

# 相談の窓口

相談は全て無料で、固く秘密を守ります。  
気軽にご相談ください。

## 福祉の相談

### 心配ごと相談 ★要予約

▶日時 5月10日(水) 午前9時30分～正午  
▶場所 総合福祉センター  
〒社会福祉協議会 ☎66-2993

### 女性福祉相談

▶日時 月・水・木・金曜 午前9時～午後3時  
※金曜は午後2時まで  
▶場所 子育て支援課  
〒子育て支援課 ☎63-1417

### 生活相談

生活に困っている、仕事が見つからないなど。  
▶日時 月～金曜 午前9時～午後4時  
▶場所 市役所1階 生活相談支援センター  
〒生活相談支援センター ☎57-7019

### 知的障がい者相談(知的障がい者相談員)

〒中嶋真也 ☎090-7580-3967  
中川さおり ☎68-2098

### 身体障がい者相談(身体障がい者相談員)

〒斎 浩史 ☎66-3828 深浦昭雄 ☎66-0982  
田畑俊秀 ☎68-2113 松下さえ子 ☎66-2424  
坂本留美子 fax 64-2094

### 精神保健相談 ★要予約

電話で予約日時を決定(原則第2・4水曜)  
▶場所 保健センター・市役所・有明保健所  
〒有明保健所 ☎72-2184

### 無料認知症相談 ★要予約

▶日時 5月11日(木)・25日(木) 午後2時～4時  
▶場所 地域包括支援センター  
〒地域包括支援センター ☎63-1177

### 認知症の人と家族のためのつどい

▶日時 5月20日(土) 午後1時30分～3時30分  
▶場所 玉名市文化センター  
〒認知症の人と家族の会 ☎096-223-5164

## 女性のための心の相談室

こ・こ・ろほっとルーム ★託児・相談どちらも要予約  
▶日時 火・水・木曜 午前10時～午後4時  
▶場所 働く女性の家(電話での相談もできます)  
〒働く女性の家(エポック・荒尾) ☎62-7770

## 子育ての相談

### 保育園の育児相談 ★要予約

▶日時 月～金曜 午後1時～4時  
▶場所 市内保育園  
〒市内各保育園・子育て支援課 ☎63-1417

### 家庭児童相談

▶日時 月・火・金曜 午前9時～午後4時  
▶場所 子育て支援課  
〒子育て支援課 ☎63-1417

## 少年指導センター ヤングテレホンあらか (電話相談)

学校や友だち、家庭や子どものことなど。  
▶日時 月～金曜(祝日以外) 午前9時～午後5時  
〒ヤングテレホンあらか ☎66-2214

## 消費生活センター 消費生活相談

▶日時 月・火・水・金曜 午前10時～正午、午後1時～4時  
▶場所 市役所1階 消費生活センター  
〒消費生活センター ☎63-1173

## 行政相談

▶期日 5月18日(木)・6月1日(木)  
▶時間/場所 午前10時～正午/市役所  
〒総合案内 ☎63-1503

## 無料法律相談 ★要予約

▶期日 ①5月18日(木) ②6月1日(木)  
▶時間/場所 午後1時～4時/市役所  
▶申込受付期間(先着8人)  
①5月17日(水)まで ②5月19日(金)～31日(木)  
〒総合案内 ☎63-1503

## 年金相談 ★要予約

▶日時 5月23日(火) 午前10時～午後3時  
▶場所 市役所11号会議室  
〒玉名年金事務所 ☎74-1612

## それゆけ! マジャッキー

国民生活センターです。個人情報  
が漏れているので  
NPO法人を紹介  
します  
国民生活センターを名乗る人物からの電話

紹介されたNPO法人に電話してみると...  
あなたの名前で買い物されています。  
お金を払わないと逮捕されますよ  
ええっ

お金を用意しなごや...  
絶対に渡し  
ちゃダメ!

国民生活センターから  
個人情報が漏れている  
という電話は  
絶対あり  
ません。  
気をつけて!

契約トラブルなどでお困りの場  
合は下記までご相談ください。  
〒消費生活センター  
☎63-1173

## 食が育む地域の力、未来の力～必ず食べよう朝ごはん～ うまか～レシピ vol.81



～おもてなしにも。  
食卓が華やかに～

## 中華風もち米蒸し

### ◆材 料 (8個分) ◆

- もち米……………1合
- 食紅……………少々
- シメジ……………1/2袋
- ニンジン……………1/3本
- 鶏ひき肉(豚も可) ……200g
- 酒……………小さじ1
- 塩……………小さじ1/2
- コショウ……………少々

栄養量 (1個分)  
▶エネルギー 118kcal ▶たんぱく質 5.8g  
▶脂質 3.3g ▶塩分 0.4g

- ### ◆作り方◆
- ①もち米は前日に洗い、半量は水に、半量は少量の食紅を溶かした水に浸しておく。
  - ②もち米をザルにあげ、水切りする。
  - ③シメジ、ニンジンをみじん切りにして、ひき肉と混ぜる。
  - ④酒、塩、コショウで味付けする。
  - ⑤8等分の団子状にする。
  - ⑥肉団子4個に白いもち米をまぶし、残りの肉団子4個に色付けしたもち米をまぶす。
  - ⑦クッキングシートを10cm角に8枚切り、シートの中央に1個団子を乗せて強火で20分蒸す。

### <食生活改善推進員の活動紹介①>

◎みそ汁の塩分濃度の測定をしています  
普段口にしていくみそ汁の塩分が濃いと、ご家庭の味付けも濃いかも  
しれません。測定希望の方は、ご連絡ください。  
〒保健センター ☎63-1133



荒尾市 Arao City  
面積 57.37 平方キロメートル  
市制施行 1942(昭和17)年4月1日

### 人の動き

3月末現在、外国人住民を含む。

人 口	53,675 人	(-210)
男 性	25,201 人	(-144)
女 性	28,474 人	(-66)
世 帯 数	24,153 世帯	(-3)

※( )内は前月比の増減

### 編集後記

新緑がまぶしい5月になりました。大型連休を楽しんでいる人も多いかもしれませんが、私と同じ仕事組はこの指とまれ(笑)お互い頑張ってくださいませ!

小・中学校の卒業式と入学式を取材しました。三つの卒業式では、堂々と卒業証書をもろう姿に、子どもたちのこれまでの頑張りが見えた気がしました。吹奏楽を演奏していた下級生の涙には、先輩と後輩の絆を感じ、心がほっこりしました。

府本小の入学式では、緊張しながらも、校長先生の式辞を一生懸命に聞く姿に感動。取材後、自分も入学式を思い出してしまいました。体育館での緊張、その後の初めて座った教室の机、これから続く16年の暗黒生活の始まりでした。エピソード1「ファンタム」の中「です。私が自分の中」のフォロワーを見出され、騎士となり、帝国に加わります。息子が倒されていくのか、次回に好期待! 嘘です(笑)(山本)

## リサイクル事業収集実績

〒環境保全課 ☎63-1370

地区	3月	
	リサイクル量(t)	地区還元金(円)
荒尾	20.7	26,195
万田	22.3	25,111
万田中央	7.7	11,723
井手川	5.0	7,604
中央	30.8	41,170
緑ヶ丘	14.7	19,322
平井	13.9	16,684
府本	8.3	9,740
八幡	19.0	26,690
有明	16.2	18,190
清里	10.5	11,031
桜山	12.3	12,183
合計	181.4	225,643

※リサイクル量を四捨五入していますので、合計が合わない場合があります。

## 人権標語

(平成28年度「解放文化祭」応募作品)

人間は個性があるから 緑ヶ丘小5年 坂本こうすけ

いじめない 有明小5年 猿渡しずく

みんなだね やさしさのバトン 平井小5年 松尾和紅

ともだちが もっともっと ふえたらいいな 有明小2年 にしむらいつき

## 今月の税

### 軽自動車税 固定資産税1期 納期限 5月31日(水)

納期限内に納めましょう  
□座振替の人は  
□座残高をご確認ください

納税ごよみを確認し  
一年間の納税計画を  
立てましょう

〒収納課  
☎63-1353・☎63-1362