

# 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 8月12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・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)  
▶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  
▶FAX 坂本留美子 FAX64-2094

### 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 8月13日(水)、27日(水) 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 ★要予約

▶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  
▶電話 認知症の人と家族の会 加統 ☎78-5713

## 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)  
▶電話 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  
▶電話 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 8月20日(水)・9月3日(水)  
▶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 ①8月20日(水) ②9月3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)  
①8月7日(金)～8月19日(水)まで  
②8月21日(金)～9月2日(水)まで  
▶電話 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 21号会議室  
▶電話 玉名年金事務所 ☎74-1612

## それゆけ! マジャツキー



いつまでも健康な歯で楽しむために。詳しくは9ページをご覧ください。▶保険介護高齢者医療係 ☎63-1420

## うまか〜レシピ vol.120 2020.08

食が育む地域の力、未来の力〜必ず食べよう朝ごはん〜



## 簡単 手作りおやつ フルーツ牛乳寒天

- ◆材料 (4人分)◆
- 水……………200cc
  - 砂糖……………20g
  - 粉寒天……………4g
  - 牛乳……………200cc
  - 水……………200cc
  - 砂糖……………36g (大さじ2)
  - みかん缶汁……………100cc
  - いちご……………4個
  - みかん (缶詰) ……60g
- ◆作り方◆
- ①水、砂糖、粉寒天を小鍋に入れ、1分くらい煮立てる。  
※よく溶かすこと!
  - ②①に温めた牛乳を加え、底の平らな器に入れて冷やし固める。ひし形に切り、器から外す。
  - ③Aを小鍋に入れて火にかけ、煮て溶けたら冷ます。
  - ④いちごを食べやすく切り、みかんと②とともに器に盛る。③をかけたらできあがり。

暑さで食欲がなくなる夏は、そうめんやうどんだけといった炭水化物に偏りがちです。不足する栄養を補うために、肉や魚、卵などのたんぱく質を多く含む食品とビタミン、ミネラルを含む野菜を足しましょう。



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	51,897人	(-18)
男性	24,536人	(+1)
女性	27,361人	(-19)
世帯数	24,244世帯	(+24)

※( )内は前月比の増減

### 編集後記

7月6日から降った雨は荒尾に大きな被害を残さず、お見舞い申し上げます。大雨は一夜で、水の景色を大きく変え、知らされました。その中で、災害ボランティア活動が、多くの人々が集まっていました。グループで行った作業、初対面の人たちもよく行われる様子に、私も復旧に向けて自分も来ることやっています(井上)。

緊急事態宣言が解除され、小中学校等も再開し、矢先に豪雨災害が発生し、改めて「普通の日常」の大切さを痛感しました。▼休みの日に災害ボランティアに参加させていた家屋を見て、被災された方々から、お見舞い申し上げます。県内各所から来た熱心なボランティアの方々の姿を見ることができました(田村)。

## リサイクル事業収集実績

▶環境保全課 ☎63-1370

地区	6月		4~6月	
	リサイクル量(t)	地区還元金(円)	リサイクル量(t)	地区還元金(円)
荒尾	26.5	60,189	26.5	60,189
万田	17.3	46,183	17.3	46,183
万田中央	8.6	23,173	8.6	23,173
井手川	5.4	13,367	5.4	13,367
中央	33.2	97,082	33.2	97,082
緑ヶ丘	16.2	48,351	16.2	48,351
平井	9.5	31,712	9.5	31,712
府本	6.8	20,371	6.8	20,371
八幡	27.0	52,444	27.0	52,444
有明	12.6	36,178	12.6	36,178
清里	8.3	23,718	8.3	23,718
桜山	12.0	30,584	12.0	30,584
合計	183.5	483,352	183.5	483,352

※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)

人権と わるぐち  
わがままあなた 八幡小6年 上田友菜

今日も明日も 毎日笑顔で 中央小6年 ひらかわりくろ

人はみな 支えてもらい 有明小5年 香田光稀

生きる 有明小1年 しまもとゆうせい

かなしいね かけくち

## 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。
- 口座振替の人は口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。土日・祝日も午前10時30分～午後7時まで開いていて便利です。

▶収納課  
☎63-1353 ☎63-1362