

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 3月11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 3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 3月21日(土) 午後1時30分～3時30分
▶場所 玉東町福祉センター
☎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

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 3月5日(木)・19日(木)・4月2日(木)
▶時間/場所 午前10時～正午/総合案内
☎総合案内 ☎63-1503

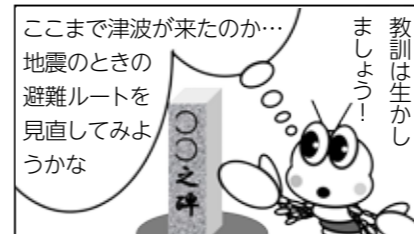
無料法律相談 ★要予約

▶日時 ①3月5日(木) ②3月19日(木)
③4月2日(木) 午後1時～4時
▶予約受付期間(先着8人) ①3月4日(水)まで
②3月6日(金)～18日(水)
③3月20日(金)～4月1日(水)
☎総合案内 ☎63-1503

年金相談 ★要予約

▶日時 3月24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

マジックキーと考える! あんしん 暮らしのヒント



震災の記憶・教訓を胸に、これからの災害にしっかり備えていきましょう!

うまか〜レシピ vol.55

◆ 荒尾市食生活改善推進員協議会 ◆



〜春だけのおいしさ〜 春キャベツでロールキャベツ

◆ 材 料 (2人分) ◆

- 春キャベツ..... 4枚
- 玉ねぎ..... 1/2個
- バター..... 小さじ1/2
- 合いびき肉..... 150g
- 塩..... 小さじ1/6
- こしょう..... 少々
- スープ(コンソメ2/3個)..... 200cc

◆ 作り方 ◆

- ①キャベツはやぶれないように1枚ずつはがし、ゆでてザルにとる。
- ②玉ねぎはみじん切りにし、バターで炒めて冷ます。肉に塩こしょうと玉ねぎを入れよく混ぜ、4等分にする。
- ③キャベツで②のタネを包む。
- ④鍋に③を入れ、スープを入れて弱火で20分ほど煮込む。

(1人分あたり)
▶エネルギー 231kcal ▶たんぱく質 16.2g
▶脂質 13.5g ▶塩分 1.5g

Point!

キャベツの上手なはがし方

- ①キャベツの芯をくり抜き、沸騰したお湯に入れる。
 - ②キャベツの外側の葉から火が通った順に氷水に落とす。
- ※少量の葉を使用する場合は、くり抜いた部分から流水を入れるとはがれやすくなります。



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

1月末現在、外国人住民を含む。

人 口	54,791 人	(- 26)
男 性	25,771 人	(- 10)
女 性	29,020 人	(- 16)
世帯数	24,145 世帯	(- 5)

※()内は前月比の増減

言語
KATARU 編集後記

●荒尾には文化・歴史・自然・観光など魅力がいっぱいありますが、最近ではスポーツも荒尾の魅力だなぁと感じています。●有明高校の体操や陸上、荒尾高校のラグビー、乗松さんの車いすラグビーなど、全国や海外で活躍する人たちが明るい話題をたくさん提供してくれています。●サッカーで有名な長崎の国見町の街灯がサッカーボールの形をしているように、荒尾もスポーツの面からもまっすぐ伸びていくといいですね!(前広)

◆広報紙の作り方は自治体で異なりますが、荒尾市では専用のソフトを使い、印刷以外の全ての作業を職員が行っています。◆そのため、編集作業にパソコンは欠かせないものですね。けれど、最近、やたらとパソコンの調子が悪いんです(泣) 普段できていたことが急にできなくなると「当たり前」のありがたみが身にしみます。◆それはどんなことにも当てはまる大切なこと。でも、こんな忙しいときじゃなくても、と思う向春の侯◆(毎熊)

リサイクル事業収集実績

☎環境保全課 ☎63-1370

地区	1月	
	リサイクル量(t)	
荒尾	31.1	
万田	29.8	
万田中央	13.3	
井手川	8.8	
中央	51.7	
緑ヶ丘	21.3	
平井	11.3	
府本	8.5	
八幡	23.0	
有明	14.6	
清里	11.0	
桜山	16.7	
合計	241.1	

人権標語

(平成25年度「解放文化祭」応募作品)

楽しい毎日 みんなで遊ぶ 昼休み
緑ヶ丘小4年 山下源氏
命とは 笑顔で過ごそう みんなでね
有明小6年 本山勇貴
命とは 簡単にはいかない
府本小6年 西川咲良
ありがとう 笑顔広がる おまじない
海陽中3年 元松壮汰

今月の税

国民健康保険税 10期

納期限 3月31日(火)

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

☎収納課
☎63-1353・☎63-1362