

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14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)

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

身体障がい者相談 (身体障がい者相談員)

▶相談員 斎浩史 ☎66-3828 深浦昭雄 ☎66-0982
▶相談員 田畑俊秀 ☎68-2113 松下さえ子 ☎66-2424

精神保健相談 ★要予約

電話で予約日時を決定 (第1～4火曜)
▶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 4月8日(木)、22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 ★要予約

▶日時 4月17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 ★要予約

▶日時 火・水・金曜 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
※4月30日(金)は休み

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
▶場所 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 4月15日(木)・5月6日(木)
▶時間/場所 午前10時～正午/市役所
▶電話 総合案内 ☎63-1503

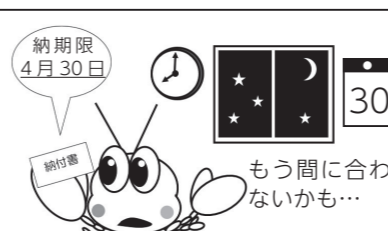
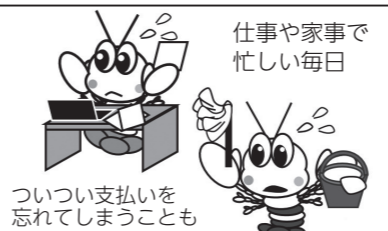
無料法律相談 ★要予約

▶期日 ①4月15日(木) ②5月6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)
①4月2日(金)～4月14日(水)まで
②4月16日(金)～4月30日(金)まで
▶電話 総合案内 ☎63-1503

年金相談 ★要予約

▶日時 4月27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



休日や夜間も、時間を気にせず支払いができます。詳しくは裏表紙をご確認ください。
▶電話 会計課 ☎63-1621

食が育む地域の力、未来の力～必ず食べよう朝ごはん～ うまか～レシピ vol.128 2021.4



- 春キャベツの甘味がおいしい
塩焼きそば
- (一人分栄養量)
▶エネルギー 494kcal ▶たんぱく質 20.3g
▶脂質 13.9g ▶塩分 2.6g
- ◆材料 (2人分)◆
やきそば麺……………2玉
豚もも薄切り肉……………100g
春キャベツ……………80g
人参……………30g
ニラ……………40g
もやし……………80g
ニンニク(みじん切り)…少量
生姜(みじん切り) ……少量
酒……………大さじ1と1/2
みりん……………小さじ1
鶏ガラの素……………小さじ2/3
塩……………小さじ1/3
しょうゆ……………小さじ1
粗びき黒こしょう……………少々
- ◆作り方◆
①麺は電子レンジであたためておく。
②キャベツは一口大のザク切り、人参は薄切り、ニラは4cm長さに切る。もやしは洗って水気を切る。
③フライパンに油を入れ、ニンニク、生姜を加え、中火で豚肉を炒め、肉の色が変わったら、キャベツ、人参、もやしの順に入れて炒めていく。
④麺をほぐしながら加え、(A)を入れて全体に絡める。
⑤最後にニラを加え、サッと炒める。お好みで黒こしょうをかける。

check!
「食べるって楽しい!」を育む、「親子クッキング」。
子どもはキャベツを手でちぎったり、盛りつけをしたりすることが大好き。一緒に作るいつもの食事が子どもにとって新鮮なものに変わります。「作るのが楽しい!」「いいにおい!」など、「楽しい気持ち」が「食べたい」を生みます。親子で食を楽しみましょう。



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
2月末現在、外国人住民を含む。
人 □ 51,567人 (-45) ※(内は前月比の増減)
男性 24,420人 (-9)
女性 27,147人 (-36)
世帯数 24,203世帯 (-2)

編集後記

広報担当になり丸2年が経ちました。昨年度はコロナによる被災状況など、辛い話題をお届けすることが多かったです。そんな中でも、取材に向かい、こちらが元気で勇気に、荒尾は頑張る人たちを市民の皆さんにお伝えできたと思っています。そのためには課題が山積み(汗)一つ一つ解消して、良い広報紙が作れるよう頑張ります(井上)

広報紙に携わるようになって、あっという間に1年が過ぎてしまいました。写真の技術はまったく進歩せず、たくさんのお写真や画像が増えていきました。写真の技術はまったく進歩せず、たくさんのお写真や画像が増えていきました。写真の技術はまったく進歩せず、たくさんのお写真や画像が増えていきました。

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	16.3	
万田中央	7.9	
井手川	4.9	
中央	28.2	
緑ヶ丘	15.6	
平井	8.9	
府本	6.7	
八幡	21.2	
有明	10.7	
清里	12.5	
桜山	11.1	
合計	164.4	

※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。

春の全国交通安全運動

交通ルールを守り、正しい交通マナーを実践して交通事故の防止に努めましょう。
●実施期間 4月6日(火)～4月15日(木)
4月10日(土)は、「交通事故死ゼロ」を目指す日
●運動の重点
①子供と高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
②自転車安全利用の推進
③歩行者等の保護を始めとする安全運転意識の向上

▶防犯安全課消防交通係 ☎63-1395

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