

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 4月8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・火・水・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

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 4月9日(水)・23日(水) 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

※4月は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止します。
〒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

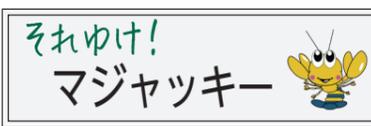
▶期日 4月16日(水)・5月7日(水)
▶時間/場所 午前10時～正午/市役所
〒総合案内 ☎63-1503

無料法律相談 ★要予約

▶期日 ①4月16日(水) ②5月7日(水)
▶時間/場所 午後1時～4時/市役所
▶申込受付期間 (先着8人)
①4月3日(金)～4月15日(水)まで
②4月17日(金)～5月1日(金)まで
〒総合案内 ☎63-1503

年金相談 ★要予約

▶日時 4月28日(水) 午前10時～午後3時
▶場所 市役所 21号会議室
〒玉名年金事務所 ☎74-1612



駐車場の利用に必要なハートフルパスは、市役所で交付できます。詳しくは21ページをご覧ください。
〒福祉課福祉係 ☎63-1406

キリトリ



みんなで巻き巻きしよう!
肉巻き串

(一人分栄養量)
▶エネルギー 146kcal ▶たんぱく質 5.6g
▶脂質 10.7g ▶塩分 0.6g

◆材料 (2人分)◆
豚バラ薄切り肉 …… 60g
えのき …… 15g
エリンギ …… 23g
いんげん …… 40g
ミニトマト …… 2個
塩 …… 少々
コショウ …… 少々
しょうゆ …… 小さじ1
みりん …… 小さじ1
酒 …… 小さじ1
砂糖 …… 小さじ1/2

◆作り方◆
①豚バラ薄切り肉は半分の長さに切って、塩コショウをする。
②えのき、エリンギ、いんげんは半分の長さに切る。
③②とミニトマトを①で巻き、竹串にさす。
④フライパンを熱し、③を並べ、焼き目がついたら、ふたをして蒸し焼きにする。
⑤ボウルにAを合わせ、④に入れ、煮からめる。

Check!
アスパラ、たまねぎ、長ネギなど季節の野菜を巻いてもおいしいです。家族で好きな材料を巻き、ホットプレートで焼いて楽しめます。

キリトリ



人の動き

2月末現在、外国人住民を含む。

人口	52,135人	(-56)
男性	24,658人	(-21)
女性	27,477人	(-35)
世帯数	24,176世帯	(-10)

※()内は前月比の増減

リサイクル事業収集実績

〒環境保全課 ☎63-1370

地区	2月	
	リサイクル量(t)	
荒尾	20.3	
万田	14.5	
万田中央	5.3	
井手川	3.5	
中央	31.8	
緑ヶ丘	18.1	
平井	13.1	
府本	9.0	
八幡	20.1	
有明	15.1	
清里	8.4	
桜山	11.5	
合計	170.7	

※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

(令和元年度「解放文化祭」応募作品)

「大丈夫」 その一言で 救われる
有明高校1年 園田涼華

一人から 世界に発信 思いやり
八幡小6年 岩尾凱斗

いじめやさべつを みんなでなくそう
有明小5年 石橋陸翔

いのちある すべてのものが なかまです
有明小1年 こうじなみや

今月の税

納税のご案内

市税・国民健康保険税の納め忘れはありませんか

5～6月は新年度の納税通知書が届きます
1年間の納税計画を立てましょう
納税が難しい場合は早めにご相談ください

〒収納課
☎63-1353 ☎63-1362

編集後記

今月号も無事完成しホッと一息。新型コロナウイルスの影響でギリギリまで紙面が決まらずヒヤヒヤしました▼熊本には「アマビエ」という妖怪がいるそうです。特徴は、地面まで伸びる髪、くちばし状の口、下半身はうろこに覆われ、足が3本あるというもの。海から現れ「疫病が流行したら私の姿を描いて人々に見せよ」と言ったとされ、疫病の沈静化に効果があるかも!? ネットで話題に。コロナの終息を願って広報担当者も描いてみました。広い心で見てくださいね(井上)

井上女史の誘いでアマビエのお絵描きに挑戦。自身の絵心に茫然自失となるも、井上女史の芸術性の高さに一安心しました笑▼自粛ムードが先行するコロナに、気持ちだけでもコロナに打ち勝とうとする人々、概の現れなのかなと思っ、遊びとはいえず素敵ですね▼参加者の笑顔あふれた海苔の手すき体験。こんなイベントを取材できる日が戻ることを願うばかりです。熊本の某市長にあやかり私も最後に一言、「コロナのバカリーッー」

(山本)

山本作: アマビエ