

# 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

**心配ごと相談室** ★要予約  
▶日時 1月23日(水) 午前9時30分～正午  
▶場所 総合福祉センター  
☎総合福祉センター ☎66-2993

**女性福祉相談**  
▶日時 月・水・木・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

**知的障がい者相談** (知的障がい者相談員)  
☎宮崎京子さん ☎62-1175  
☎北田輝子さん ☎68-5715

**身体障がい者相談** (身体障がい者相談員)  
☎斎浩史さん ☎66-3828  
☎深浦昭雄さん ☎66-0982  
☎田畑俊秀さん ☎68-2113  
☎松下さえ子さん ☎66-2424  
☎坂本留美子さん FAX 64-2094

**障がい者定期相談** ★1月9日(水)までに要予約  
知的・身体・精神に障害がある人とその家族が対象。  
▶日時 1月16日(水) 午前9時30分～11時30分  
▶場所 玉名市文化センター  
☎福祉課福祉係 ☎63-1406 FAX 62-2881

## 認知症相談 ★要予約

▶日時 第2・第4木曜 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

## 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・木・金曜 (祝日以外) 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 (祝日以外) 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

**子育てサポート相談**  
▶日時 月～金曜 (祝日以外)  
▶場所 万田保育園、清里保育園、保健センター  
☎万田保育園 ☎62-0597  
☎清里保育園 ☎68-4123  
☎保健センター ☎63-1133

**家庭児童相談**  
▶日時 月～金曜 (祝日以外) 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  
☎ヤングテレホンあらかお ☎66-2214

## 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 市役所内荒尾市消費生活センター  
☎荒尾市消費生活センター ☎63-1173

## 行政相談

▶日時 1月17日(木)、2月7日(木) 午前10時～正午  
▶場所 総合案内  
☎総合案内 ☎63-1503

## 無料法律相談 ★要予約

▶日時  
① 1月17日(木) ② 2月7日(木) 午後1時～4時  
▶予約受付期間 (先着8人)  
① 1月16日(水) まで  
② 1月18日(金)～2月6日(水)  
☎総合案内 ☎63-1503

## 年金相談

▶日時 1月22日(火) 午前10時～午後3時  
▶場所 市役所11号会議室  
☎健康生活課国保年金係 ☎63-1327

## ちょっと足をのびして

●福岡県近隣4市と情報交換●

### 柳川市

北原白秋没後70年カルチャラル柳川  
ふれあい文化事業

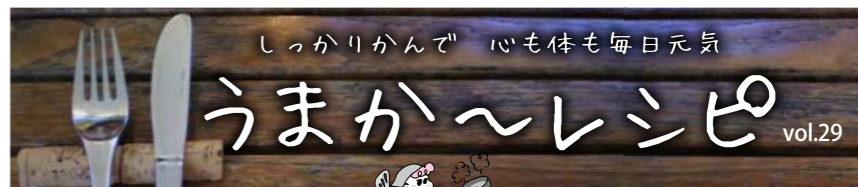
### ダ・カーポ結成40周年 記念コンサート

～野に咲く花のように～  
■日時 2月24日(日)  
午後1時30分 開場  
午後2時 開演  
■会場 柳川市民会館  
■入場料 (発売中)  
一般 2,000円  
高校生以下 1,000円  
※全席自由。当日券は各500円増。  
前売りで売り切れる場合があります。未就学児は入場できません。託児室(要予約)あり。  
☎柳川市生涯学習課文化係  
☎0944-77-8832

### 大川市

第31回古賀政男記念大川音楽祭

■日時 3月3日(日)  
正午 開演  
■会場 大川市文化センター  
■入場料  
※1月20日(日)午前9時～大川市文化センターで発売。翌日以降は古賀政男記念館で販売。  
A席…2,500円 B席…2,000円 (全席指定)  
☎古賀政男記念館  
☎0944-86-4133



◆ 荒尾市食生活改善推進員協議会 ◆

食改・平井地区  
城戸さんおすすめ

## タイのポテトサラダ盛り



### ◆作り方◆

- ①タイのウロコを取り、えらのところから内臓を取る。適量の酒と塩を両面に振っておく。
- ②タイを頭、真ん中、尻尾に3等分する。
- ③②を蒸し器に入れ20分くらい蒸す。
- ④蒸す間にポテトサラダを作る。
- ⑤レタスを敷いた盛り皿に、頭と尻尾を崩さないように盛る。
- ⑥タイの身の真ん中をほぐし、④のサラダに混ぜる。
- ⑦タイの身が空いた部分に⑥のサラダを盛って魚の形に整える。
- ⑧まわりに輪切りにしたレモン、ゆで卵、トマトなどを飾り、ポテトサラダのうえにゆで卵の黄身を散らす。

### ◆材料(7～8人分)◆

タイ (25～30cm ほど) …1尾  
レタス ……………3枚  
レモン ……………2個  
卵 ……………3個  
ミニトマト ……………5個  
塩・酒 ……………適量  
ポテトサラダの材料 ……適宜

▶エネルギー 180kcal ▶たんぱく質 14.5g  
▶脂質 10.9g ▶塩分 1.1g

### ～新年あけましておめでとうございます～

最近のおせち料理といえば、デパートやスーパーなどで購入されることが多くなっているようです。しかしその土地や家風によって、昔から受け継がれてきたわが家だけの特別な味があるのではないのでしょうか。今回のレシピは食生活改善推進員(食改さん)のおすすめで、お正月の食卓を華やかにする1品となっています。食生活改善推進員は、地域の行事へ参加したり、生活習慣病予防のための栄養教室を実施したり、各地区で活動しています。今年も「赤いエプロンの食改さん」が頑張ります。よろしくお願ひします。

## リサイクル事業収集実績

☎環境保全課 ☎63-1370

地区	11月	
	リサイクル量(t)	
荒尾	33.5	
万田	32.1	
万田中央	15.0	
井手川	9.8	
中央	35.7	
緑ヶ丘	20.9	
平井	16.3	
府本	12.3	
八幡	26.3	
有明	16.2	
清里	11.2	
桜山	21.7	
合計	251.0	

※地区還元金は3カ月に1度掲載します。

## 男女共同参画川柳

らしくより 人間らしい 個性みる  
町内会 母が会長 父は副  
尊敬が 明るい明日を つくり出す  
名コンビ パパが買物 ママ作る  
プロポーズ 僕が料理を 作ります  
認め合う 男と女 光ます  
エプロンも ベアで干してる 秋日和

(平成23年度「荒玉地域みんなできいきフォーラム」応募作品)

## 今月の税

市県民税4期  
国民健康保険税8期

納期限 1月31日(木)

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

☎収納課  
☎63-1353・☎63-1362

## あんしんあんぜん くらしのヒント

防火の心得！日頃から自分たちの地域を良く知り、非常時の避難ができるようにしましょう。また、非常用持ち出し袋も備えておきましょう。

## 荒尾市 Arao City

面積

57.15 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

11月末現在、外国人住民を含む。

人口	55,804人	(▲10)	※( )内は前月比の増減
男性	26,176人	(+3)	
女性	29,628人	(▲13)	
世帯数	24,126世帯	(+5)	

## 語り

KAIRU 編集後記

●あけましておめでとう  
でございます。昨年は新規採用で市役所に入り、右も左も分からぬまま広報紙づくりの荒波にもまれる日々でしたが、なんとか無事に新年を迎えることができました。●少しづつですが自分のやりたいことも考えられる余裕ができてきたので、今年は荒波にのってやる！くらいの気持ちで頑張っていきたいと思っております。●ホームページも担当しているので、広報紙とどちらにも充実させていける年にもしたいです。●(M)  
◆新年あけましておめでとうでございます。●昨年もたくさんの人との出会いがありました。ありがとうございます。●本年も待っている素敵な出会いと深まってくれ縁を築き、分りやすい広報紙をお届けしたいと思っております。●前向きに真摯に取り組めば、出会いや縁は最高のタイミングでやってくると思っております。あきらめず、謙虚に、しなやかに「よりよく変わっていく」1年にしたいと思っております。●(C)