

# 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 12月11日(水) 午前9時30分～正午  
▶場所 社会福祉協議会 相談室  
▶電話 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)  
▶電話 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  
▶電話 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)

▶電話 中嶋真也 ☎090-7580-3967  
▶電話 中川さおり ☎68-2098

### 身体障がい者相談 (身体障がい者相談員)

▶電話 斎浩史 ☎66-3828 深浦昭雄 ☎66-0982  
▶電話 田畑俊秀 ☎68-2113 松下さえ子 ☎66-2424  
▶電話 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  
▶電話 有明保健所 ☎72-2184

### 無料認知症相談 ★要予約

▶日時 12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  
▶電話 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 12月21日(土) 午後1時30分～3時30分  
▶場所 荒尾総合文化センター  
▶電話 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)  
▶場所 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  
▶場所 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)  
▶電話 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  
▶電話 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  
▶電話 消費生活センター ☎63-1173

## 行政相談

▶期日 12月19日(木)  
▶時間/場所 午前10時～正午/市役所  
▶電話 総合案内 ☎63-1503

## 無料法律相談 ★要予約

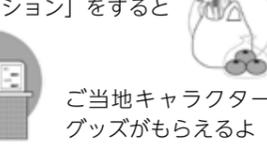
▶期日 12月19日(木)  
▶時間/場所 午後1時～4時/市役所  
▶申込受付期間 (先着8人)  
12月6日(金)～12月18日(水)まで  
▶電話 総合案内 ☎63-1503

## 年金相談 ★要予約

▶日時 12月24日(火) 午前10時～午後3時  
▶場所 市役所 11号会議室  
▶電話 玉名年金事務所 ☎74-1612

それゆけ! マジャッキー 

「有明圏域物産館めぐり」  
4市2町でスタンプラリーをしよう!  

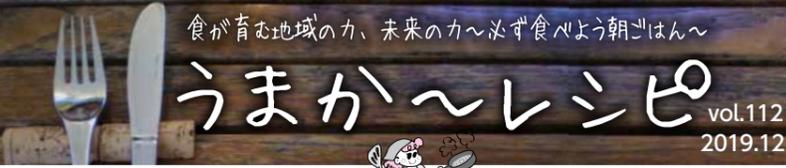

買い物や施設見学などの  
「+ ミッション」をすると  
 ご当地キャラクター  
グッズがもらえるよ

スタンプとシールを  
全て集めると...  


抽選で豪華賞品が  
当たるかも!  
わくわく 

「有明広域物産館めぐり」スタンプ  
ラリーの詳しい内容は21ページを  
ご覧ください。  
▶電話 産業振興課 ☎63-1421

キリトリ

食が育む地域の力、未来の力へ必ず食べよう朝ごはん～  
うまか～レシピ vol.112 2019.12  
 荒尾市食生活改善推進員協議会



驚くほどやわらかジューシー  
**ごまの照り焼きチキン**

◆材料 (2人分)◆  
鶏むね肉……………1枚 (300g)  
酒……………大さじ2/3  
みそ……………大さじ2/3  
しょうゆ……………大さじ2/3  
みりん……………大さじ2/3  
砂糖……………小さじ1  
ごま油……………小さじ1  
片栗粉……………小さじ2  
すりごま (白) ……大さじ2  
にんにく……………少々  
赤唐辛子……………1本 (輪切り)  
サラダ油……………小さじ2  
白ごま……………適量  
シソ……………お好みで  
こねぎ……………お好みで  
(一人分栄養量)  
▶エネルギー 325kcal ▶たんぱく質 39.1g  
▶脂質 12.5g ▶塩分 1.8g

◆作り方◆  
①鶏肉は皮を取り棒状に切る。  
②ボウルにAを混ぜ、鶏肉を入れて  
もみ込む。15分以上つけておく。  
③フライパンにサラダ油を熱し、鶏  
肉を並べる。蓋をして時々返しながら  
中火で4～5分焼く。  
④鶏肉に火が通ったら蓋を取り、少  
し火を強めて水分をとばす。  
⑤器に盛って白ごまをふる。  
⑥お好みでシソやこねぎを盛る。

Point!  
片栗粉と調味料を混ぜたものに  
鶏むね肉を漬け込むだけで、加熱  
してもパサつきません。

キリトリ



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  
10月末現在、外国人住民を含む。

人口	52,276人	(-46)
男性	24,701人	(-6)
女性	27,575人	(-40)
世帯数	24,175世帯	(5)

※( )内は前月比の増減

### 編集後記

のばらさんの節頭と風流、二つの伝統芸能は「映える写真」が撮りやすく、カメラマンに大人気の。数々の猛者たちとの戦いの先に栄光のシャッターチャンスがあります。他の撮影に夢中で場所取りを忘れていた私は、そこに暮らしていました。そこに天の声が、「兄ちゃん、こっち来んな。広報はぼっち撮らんな」と。写真を撮るのも同士の優しさに感動。人生半人前の山本、譲り合いの大切さを学び、一歩前進です。(山本)

「いつも季節のことばかりだよね」と同期から後記へのためだしが…。隔々まで読んでくれてるんだな、との思いと、後記にも向けられる厳しい目にも、気持ちを新たに頑張り、思いを新に頑張り、思いを書いた。その瞬間、荒尾でジャニーズの某グループのライブが行われていたんです！午前中にたまたま寄った文化センターには、平日のナンバークラッシュの車とグッズの列が。人販売の長蛇の列が。人気がついでついで。(井上)

リサイクル事業収集実績  
▶電話 環境保全課 ☎63-1370

地区	10月	
	リサイクル量(t)	
荒尾	26.8	
万田	23.4	
万田中央	8.0	
井手川	5.7	
中央	34.4	
緑ヶ丘	16.0	
平井	12.4	
府本	10.6	
八幡	18.3	
有明	11.2	
清里	9.2	
桜山	12.5	
合計	188.4	

※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)

さかせよう みんなの笑顔を いっぱいに  
有明小5年 塚本夢叶

あいさつは やさしい気持ち つくりだす  
平井小4年 瀬戸空音

人と人 みんなつながる 助け合う  
八幡小5年 前田陸斗

差別なし 心の声を 分かります  
有明高校3年 田中若葉

今月の税

固定資産税3期  
国民健康保険税7期  
納期限 12月25日(水)

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。

▶電話 収納課 ☎63-1353 ☎63-1362