

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 2月27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 ★2月13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 2月20日(水) 午前9時30分～11時30分
▶場所 長洲町保健センター
▶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

荒尾市消費生活センター 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 2月7日(木)、21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 ①2月21日(木)②3月7日(木) 午後1時～4時
▶予約受付期間(先着8人)
①2月8日(金)～20日(水)まで
②2月22日(金)～3月6日(水)
▶総合案内 ☎ 63-1503

年金相談

▶日時 2月26日(火) 午前10時～午後3時
▶場所 市役所43号会議室
▶健康生活課国保年金係 ☎ 63-1327

ちょっと足をのばして

●福岡県近隣4市と情報交換●

大川市

風浪宮大祭

「おふうろうさんまつり」で親しまれている筑後三大まつりの一つです。串柿市や植木市などの露店も並びます。2/9～11は西鉄柳川駅から参拝直行無料バスがあります。

■日時 2月8日(金)～11日(月)
▶風浪宮社務所 ☎ 0944-87-2154

みやま市

第2回九州平家伝説inみやま

平家伝説が残るみやま市山川町で開催されます。武者行列・上臈^{じょうろう}道中(10日)、平家の里ウオーキング(9日)、盆栽梅の展示販売などが行われます。

武者行列には俳優の田中健さんが出演予定です。

■日時 2月9日(土)～10日(日)
▶みやま市商工観光課 ☎ 0944-64-1523



▲下関から上臈が来場します。

※上臈(じょうろう)・・・身分の高い人や上級の女官、遊女などのこと



◆ 荒尾市食生活改善推進員協議会 ◆

フライパンで簡単

ミルククリームシチュー



◆ 材料 (2人分) ◆

特濃牛乳……………200ml
ベーコン……………20g
シメジ……………30g
タマネギ……………小1/2個
バター……………大さじ1/2
小麦粉……………大さじ1/2
塩・コショウ……………適宜
好みでブロッコリーなどの野菜
▶エネルギー 206kcal ▶たんぱく質 6.3g
▶脂質 13.4g ▶塩分 0.4g

◆ 作り方 ◆

①ベーコンとシメジ、好みの野菜を適当な大きさに切る。タマネギは1cm幅に切る。
②フライパンにバターを溶かし、具材を入れてしんなりするまで炒め、軽く塩・コショウをする。
③小麦粉をふり入れて全体を軽く混ぜ、牛乳を注ぐ。
④加熱してとろみがついたら塩・コショウで味を調える。

～カルシウムの豊富な牛乳～

カルシウムは、骨を作るために最も大切な栄養素です。牛乳は、カルシウムの量が多く含まれているだけでなく、吸収の面でも優れています。カルシウムの吸収率は、小魚33%、野菜19%に対し、牛乳は40%で最も良く吸収されます。牛乳200mlには約200mgのカルシウムが含まれていて、これで成人の一日の目標量(600～650mg)のおよそ3分の1を手軽にとることができます。体内では作り出せない栄養素なので、食品から補いましょう。

キリトリ



荒尾市 Arai 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

12月末現在、外国人住民を含む。		
人口	55,774人	(▲30)
男性	26,173人	(▲3)
女性	29,601人	(▲27)
世帯数	24,110世帯	(▲16)

※()内は前月比の増減

語り KAIRU 編集後記
●よく広報紙に地域の活動を取り上げて欲しいという声を聞きます●もし12地区がそれぞれどんな活動をしているかを紹介できたら、地域同士の刺激になったり、楽しみに見てもうったりできるのではないかと思います●紙面の都合ですが、地域の皆さまのまちづくりを応援したいです●協働のまちづくりが充実して、にぎわいある元気な荒尾になることを楽しみにしています●(M)
◆成人式を取材しました。新成人の皆さんに、心よりお祝い申し上げます◆小雨降る中でも多数の参加があり、会場は熱気に包まれていました●声をかけて撮影させてもらいましたが、全て載せられず残念です●撮影のお礼とお祝いの言葉を告げると、皆さん笑顔で「ありがとうございます」と清々しい声。大切な言葉をたくさん聞くことができました◆新成人の皆さんの将来に幸多きことを祈ります◆(C)

あんしんあんせん ぐらしのヒント

2月は荒尾市の「火災予防の月」。これから火災が発生しやすい気候になります。「消すまでは 出ない行かない、離れない」

人権標語

あいさつをして やさしい心を のばしていこう
ありがとう いつも支えてくれて ありがとう
荒尾海陽中三年 田畑綾乃
荒尾三中三年 高木萌
かんがえてみよう 相手の気持ちをね
荒尾四中二年 宮本大己

(第27回「解放文化祭」応募作品)

今月の税

固定資産税 4期
国民健康保険税 9期

納期限 2月28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
納められた税金は
明るいまちづくりのために
活用されます

▶収納課
☎ 63-1353・☎ 63-1362