

# 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 5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・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 5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**  
※5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 6月4日(木) ※5月は中止します。  
▶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 ①5月21日(木) ②6月4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)  
①5月8日(金)～5月20日(水)まで  
②5月22日(金)～6月3日(水)まで  
〒総合案内 ☎63-1503

## 年金相談 ★要予約

▶日時 5月26日(火) 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

## それゆけ! マジャツキー

就職が決まったけど、  
お給料で奨学金返済まで  
できるか不安だなあ

それならピッタリな  
制度があるよ!

わか者の輝くスタートを荒尾市が応援!  
年間に返済した金額の2/3を  
3年間支援します!

なんだかやれそうな  
気がする!

新生活の強い味方! 詳しくは20  
ページをご確認ください。  
〒産業振興課商工・企業誘致推  
進室 ☎63-1432

## 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



**おやこ料理教室でも大人気!**  
シャキシャキ食感がおいしい  
**照り焼き  
れんこんバーグ**

(一人分栄養量)  
▶エネルギー 249kcal ▶たんぱく質 13.1g  
▶脂質 13.4g ▶塩分 1.4g

◆材料 (2人分)◆  
鶏ひき肉……………120g  
乾燥芽ひじき……………2g  
れんこん……………25g  
たまねぎ……………25g  
酒……………小さじ1  
塩……………0.7g  
片栗粉……………小さじ1  
サラダ油……………大さじ1/2  
醤油……………小さじ2  
砂糖……………小さじ2  
みりん……………小さじ2  
酒……………大さじ1と小さじ1  
付け合わせ  
ブロッコリー……………60g  
トマト……………1/2個

◆作り方◆  
①芽ひじきは軽く洗い、水で戻し、  
水気を切っておく。れんこんは5mm  
角に、たまねぎはみじん切りにする。  
②ブロッコリーは小房に分けゆでる。  
トマトは8等分のくし形に切る。  
③ボウルに鶏ひき肉とAを入れ、よ  
くこねる。粘り気が出たら、①を加  
え混ぜて、小判型に丸める。  
④フライパンにサラダ油を熱し③を焼  
く。焼き色が付いたら裏返し、ふた  
をして弱火で6分焼く。余分な油を  
キッチンペーパーでふき、混ぜたB  
を加え、照りが出るまで煮からめる。  
⑤皿に④を盛り付け、②を添える。



**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 3月末現在、外国人住民を含む。

|     |          |        |
|-----|----------|--------|
| 人口  | 51,910人  | (-225) |
| 男性  | 24,544人  | (-114) |
| 女性  | 27,366人  | (-111) |
| 世帯数 | 24,156世帯 | (-20)  |

※( )内は前月比の増減

**編集後記**  
食改さんの取材のため2月に万田小のおやこ料理教室へ。みんなの邪魔になりながらパシャパシャ写真を撮っていると「広報の人に」と余ったご飯で作ったおにぎりをもらいました。とってもおいしかったです(井上) 人生、出会いもあれば別れもある。経験値の少ない山本です。それが世の常だと理解しています。この度、広報担当を卒業させていただくことになりました。書けない、撮れない、レイアウトできない、の無い無いづくしで始まった広報人生。多くの人の支えで4年間を乗り切れました。感謝の気持ちでいっぱいです。加えて、取材に協力していただいた皆さん。拙い取材にもかかわらず、親切かつ丁寧に対応してくださりました。現在は新しい部署に来て一カ月、空回りしつつも努力を続ける毎日です。後任の井上女士の活躍にご期待ください。 (山本)

## リサイクル事業収集実績 環境保全課 ☎63-1370

| 地区   | 3月         | 1～3月     |
|------|------------|----------|
|      | リサイクル量 (t) | 地区還元金(円) |
| 荒尾   | 23.5       | 67,938   |
| 万田   | 21.7       | 59,582   |
| 万田中央 | 5.0        | 21,279   |
| 井手川  | 6.0        | 15,695   |
| 中央   | 23.3       | 94,893   |
| 緑ヶ丘  | 15.9       | 44,347   |
| 平井   | 12.9       | 36,223   |
| 府本   | 8.3        | 24,226   |
| 八幡   | 19.3       | 58,198   |
| 有明   | 11.2       | 38,457   |
| 清里   | 10.7       | 26,678   |
| 桜山   | 14.0       | 35,133   |
| 合計   | 171.7      | 522,649  |

※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)

いやなこと したらすぐに ごめんねと  
有明小5年 岡澤彩香  
ふわふわ言葉で 温まろう  
中央小6年 平川陽斗  
いじめはね あなたの勇気で とめられる  
八幡小4年 江藤聖奈  
やさしさは みんなの心を 変えるもの  
八幡小6年 藏本千音

## 今月の税

**軽自動車税1期  
固定資産税1期**  
**納期限 6月1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