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11日㈬　午前9時30分～正午
▶場所　社会福祉協議会　相談室
問社会福祉協議会　☎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）
問すこやか未来課　☎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
問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）
問中嶋真也　☎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）
問斎　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　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
問有明保健所　☎72-2184

無料認知症相談　★要予約
▶日時　11月12日㈭、26日㈭　午後2時～4時
▶場所　地域包括支援センター
問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　11月21日㈯　午後1時30分～3時30分
▶場所　玉東町福祉センター
問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）
問働く女性の家（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
問市内各保育園・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）
問すこやか未来課　☎63-1143

少年指導センター　ヤングテレホンあらお（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
問ヤングテレホンあらお　☎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
問消費生活センター　☎63-1173

行政相談

▶期日　11月19日㈭・12月3日㈭
▶時間／場所　午前10時～正午／市役所
問総合案内　☎63-1503

無料法律相談　★要予約

▶期日　❶11月19日㈭ ❷12月3日㈭
▶時間／場所　午後1時～4時／市役所
▶申込受付期間（先着8人）
❶11月6日㈮～11月18日㈬まで
❷11月20日㈮～12月2日㈬まで
問総合案内　☎63-1503

年金相談　★要予約

▶日時　11月24日㈫　午前10時～午後3時
▶場所　市役所　21号会議室
問玉名年金事務所　☎74-1612

市の花　梨の花

市の魚　マジャク

市の木　小岱松

市の鳥　シロチドリ

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

9月末現在、外国人住民を含む。

人　口	51,793人	(－9)
男　性	24,517人	(＋11)
女　性	27,276人	(－20)
世帯数	24,241世帯	(＋34)

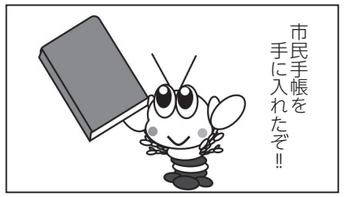
※()内は前月比の増減

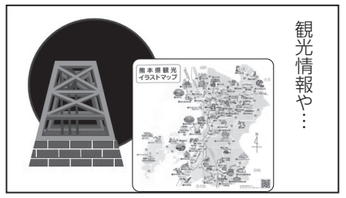
編集後記

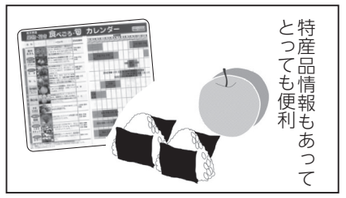
裏表紙の北五反田公園は、3月に遊具が新しくなってから早く皆さんにお伝えしたいと思っていたのですが、コロナ禍の中、紹介するタイミングを見計らっているうちに秋に。やっとお届けできてうれしく思います。密閉とは無縁な空間で思いっきり体を動かすのは気持ちよさそうですよね▼私もそろそろ出かけてみようかな♪と思い、2時間かけてコスモス畑へ…コロナの影響で咲いていませんでした(泣)。皆さんもお出かけの際は事前調査をお忘れなく（井上）

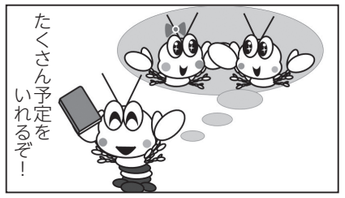
急に寒くなって急遽衣替えをしました。いつの間にこんなに寒くなったのか？コロナの影響でイベントが少なくなり、例年より季節感を感じる機会が減ったせいかもしれません▼広報作成に携わっていると先の行事予定を目にしますが、そんな中にはもう12月のものも。寒いわけだと思いつつ、あらためて気を引き締め、体調管理に努めたいと思います（田村）

それゆけ！マジャッキー





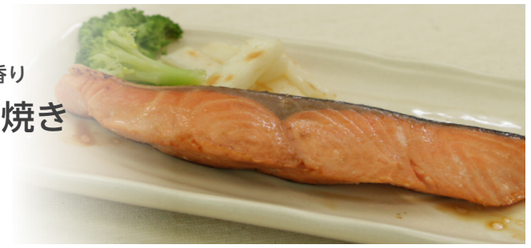




荒尾の情報盛りだくさん。お買い求めはお早めに。
問文化企画課行革統計係
☎57-7184

キリトリ

◆荒尾市食生活改善推進員協議会◆



優しいゆずの香り
鮭の幽庵（ゆうあん）焼き

◆材　料（2人分）◆

	鮭	2切れ
Ⓐ	醤油	大さじ1/2
Ⓐ	酒	大さじ1/2
Ⓐ	みりん	大さじ1/2
Ⓐ	ゆず果汁	適量
	長芋	60g
	サラダ油	少量
	ゆずの皮（千切り）	少々

（一人分栄養量）
▶エネルギー149kcal　▶たんぱく質19.1g
▶脂質3.7g　▶塩分1.0g

◆作り方◆
①鮭とAをビニール袋に入れ、時々裏返しながら、冷蔵庫で1～2時間漬け込む。
②長芋は長さ4～5㎝、1㎝角の棒状に切る。
③フライパンにサラダ油を薄くひいて、鮭を両面弱火で焼く。長芋も一緒に焼く。
④鮭に火が通ったら、皿に鮭と長芋を盛り、ゆずの皮を飾る。

check!
幽庵焼きとは「幽庵地」につけておいた魚を焼いた料理のことを言います。幽庵地とは、同量の醤油・酒・みりんで作った調味液に柚子やカボスの輪切りや果汁を入れた漬けダレのことです。
幽庵焼きのポイントは弱火でじっくり焼くこと。強火で焼くと焦げやすいので、弱火で目を離さないようにして焼くのがコツです。
鮭のほかに、タイ・ブリ・サワラ・タラ・サバ、鶏肉でもおいしいです。脂の多いものは調味料が染み込むのに時間がかかります。

キリトリ

リサイクル事業収集実績

問環境保全課　☎63-1370

地区	9月 リサイクル量（t）	7～9月 地区還元金(円)
荒尾	25.9	10,327
万田	23.3	9,320
万田中央	7.4	3,045
井手川	4.7	2,207
中央	14.9	16,646
緑ケ丘	16.0	9,943
平井	8.6	6,624
府本	9.4	3,649
八幡	20.4	9,518
有明	10.0	6,498
清里	8.8	6,586
桜山	11.5	5,044
合計	160.9	89,407

※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）

ともだちに　言えてスッキリ　ありがとう
有明小5年　峠（たお）まさと

ありがとうの　花を　咲かせよう
中央小6年　松尾悠杏（まつおゆあ）

友達は　けんかもするけど　たからもの
八幡小4年　満平葵（みつひらあおい）

絶対に　がいけんだけで　差別だめ
八幡小6年　小柳彩音（こやなぎあやね）

今月の税

国民健康保険税　6期
納期限11月30日㈪

●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。

問収納課
☎63-1353　☎63-1362