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　6月14日㈬　午前9時30分～正午
▶場所　総合福祉センター
問社会福祉協議会　☎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
問子育て支援課　☎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
問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）
問中嶋真也　☎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）
問斎　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
問有明保健所　☎72-2184

無料認知症相談　★要予約
▶日時　6月8日㈭・22日㈭　午後2時～4時
▶場所　地域包括支援センター
問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　6月17日㈯　午後1時30分～3時30分
▶場所　長洲町中央公民館
問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）
問働く女性の家（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
問市内各保育園・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
問子育て支援課　☎63-1417

少年指導センター　ヤングテレホンあらお（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
問ヤングテレホンあらお　☎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
問消費生活センター　☎63-1173

行政相談

▶期日　6月15日㈭・7月6日㈭
▶時間／場所　午前10時～正午／市役所
問総合案内　☎63-1503

無料法律相談　★要予約

▶期日　❶6月15日㈭ ❷7月6日㈭
▶時間／場所　午後1時～4時／市役所
▶申込受付期間（先着8人）
❶6月14日㈬まで
❷6月16日㈮～7月5日㈬
問総合案内　☎63-1503

年金相談　★要予約

▶日時　6月27日㈫　午前10時～午後3時
▶場所　市役所11号会議室
問玉名年金事務所　☎74-1612

市の花　梨の花

市の魚　マジャク

市の木　小岱松

市の鳥　シロチドリ

人の動き

4月末現在、外国人住民を含む。

人口	53,636人	（－39）
男性	25,197人	（－4）
女性	28,439人	（－35）
世帯数	24,171世帯	（＋18）

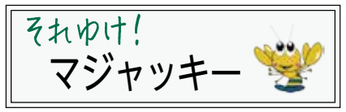
※（）内は前月比の増減

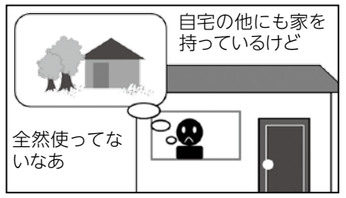
編集後記

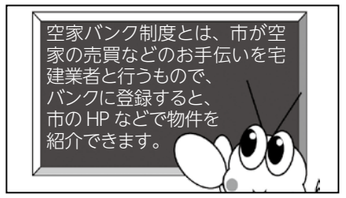
ついこの前正月を迎えたような気がしていますが、6月になり、季節はすっかり初夏となりました。またこの時期がやって来ますね、梅雨の時期が（泣）。食中毒が起こりやすい季節になりますので、食品を扱う時は注意してください。

大型連休中は多くのイベントを取材しました。万田坑市民まつり・里山マルシェ・岩本橋鯉のぼりまつり、どのイベントもたくさんの人でにぎわっていて、皆さんの楽しそうな表情で溢れていました。取材していて私も楽しくなり、テンション高めにシャッターを切っていました（笑）

6月といえば私の誕生月でもあるのですが、皆さんは自分の誕生日、まだ嬉しいですか？子どもの頃はあんなに嬉しかった特別な日も、今となってはまた年輪を一つ重ねてしまった…と憂う日に（笑）。年を重ねるごとに人間としての深みを増し、魅力的になっていきたいものですね。キリッ（山本）







空家バンク登録の条件など詳しくは17ページをご覧ください。
問建築住宅課空家対策推進室
☎63-1660

～作り置きのおかずにも～

アジの南蛮漬け

◆材　料（4人分）◆

アジ	200g
塩	少々
玉ネギ	80g
ニンジン	20g
ピーマン	1個
コショウ	少々
片栗粉	適量
Ⓐ 酢	大さじ4
Ⓐ 砂糖	大さじ3
Ⓐ 塩	小さじ1/2
Ⓐ 薄口しょうゆ	小さじ1/2
Ⓐ 赤トウガラシ	1本
揚げ油	適量

◆作り方◆

①アジは3枚おろしにして4切れにし、両面に軽く塩をふり10分置く。
②玉ネギは薄切り、ニンジンとピーマンは千切りにする。
③野菜は軽く湯通しする。ザルにあげ水気をしっかり切っておく。
④アジは水気をふき、両面にコショウをふり、片栗粉を薄くまぶす。
⑤Aを合わせよく混ぜる。
⑥170度の油で④を揚げ、一度取り出し、180度の油でもう一度揚げる。熱いうちに⑤に漬ける。野菜も一緒に漬ける。

栄養量（1人分）
▶エネルギー153kcal　▶たんぱく質10.2g
▶脂質8.8g　▶塩分0.8g

<食生活改善推進員の活動紹介②>
小学校の学年活動などで『おやこ料理教室』をしています。今年度は推進員の養成講座「栄養教室」が市で開講されます。一緒に活動しませんか。「栄養教室」の詳細は6ページをご覧ください。

キリトリ

リサイクル事業収集実績

問環境保全課　☎63-1370

地区	4月 リサイクル量（t）
荒尾	19.3
万田	18.6
万田中央	5.0
井手川	6.7
中央	39.6
緑ケ丘	21.7
平井	17.4
府本	10.9
八幡	18.8
有明	18.2
清里	12.2
桜山	11.9
合計	200.5

※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）

あいさつで　みんなみんなを　つなぐんだ
有明小4年　岡崎美怜（おかざきみれい）

友達は　一生ずっと　宝物
万田小5年　福島優太（ふくしまゆうた）

人と人　つなぎ花咲く　友の花
有明小6年　坂井俊次（さかいしゅんじ）

ともだちの　えがおをみると　うれしいな
緑ケ丘小1年　ほりりな

今月の税

市県民税1期
国民健康保険税1期
納期限6月30日㈮

納期限内に納めましょう
口座振替の人は
口座残高をご確認ください

納税が難しい場合は早めに
ご相談ください

問収納課
☎63-1353・☎63-1362