

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18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 ☎62-1175 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 ☎64-2094
- 障がい者定期相談** ★3月11日(水)までに要予約
知的・身体・精神に障がいがある人とその家族が対象。
▶日時 3月18日(水) 午前9時30分～11時30分
▶場所 和水町役場(本庁)
☎福祉課福祉係 ☎63-1406 ☎62-2881
- 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 2月12日(木)・26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 2月21日(土) 午後1時30分～3時30分
▶場所 長洲町中央公民館
☎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

- 子育てサポート相談**
▶日時 月～金曜
▶場所 保健センター
☎保健センター ☎63-1133

- 家庭児童相談**
▶日時 月・火・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

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

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1階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

- ▶期日 2月5日(木)・19日(木)・3月5日(木)
▶時間/場所 午前10時～正午/総合案内
☎総合案内 ☎63-1503

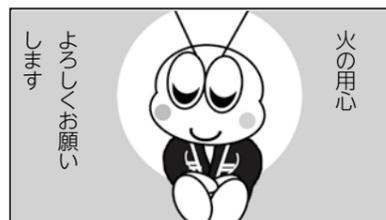
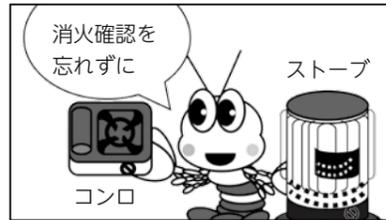
無料法律相談 ★要予約

- ▶日時 ①2月5日(木) ②2月19日(木)
③3月5日(木) 午後1時～4時
▶予約受付期間(先着8人) ①2月4日(水)まで
②2月6日(金)～18日(水)
③2月20日(金)～3月4日(水)
☎総合案内 ☎63-1503

年金相談 ★要予約

- ▶日時 2月24日(火) 午前10時～午後3時
▶場所 市役所43号会議室
☎玉名年金事務所 ☎74-1612

マジックキーと考える! あんしん あんぜん 暮らしのヒント



近頃、荒尾市内でも火災が頻発しています。しっかり注意しましょう!

うまか〜レシピ vol.54



〜家族が大絶賛するおいしさ! わが家の定番に〜
チーズと牛乳の洋風茶碗蒸し

- ◆材料(2人分)◆
牛乳……………150cc
卵……………1個
みそ……………小さじ1(6g)
とろけるチーズ(細切り) 15g
ブロッコリー……………小2房
無頭エビ……………2尾
- (1人分あたり)
▶エネルギー 231kcal ▶たんぱく質 30.2g
▶脂質 10.1g ▶塩分 0.6g

- ◆作り方◆
①ボールにみそを入れ、少しずつ牛乳を加えてのばす。
②卵は別のボールに溶き、①を加えながらなめらかにする。
③器にチーズ、ブロッコリー、エビを入れ、②を注ぐ。
④湯気のたった蒸し器に入れ、強火で1分間、その後弱火で12分間蒸す。

Point!
和食に乳製品をプラスすると、いいこといっぱい!
今回は牛乳とチーズの旨味・コクがよくマッチした推進員オリジナルレシピです。牛乳とチーズのコクのおかげで、少ない塩分ですみ、カルシウムも摂取でき、和食の欠点を見事に補っています。牛乳臭さはありません。具はブロッコリーのほか、旬の食材であるほうれんそう、春菊、わかめやあさりなど好きな具材でアレンジしてくださいね。



人の動き

平成26年12月末現在、外国人住民を含む。

人口	54,817人	(-37)
男性	25,781人	(-25)
女性	29,036人	(-12)
世帯数	24,150世帯	(-12)

※()内は前月比の増減

5語 KATARU 編集後記

●先月、3年目の消防出初式の取材に行きました。●消防車パレード、放水玉落としや煙が充満したテントを抜ける体験施設など、来場者を楽しませる工夫がされていて、年々面白さが増しているように感じました。●司会の方も上手でしたし、放水玉落とし競技の声援も朝の寒い気温を感じさせないくらい熱気がありました。●ふんどしで盛り上げる団員さんを見て、まるでお祭り騒ぎ(笑)撮影していても楽しかったです。(前広)

◆県広報コンクールで昨年2月号の表紙「万田坑D・K・LIVE」と昨年2月号の組み写真「荒尾市消防出初式」が入賞しました。◆万田坑の写実は全国コンクールへも出品されます。◆いつも温かく見守ってくださる市民の皆さんのおかげです。◆ありがとうございます。◆これを励みにいっそう努力します。◆生まれて2度目のインフルエンザになりました。◆しかし、37度までしか上がりません(笑)強い体に産んでくれた両親に感謝です★(毎態)

リサイクル事業収集実績

☎環境保全課 ☎63-1370

地区	12月	10月～12月
	リサイクル量(t)	地区還元金(円)
荒尾	28.8	135,238
万田	25.0	117,812
万田中央	9.7	48,140
井手川	7.2	35,924
中央	33.1	169,953
緑ヶ丘	19.4	87,051
平井	13.9	71,768
府本	11.3	46,963
八幡	23.2	120,409
有明	17.0	82,737
清里	11.1	53,438
桜山	16.5	72,139
合計	216.2	1,041,572

人権標語

(平成25年度「解放文化祭」応募作品)

思いやる 心と心が ベストフレンド
万田小5年 稗島歩飛

勇気もつ あなたの笑顔 見たいから
荒尾四中1年 荒尾あみ

「遊ぼうよ」 友だち作りの かけ言葉
荒尾四中1年 倉野尾成美

おもてなし 優しい心は 裏にある
海陽中3年 大仁田詠一

今月の税

固定資産税 4期
国民健康保険税 9期

納期限 3月2日(月)

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

☎収納課
☎63-1353・☎63-1362