いてた?



いや、知らなかった。  
何でそうなったのかな。



せんせい りゆう い  
先生が理由を言ってたけ  
ど、「男の子や女の子で呼  
び方を分けることが性別  
役割分担意識につながる可能性  
があること。その意識が子どもた  
ちの考え方に影響を与え、その  
子の将来の可能性を奪うことにな  
るかもしれないこと」らしいよ。



だから、担任の先生が名前  
を呼ぶ時、みんなを「○○さ  
ん」と呼んでいるんだね。  
ジェンダーに関係あるよね。

じんけんけいはつずいしんしつ  
市立図書館 人権啓発推進室 ☎62-1313

食べて目指そう免疫力アップ!  
季節に合わせた旬の野菜、  
魚を取り入れたメニューを。

# うまか〜 レシピ

vol.146 2022.10

荒尾市食生活改善推進員協議会



～ 噛む回数アップで健康に～  
照り焼きれんこんハンバーグ

### ◆作り方◆

材料(3人分)

- れんこん ……300g
- 合いびき肉 ……250g
- 砂糖 ……小さじ1
- しょうゆ ……小さじ1
- 卵 ……1個
- しょうがみじん切り1片分
- 玉ねぎみじん切り1/2個分
- 片栗粉 ……大さじ2
- 油 ……小さじ1
- 酒 ……大さじ3
- しょうゆ ……大さじ2
- 砂糖 ……大さじ1/2

- ①れんこんを3～4cmの厚さの輪切りにし、水にさらし、水気をしっかりふく。
- ②合いびき肉にAを入れ、よく練る。
- ③玉ねぎのみじん切りに片栗粉をまぶし、②の肉ダネに加え混ぜる。
- ④れんこんに肉ダネをのせる。れんこんの穴にも詰めるとはがれにくくなる。
- ⑤フライパンに油をひき、れんこんハンバーグを両面焼く。焦げ目がついたら、フタをして蒸し焼きにする。
- ⑥しっかり火が通ったら、フタを取り火を止める。
- ⑦余分な油をふき取り、Bを加え火をつけて照り焼きにする。

〈一人分栄養量〉▶エネルギー 381kcal ▶たんぱく質 19.4g ▶脂質 19.4g ▶塩分 1.5g

### Check!

れんこんのシャキシャキ食感と、お花のようなかわいらしい見た目が楽しめる1品! ハンバーグにれんこんをプラスすることで、噛む回数が増えます。噛むことは、消化を助けたり、肥満防止やむし歯予防につながり、良いことがたくさんあります。

キリトリ

## それいけ

# 地域おこし協力隊!

地域おこし協力隊 活動便り Vol.72

荒尾市地域おこし協力隊員の  
活動内容や活動予定をお伝えします。

今回は…  
せきらい  
石雷 隊員  
地域振興担当



SNSで荒尾の魅力や情報を  
発信しています!



Facebook



Instagram

協力隊として着任してから3年間、SNSでの地域情報発信、地域でのボランティア活動、対面やオンラインでの移住相談会などの開催に取り組んでまいりました。コロナ禍で活動を自粛した時期もありましたが、地域の皆様に支えられた3年間でした。8月末で協力隊の任期満了となりましたが、今後は、協力隊の活動を通して培った経験を活かし、地域がよくなるような取り組みを続けていきます。本当にありがとうございました。 協力隊ゆるキャラ「ナシエル」▶





# 平日夜間・休日 当番医+

## あらおカレンダー

### お問い合わせ先

- 荒尾市医師会  
…………… ☎62-0072(昼間)
  - すこやか未来課 保健センター  
…………… ☎63-1153(昼間)
  - 市役所…… ☎63-1111(夜間)
- ※市民病院を受診する場合、保険適用の診療費とは別に、選定療養費(7,700円)がかかる場合があります。  
※選定療養費は子ども医療費助成制度の対象とはなりません。

### 熊本県子ども医療電話相談

受付時間  
平日 19時～翌朝8時  
土曜日 15時～翌朝8時  
日・祝日 8時～翌朝8時  
☎#8000または  
☎096-364-9999

## 休日当番医

診療時間  
外・内・眼…9時～17時  
歯…9時～13時

※17時以降は市民病院救急外来をご利用ください。

### お問い合わせ先

- 有明消防本部災害情報指令センター ☎69-1760
  - すこやか未来課 保健センター  
…………… ☎63-1153(平日)
  - 市役所 ☎63-1111(土・日・祝)
- ※子どもが内科を受診するときは、事前に医療機関へお問い合わせください。

### 調剤薬局

有限会社 あげぼの薬局  
(市民病院前) ☎63-2123  
■ 毎日営業 8時30分～20時

種別  
外…外科系 内…内科  
小…小児科系 歯…歯科系 眼…眼科

風邪の症状や発熱などがある場合は、医療機関に電話確認して受診してください。  
医療機関はやむを得ず変更になる場合があります。事前にお問い合わせください。



## 【平日夜間】小児救急診療当番医

診療時間 19時～22時

日	曜	施設名	住所	電話
3日	月曜	荒尾市民病院(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
4日	火曜	荒尾市民病院(工藤弘志)	荒尾2600	☎63-1115
5日	水曜	荒尾市民病院(水流添泉)	荒尾2600	☎63-1115
6日	木曜	荒尾市民病院(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
7日	金曜	こどもクリニック友枝	荒尾4160-256	☎65-8181
11日	火曜	荒尾市民病院(田中健)	荒尾2600	☎63-1115
12日	水曜	荒尾市民病院(水流添泉)	荒尾2600	☎63-1115
13日	木曜	荒尾市民病院(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
14日	金曜	松山医院	原万田462	☎62-0418
17日	月曜	荒尾市民病院(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
18日	火曜	荒尾市民病院(工藤弘志)	荒尾2600	☎63-1115
19日	水曜	荒尾市民病院(水流添泉)	荒尾2600	☎63-1115
20日	木曜	荒尾市民病院(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
21日	金曜	田宮医院	大島町3-4-44	☎62-0017
24日	月曜	荒尾市民病院(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
25日	火曜	荒尾市民病院(足達照之)	荒尾2600	☎63-1115
26日	水曜	荒尾市民病院(水流添泉)	荒尾2600	☎63-1115
27日	木曜	荒尾市民病院(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
28日	金曜	こどもクリニック友枝	荒尾4160-256	☎65-8181
31日	月曜	荒尾市民病院(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115

日	曜	種別	施設名	住所	電話
2日	日曜	外	吉田整形外科クリニック	牛水670-6	☎62-6200
		内	藤枝医院	蔵満1884-1	☎68-3232
		歯	田中歯科医院	川登1791	☎66-0473
9日	日曜	眼	石塚眼科医院	荒尾789-15	☎64-2780
		外	上杉整形外科	荒尾789-4	☎62-0885
		内	藤枝医院	蔵満1884-1	☎68-3232
10日	月曜	歯	圭介歯科	万田921-5	☎62-1822
		眼	ふくやま眼科医院	大牟田市倉永	☎0944-50-1666
		外	まつおレディースクリニック	荒尾4160-257	☎66-3110
16日	日曜	内・小	本里内科	宮内724-1	☎64-0556
		歯	おがた歯科医院	桜山町2-11-21	☎68-5558
		眼	ひまわり眼科	大牟田市岬町	☎0944-32-8831
23日	日曜	外	荒尾脳神経外科医院	川登1921	☎65-6030
		内・小	本里内科	宮内724-1	☎64-0556
		歯	まえじま歯科医院	増永2741-11	☎68-6489
30日	日曜	眼	まつお眼科	大牟田市青葉町	☎0944-55-3088
		外	緑ヶ丘クリニック	緑ヶ丘2-4-3	☎64-8007
		内	荒尾駅前クリニック	大正町1-2-3	☎64-1895
31日	月曜	歯	坂田歯科医院	荒尾2000	☎62-2000
		眼	米の山病院	大牟田市歴木	☎0944-51-3311
		外	いしかわ産婦人科	野原259-1	☎68-5511
1日	土曜	内	ひらやま医院	増永2737-3	☎62-0665
		歯	北野歯科医院	野原47-3	☎68-0190
		眼	小野眼科医院	大牟田市浄真町	☎0944-52-7705

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2022 10月 2	3	4 ★育児相談	5	6 ■無料法律相談 ■行政相談 ★母子健康手帳交付	7 ■献血	1 ■ふたつ星
9	10 スポーツの日	11	12 ■心配ごと相談 ★3歳児健診	13 ★1歳6か月児健診	14 ★2歳児歯科健診	15
16	17	18 ★母子健康手帳交付	19 ★離乳食教室	20 ■無料法律相談 ■行政相談	21	22
23	24 ★6～7か月児クラス	25 ■年金相談	26	27	28	29
30	31	11/1	2 ★母子健康手帳交付	3 文化の日	4	5

※各日程の詳細はカレンダーの下をご確認ください。(9月15日現在)

- 無料法律相談 ※要予約  
時 13:00～16:00 場 市役所  
定 先着8人  
申込期間  
10/6(木)▶～10/5(水)  
10/20(木)▶10/7(金)～10/19(水)  
申 ☎63-1503
- 年金相談 ※要予約  
時 10:00～15:00  
場 市役所 21号会議室  
申 ☎74-1612
- 献血  
時 9:45～11:30  
12:45～15:30  
場 荒尾消防署
- 行政相談  
時 10:00～12:00 場 市役所
- 心配ごと相談 ※要予約  
時 9:30～12:00  
場 社会福祉協議会 相談室  
申 ☎66-2993
- ★ 母子健康手帳交付 ※4日前迄予約  
時 受付 ①9:00 ②9:50 ③10:40  
場 保健センター 申 LINE申込
- ★ 育児相談 ※4日前迄予約  
時 受付 10:00～10:45  
場 保健センター 申 LINE申込
- ★ 離乳食教室 ※4日前迄予約  
時 受付 13:40～14:00  
場 中央公民館 申 LINE申込
- ★ 1歳6か月児健診・2歳児歯科健診・3歳児健診  
時 対象者に個別でお知らせ  
場 文化センター 備 LINEで日時変更可
- ★ 6～7か月児クラス  
時 対象者に個別でお知らせ  
場 中央公民館 備 LINEで日時変更可
- ふたつ星 ※1週間前迄予約  
時 受付 9:50～10:00  
場 中央公民館 申 ☎63-1153



★ 印のついた母子保健事業の予約や変更は、荒尾市公式LINEから受付を行っています。 ● 問/すこやか未来課 保健センター ☎63-1153

荒尾市公式LINE



## 相談窓口

- 消費生活センター 消費生活相談  
時 月・火・水・金曜  
10時～12時/13時～16時  
場 市役所1階 消費生活センター  
問 消費生活センター ☎63-1173
- 精神保健相談 ※要予約  
時 電話で予約日時を決定(第1～4火曜)  
場 保健センター・市役所・有明保健所  
問 有明保健所 ☎72-2184
- 知的障がい者相談(知的障がい者相談員)  
問 中嶋真也 ☎090-7580-3967  
中川さおり ☎68-2098

- 生活相談  
生活に困っている、仕事が見つからないなど。  
時 月～金曜 9時～16時  
場 市役所1階 生活相談支援センター  
問 生活相談支援センター ☎57-7019
- 身体障がい者相談(身体障がい者相談員)  
問 斎浩史 ☎66-3828 田畑俊秀 ☎68-2113  
深浦昭雄 ☎66-0982 松下さえ子 ☎66-2424