

# 相談の窓口

## 福祉の相談

### 心配ごと相談室 ★要予約

▶日時 8月12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

### 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  
〒生活相談支援センター ☎57-7019

### 障がい者相談 ★要予約

▶日時 8月19日(水) 午前9時30分～11時30分  
▶場所 長洲町保健センター  
▶申込締切 8月12日(水)  
〒福祉課福祉係 ☎63-1406 FAX 62-2881

### 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)

〒齋 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  
〒有明保健所 ☎72-2184

### 無料認知症相談 ★要予約

▶日時 8月27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 8月22日(土) 午後1時30分～3時30分  
▶場所 文化センター  
〒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

### 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 消費生活センター  
〒消費生活センター ☎63-1173

## 行政相談

▶期日 8月6日(木)・20日(木)・9月3日(木)  
▶時間/場所 午前10時～正午/市役所  
〒総合案内 ☎63-1503

## 無料法律相談 ★要予約

▶期日 ①8月6日(木) ②8月20日(木) ③9月3日(木)  
▶時間/場所 午後1時～4時/市役所  
▶申込受付期間(先着8人)  
①8月5日(水)まで  
②8月7日(金)～19日(水)  
③8月21日(金)～9月2日(水)  
〒総合案内 ☎63-1503

## 年金相談 ★要予約

▶日時 8月25日(火) 午前10時～午後3時  
▶場所 市役所31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



興味のある人は36ページもご覧ください。  
〒暮らしいきいき課交通防災係 ☎63-1335

キリトリ

## 食が育む地域の力、未来の力～必ず食べよう朝ごはん～ うまか～レシピ vol.60

◆ 荒尾市食生活改善推進員協議会 ◆



### いつものそうめんをアレンジ ジャージャーそうめん

#### ◆ 材 料 (2人分) ◆

そうめん…………… 2束  
豚ひき肉…………… 150g  
きゅうり、長ネギ …… 各 1/2 本  
にんにく…………… 1/2 片  
豆板醤…………… 小さじ 1/2  
酒…………… 大さじ 1

酒、酢…………… 各大さじ 1/3  
すり白ごま 大さじ 1 と 1/2  
砂糖…………… 大さじ 1  
しょうゆ…………… 大さじ 1/2

塩、こしょう…………… 各少々  
ごま油…………… 大さじ 1/3  
みつば、もしくは貝割れ大根 …… 適量

(1人分あたり)  
▶エネルギー 450kcal ▶たんぱく質 21.0g  
▶脂質 17.0g ▶塩分 3.2g

#### ◆ 作り方 ◆

- ①長ネギ、にんにくをみじん切りに、きゅうりはせん切りにする。
- ②ごま油を熱したフライパンで、ネギ・にんにく・豆板醤を炒め、香りがたったら、ひき肉と酒を加えて、肉の色が変わるまで炒める。
- ③②にたれの材料を順に加え、塩・こしょうをふって、さらに炒める。
- ④茹でて水気を切ったそうめんを器に盛り、③の肉みそをかけて、せん切りしたきゅうりをのせる。あれば、みつば、もしくは貝割れ大根をのせる。

食生活改善推進員は調理実習・健康づくりの講話・おやこ料理教室など食を通して、健康づくりのお手伝いをしています。

〒保健センター ☎63-1133

キリトリ



市の花 梨の花 市の魚 マジャク



市の木 小袋松 市の鳥 シロチドリ



荒尾市 Arao City

面積 57.37 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

6月末現在、外国人住民を含む。

人 口	54,492 人	(- 14)
男 性	25,601 人	(- 24)
女 性	28,891 人	(+ 10)
世 帯 数	24,215 世帯	(+ 14)

※( )内は前月比の増減

### ● 編集後記

◆今月号では戦争を特集しました◆取材を通して、戦争体験者の多くが、子や孫に戦争の話をしたことがないと言われ、驚きました◆思い出すだけですが、初対面の私に話していただき、とてもありがたかったです◆子どもの頃、戦争体験者の話を聞くことがたまにありました◆しかし、今、聞きたいと思っても、もう話してくれる人が亡くなっていることも◆皆さんの周りに体験者がいるのであれば、今のうちにお話を聞いてみてはいかがでしょうか◆(毎熊)

### ● 今月の表紙

◆表紙の男の子は一小6年の古賀裕也君◆荒尾二造市民の会・山代さんのお孫さんです◆平和への思いを込めて、お祈りをしてみました◆



## リサイクル事業収集実績

〒環境保全課 ☎63-1370

地区	6月	
	リサイクル量(t)	地区還元金(円)
荒尾	19.0	127,884
万田	24.1	116,090
万田中央	5.7	39,123
井手川	6.9	36,653
中央	43.7	181,891
緑ヶ丘	16.2	88,143
平井	10.4	80,900
府本	8.7	43,748
八幡	26.4	116,263
有明	16.3	69,571
清里	9.9	49,444
桜山	12.1	69,586
合計	199.2	1,019,296

※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26年度「解放文化祭」応募作品)

おもしろい みんながもてば うれしいな  
いじめをね やる子はみんな きらわれる  
どうしたの? 話してごらん 碓川天海  
有明小5年 松本ひなた  
一人じゃないよ 仲間だよ  
有明小5年 北口はる

## 今月の税

市 県 民 税 2 期  
固 定 資 産 税 2 期  
国 民 健 康 保 険 税 3 期

納期限 8月31日(月)

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