

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2023 12月あらかれンダ- ※各日程の詳細はカレンダーの下をご確認ください。(11月15日現在)						1 ★母子健康手帳交付
3	4	5 ★育児相談	6	7 ■無料法律相談 ■行政相談	8 ★母子健康手帳交付	9
10	11	12	13 ■心配ごと相談	14	15 ★母子健康手帳交付	16
17	18	19	20 ★3歳児健診	21 ■無料法律相談 ■行政相談 ■献血 ★1歳6か月児健診	22 ★2歳児 歯科健診 ★母子健康手帳交付	23
24	25 ★6~7か月児クラス	26 ■年金相談	27	28	29	30
31	1/1 元日	2	3	4 ■無料法律相談 ■行政相談	5 ★母子健康手帳交付	6

■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
12/ 7(木)▶~12/6(水)
12/21(木)▶12/8(金)~12/20(水)
1/ 4(木)▶12/22(金)~12/28(木)
申 ☎63-1503

■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

■年金相談 ※要予約

時 10:00~15:00
場 市役所 11号会議室
申 ☎74-1612

■献血

時 9時30分~12時
場 有働病院
時 13時45分~16時
場 荒尾中央病院

★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

★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



★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



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

■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 田畑俊秀 ☎68-2113
松下さえ子 ☎66-2424

■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

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 せかいじんけん
第39回「世界人権デー」

しゃがい じゅぎょう ねん がつ
社会の授業で、1948年12月
とおか こくさいれんごうそうかい せかい
10日に国際連合総会で「世界
じんけんせんげん さいたく ひ
人権宣言」を採択した日だ
から、この日を「世界人権デー」と
おそ せかいじんけん
したと、教わったよ。

なぜ、採択したのかな。 ケン

それまでのふた せんそう とく
てい ひと じんけん
定の人たちへのひどい人権
しんがい けいけん
侵害があり、その経験から、
せかいへいわ きそ じんけん ほしょう
世界平和の基礎は、人権を保障す
ることだと考えたからだよ。

たし せんそう さいだい さべつ
確かに、戦争は最大の差別
じんけんしんがい
で人権侵害だものね。 ケン

つづ せんせい せかいじんけん
続いて先生は、「『世界人権
せんげん じんけん けんぽう
宣言』は人権の憲法みたい
なものです。だから荒尾市
では、12月に人権フェスティバル
をしている」と言ってたよ。

じんけんけいはつずいしんしつ
問 人権啓発推進室 ☎62-1313

食生活改善!
適切な質と量で
免疫力を高めよう。

うまか~
レシピ
vol.160 2023.12

健康長寿の願いが込められている「ごぼう」
鶏の八幡巻き

荒尾市食生活改善推進員協議会 ◆作り方◆

材料(3人分)
鶏もも肉……1枚
人参※ ……2本
ごぼう※ ……2本
※1cm角で鶏肉と同じ
長さの棒状にする
インゲン…2~4本
油……………小さじ1
だし汁…100cc
A 酒……………100cc
砂糖 ……小さじ1
B しょうゆ大さじ2
みりん…大さじ2

①野菜はすべて下茹でしておく。
②鶏肉は皮の部分にフォークで穴をあけておく。
③皮目を下にして、身の厚い部分を広げるよう
にして火の通りがよくなるように切り開く。
④肉の上に野菜を並べて置き、しっかりと巻く。
⑤タコ糸で縛る。
(煮ると縮むので少しきつめに巻く)
⑥フライパンに油を引き、表面がこんがりする
までよく焼く。
⑦Aを加え、フタをして、時々さいばしでコロ
コロと転がしながら、中火~強火で煮汁が
少なくなるまでよく火を通す。
⑧煮汁がごく少量になってきたらBを加え、強
火でコロコロと転がしながら照りをつけ、煮
汁がトロっとしたら、フタをして火を消す。冷
めるまで待ち、余熱で中まで火を通して好み
の厚さに切る。

〈1人分栄養量〉
▶エネルギー 282kcal
▶たんぱく質 15.4g
▶脂質 13.1g ▶塩分 1.9g

Check! おせち料理の八幡巻きには、ごぼうの見た目から、細く長く
幸せにという健康長寿の願いが込められています。冷凍保存ができるの
で、一度作っておくと食べたいときにすぐに食べることができ便利です。

テナント情報を毎月発信! 各店の魅力をご紹介します /
ゆめタウンシティモール テナント紹介

コムサイズム たなか
今月は、COMME CA ISM ゆめタウンシティモール店の田中店長が登場!

■どのようなお店ですか?
皆さまに支えられて26年。「ああ、美しき日本の暮らし」を
コンセプトに、ファッションや生活雑貨を展開しています。
昨年から正面玄関付近に移動して営業しています。

■店づくりで工夫していることは?
シンプルで飽きがこない、ベーシックなトレンド商品を中
心に揃えています。リーズナブルで普段使いしやすい商品
も揃えていますので、気軽に手に取っていただきたいです。

■おすすめ商品は?
ダウンコートがおすすめです。ふんわりしたシルエットで、
ボトムを選ばず幅広いコーディネートに活躍します。

撥水加工を施し
ているのも嬉し
いポイントです。

医療カレンダー



年末年始の診療医療機関

○… 終日(午前・午後)診療
△… 午前のみ診療

医療機関名	住所	電話	令和5年12月			令和6年1月		
			29日(金)	30日(土)	31日(日)	1日(月)	2日(火)	3日(水)
有明医療センター(24時間体制)	荒尾2600	☎63-1115	○	○	○	○	○	○
荒尾こころの郷病院	荒尾1992	☎62-0657	△					
荒尾中央病院	増永1544-1	☎64-1333				○*		
有働病院	万田475-1	☎62-1138	○					
新生翠病院	増永2620	☎62-0525	○		○*			
あだち内科胃腸科クリニック	本井手1558-95	☎65-8500	○					
荒尾駅前クリニック	大正町1-2-3	☎64-1895	○					
荒尾クリニック	荒尾600-3	☎63-1166	○	△				
荒尾脳神経外科医院	川登1921	☎65-6030						○*
伊藤医院	四ツ山町3-5-2	☎62-0405	○		○*			
牛島内科・消化器内科クリニック	一部904-1	☎64-2361	○	△				
江崎耳鼻咽喉科クリニック	荒尾2018-1	☎62-5533	△					
くどう小児科クリニック	東屋形4-2-1	☎64-5511	○					
くるみクリニック	荒尾813-1	☎62-1273	○					
こどもクリニック友枝	荒尾4160-256	☎65-8181	△	△				
さかた耳鼻咽喉科クリニック	緑ヶ丘2-4-1	☎69-3310	○	△				
田中良医院	平山2268-5	☎66-0666	△					
田宮医院	大島町3-4-44	☎62-0017	○				○*	
西整形外科医院	蔵満1859-1	☎68-2511	○					
西原クリニック	西原町1-4-24	☎62-0622	○					
西 良文医院	川登2050-8	☎66-2321	○					
ハビリス白千鳥クリニック	蔵満1858-1	☎57-7209	○					
ふじさわクリニック	四ツ山町3-6-3	☎64-2238	○				○*	
ふれあいクリニック	川登1761-24	☎68-6565	○	△				
まつおレディースクリニック	荒尾4160-257	☎66-3110	△					
松山医院	原万田462	☎62-0418	△	△				
緑ヶ丘クリニック	緑ヶ丘2-4-3	☎64-8007	透析のみ				透析のみ	
南整形外科医院	荒尾4544-25	☎64-2302	△					
本里内科	宮内724-1	☎64-0556	○					○*
山田クリニック	東屋形2-14-9	☎62-7722	○	○				
吉田整形外科クリニック	牛水670-6	☎62-6200	○					○*

- 詳しい診療時間は、各医療機関へお問い合わせください。
- やむを得ない事情で変更になる場合があります。受診する場合は、各医療機関へお問い合わせください。
- 眼科・歯科は32ページの「休日当番医」をご覧ください。 ■ ※は通常の休日当番医です。32ページをご覧ください。

！ 事前にお問い合わせの上、受診してください。

- 風邪の症状や発熱などがある場合は、医療機関にご確認ください。
 - 医療機関・担当医はやむを得ず変更になる場合があります。
 - 気象状況や自然災害などで、当番医が診療できない場合があります。
- ※ごく軽い症状で緊急性が少なくと思われる場合、平日の昼間の診療時間内に受診をするなどのご協力をお願いします。



【平日夜間】小児救急診療当番医

診療時間 19時～22時

お問い合わせ先

- 荒尾市医師会 ☎62-0072(昼間)
 - すこやか未来課 ☎63-1153(昼間)
 - 市役所……☎63-1111(夜間)
- ＜有明医療センター受診時の注意点＞
※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。
※担当医のオンコール制度(患者様の来院にあわせて待機中の医師が対応)を導入しています。担当医が有明医療センターの医師以外の場合、診察までにお待たせする場合があります。

■ 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 / ☎096-364-9999

日	曜日	施設名	住所	電話
1日	金曜	有明医療センター(友枝新一)	荒尾2600	☎63-1115
4日	月曜	有明医療センター(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
5日	火曜	有明医療センター(工藤弘志)	荒尾2600	☎63-1115
6日	水曜	松山医院	原万田462	☎62-0418
7日	木曜	有明医療センター(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
8日	金曜	有明医療センター(友枝新一)	荒尾2600	☎63-1115
11日	月曜	有明医療センター(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
12日	火曜	有明医療センター(工藤弘志)	荒尾2600	☎63-1115
13日	水曜	有明医療センター(本里雄一)	荒尾2600	☎63-1115
14日	木曜	有明医療センター(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
15日	金曜	有明医療センター(友枝新一)	荒尾2600	☎63-1115
18日	月曜	有明医療センター(工藤弘志)	荒尾2600	☎63-1115
19日	火曜	有明医療センター(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
20日	水曜	有明医療センター(田中健)	荒尾2600	☎63-1115
21日	木曜	有明医療センター(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
22日	金曜	有明医療センター(友枝新一)	荒尾2600	☎63-1115
25日	月曜	有明医療センター(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115
26日	火曜	有明医療センター(工藤弘志)	荒尾2600	☎63-1115
27日	水曜	有明医療センター(足達照之)	荒尾2600	☎63-1115
28日	木曜	有明医療センター(藤井績)	荒尾2600	☎63-1115



休日当番医

診療時間
外・内・眼…9時～17時
歯…9時～13時

※17時以降は有明医療センター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 ☎63-1153(平日)
 - 市役所……☎63-1111(土・日・祝)
- ※こ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
(有明医療センター東側)
☎ 63-2123
■ 毎日営業 8時30分～19時

種別

外…外科系 内…内科 小…小児科系
歯…歯科系 眼…眼科

日	曜日	種別	施設名	住所	電話
3日	日曜	外	ふじさわクリニック	四ツ山町3-6-3	☎64-2238
		内	あだち内科胃腸科クリニック	本井手1558-95	☎65-8500
		歯	ふるやしき歯科	増永1864-5	☎69-1181
		眼	佐藤眼科	大牟田市上屋敷町	☎0944-55-1100
10日	日曜	外	吉田整形外科クリニック	牛水670-6	☎62-6200
		内	松山医院	原万田462	☎62-0418
		歯	北野歯科医院	野原47-3	☎68-0190
17日	日曜	眼	塩谷眼科医院	大牟田市宮部	☎0944-52-5494
		外	荒尾脳神経外科医院	川登1921	☎65-6030
		内・小	田中良医院	平山2268-5	☎66-0666
		歯	工藤歯科医院	荒尾2668-5	☎62-3788
24日	日曜	眼	中山眼科医院	大牟田市吉野	☎0944-58-0028
		外	緑ヶ丘クリニック	緑ヶ丘2-4-3	☎64-8007
		小	くどう小児科クリニック	東屋形4-2-1	☎64-5511
29日	金曜	歯	ふくしま歯科クリニック	大島町3-3-11	☎62-1472
		眼	米の山病院	大牟田市歴木	☎0944-51-3311
		眼	諸岡眼科医院	大牟田市船津町	☎0944-51-9100
30日	土曜	眼	諸岡眼科医院	大牟田市船津町	☎0944-51-9100
		外	伊藤医院	四ツ山町3-5-2	☎62-0405
31日	日曜	内	新生翠病院	増永2620	☎62-0525
		歯	白井デンタルクリニック	西原町3-8-1	☎62-9277
		眼	小野眼科医院	大牟田市浄真町	☎0944-52-7705