

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 ★要予約**
▶日時 11月13日(水) 午前9時30分～正午
▶場所 社会福祉協議会 相談室
〒社会福祉協議会 ☎66-2993
- 女性福祉相談**
▶日時 月・水・木・金曜 午前10時～午後3時
▶場所 すこやか未来課 (保健センター内)
〒すこやか未来課 ☎63-1143

- 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
- 知的障がい者相談 (知的障がい者相談員)**
〒中嶋真也 ☎090-7580-3967
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 Fx 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 11月14日(木)・28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 11月16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

- 家庭児童相談**
▶日時 月～金曜 午前9時～午後4時
▶場所 すこやか未来課 (保健センター内)
〒すこやか未来課 ☎63-1143

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
Eメール ksidou@city.arao.lg.jp

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 11月21日(木)・12月5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 ①11月21日(木) ②12月5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)
①11月8日(金)～11月20日(木)まで
②11月22日(金)～12月4日(木)まで
〒総合案内 ☎63-1503

年金相談 ★要予約

- ▶日時 11月26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

それゆけ! マジャッキー



プレミアム付商品券は、市内の登録店で使えるお得な商品券だよ



詳しい内容は25ページにあります。
〒産業振興課商工・企業誘致推進室 (プレミアム付商品券事業対策窓口) ☎57-7622

うまか〜レシピ vol.111 2019.11



- 梨酢ドレッシングのサラダ**
- ◆材料 (2人分)◆
海藻ミックス 2g
レタス 60g
赤・黄パプリカ 各10g
キュウリ 1/4本
梨 20g
みりん 小さじ1
しょうゆ 小さじ1
梨酢 小さじ1
(一人分栄養量)
▶エネルギー 26kcal ▶たんぱく質 0.8g
▶脂質 0.1g ▶塩分 0.5g
- ◆作り方◆
①海藻ミックスを水で戻す。
②みりんは小鍋で煮たてる。(レンジでも可)
③②にしょうゆ、梨酢を加え、混ぜる。
④レタスは一口大にちぎり、パプリカは薄切りにする。キュウリは輪切り、梨は食べやすい大きさに薄切り。
⑤④と①を器に盛り、③をかけて出来上がり。

Check!
梨酢は荒尾産のジャンボ梨「新高」が使われています。荒尾市観光物産館などで購入できます。梨酢がないときは、穀物酢や梨をすりおろしたものと酢を混ぜたもので代用ができます。



荒尾市 Arai 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 9月末現在、外国人住民を含む。

人口	52,322人	(7)
男性	24,707人	(13)
女性	27,615人	(-6)
世帯数	24,170世帯	(24)

※()内は前月比の増減

編集後記
最近の荒尾は暑い! っ て気温じゃなくて、スポーツです。ラグビーW杯は荒尾高校出身の流大選手が大活躍し、有明高校野球部の浅田選手もドラフト会議で横浜DeNAの指名を受ける快挙を達成。全国ニュースで荒尾の字を見つけるとうれし い限りです。個人的にはこんな幸運も。お笑い芸人の間寛平さんの番組収録取材でたんず(詳細は公式フェイスブックに掲載中)。「誰がサルやねん!」の振りをしたかったのですが、絞り出した言葉は「ナイトスクープ 見てます。数々の失言に周囲を困惑させてきた山本も、肝心な時にその力を発揮せず。相変わらず本番に弱いなあ(山本)」
朝夕は肌寒くなり、すっかり秋になったなと感じます。秋といえば、スポーツ・芸術・食など何をされるにもいい季節ですよ。皆さんはどんな秋を過ごされますか。最近、言葉の使い方をよく指摘される私は「読書の秋」に力を入れたらと思っています。(井上)

リサイクル事業収集実績

〒環境保全課 ☎63-1370

地区	9月	7~9月
	リサイクル量 (t)	地区還元金(円)
荒尾	38.3	110,930
万田	20.3	94,145
万田中央	8.6	40,553
井手川	6.4	27,430
中央	30.0	151,669
緑ヶ丘	11.8	68,084
平井	18.0	61,792
府本	9.0	37,893
八幡	23.2	104,945
有明	20.8	71,024
清里	11.3	46,759
桜山	17.6	58,810
合計	215.2	874,034

※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30年度「解放文化祭」応募作品)

親切に みんなえがおで、 明るい道へ
有明小3年 かつらぎたくま

変わる君 言葉は心 あらわすよ
八幡小5年 小柳彩音

いじめはね したらいけない どこでもね
清里小4年 土尾隼平

沢山の 愛と優しさで 人は育つ
岱志高校3年 田上叶恵

今月の税

国民健康保険税 6期

納期限 12月2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
納期限内の納付書は市民サービスセンターでも取り扱いできます。午前10時30分～午後7時(土日・祝日含む)に納付書をご持参ください。

〒収納課
☎63-1353 ☎63-1362