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　7月14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

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　7月8日㈭、22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
映画上映会を開催（詳しくは県ホームページを参照）
※地域の集まりは中止します。
問認知症の人と家族の会　迦統　☎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）
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　7月15日㈭・8月5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　❶7月15日㈭　❷8月5日㈭
▶時間／場所　午後1時～4時／市役所
▶申込受付期間（先着8人）
❶7月2日㈮～7月14日㈬まで
❷7月16日㈮～8月4日㈬まで
問総合案内　☎63-1503

年金相談　★要予約

▶日時　7月27日㈫　午前10時～午後3時
▶場所　市役所　11号会議室
問玉名年金事務所　☎74-1612

ジンちゃん・ケンちゃんと考える 人権のいろいろ

第10回「外国人のくらし」

ジン　ケンちゃんの祖父ちゃんが、この前、二人の外国の人と学校に来てたけど、何しよらしたと？

ケン　祖父ちゃんは区長だけど、ハザードマップば見て、「近所の外国の人は、自分の国の言葉で書いてないけん、地震や台風の時に避難する所とか分からんどね。」って言いなはった。

ジン　そら、そうね。

ケン　そっで、祖父ちゃんがその人たちの会社に電話して、会社の通訳の人が、避難場所とかを教えなはったて。

ジン　そら安心ね。

ケン　それでも心配した祖父ちゃんが、一緒に避難場所の学校まで行きなはったつたい。

問人権啓発推進室　☎62-1313

◆ 荒尾市食生活改善推進員協議会 ◆

～いつものそうめんと ひと味違う～

カラフルそうめん

◆材　料（4人分）◆

そうめん（乾）	400 g
鶏もも肉	160g
干ししいたけ	小4枚
人参	1/4本
オクラ	4本
きゅうり	1/4本
コーン（ゆで）	40g
Ⓐ だし	400cc
Ⓐ 醤油	大さじ2
Ⓐ みりん	大さじ2
Ⓐ 酒	小さじ1
Ⓐ 砂糖	小さじ1/2

（一人分栄養量）
▶エネルギー 425kcal　▶たんぱく質 16.5g
▶脂質 7.2g　▶塩分 2.1g

◆作り方◆
①鶏もも肉はひと口大のそぎ切りにし、干ししいたけは水で戻して薄切りにする。
②鶏もも肉と干ししいたけを（A）で煮て冷ましておく。
③人参は2mm厚さの半月切り（飾り切り）にしてゆでる。
④オクラはゆでて小口切りにする。
⑤きゅうりは千切りにする。
⑥そうめんをゆでて氷水で冷やし、器に盛る。
⑦鶏肉・しいたけを汁ごとかけ、野菜を飾る。

check!
いつものそうめんに一工夫で、栄養バランスがいい、おいしいそうめんができます。そうめんだけだと、野菜やたんぱく質が不足します。具をのせることで、作って楽しい、できあがりがかわいい、みんなの気持ちが明るくなる1品になります。

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

5月末現在、外国人住民を含む。

人口	51,208人	(－63)
男性	24,241人	(－36)
女性	26,967人	(－27)
世帯数	24,152世帯	(－26)

※()内は前月比の増減

編集後記

豪雨から1年。今回特集を作るにあたり、さまざまなお話を聞かせていただきました。豪雨当日のこと、その後のことなど、皆さんに見ていただき、防災について考えるきっかけにしてもらえればと思います▼私自身、今までは取材日の天気を気にするくらいでしたが、これからの時期は日頃から天気予報をチェックして、万全な備えをしたいと思います（井上）

豪雨災害から1年が経とうとしております。昨年は豪雨、台風と緊張する場面が続きました。梅雨にも入り、昨年の経験から気を引き締めなければと感じます。しかし、今年は何事もなく、楽しい情報を広報紙に掲載できればと思います。（田村）

例年より早く梅雨入りが宣言され、雨天の日も多くなりました。湿気の多い雨の日は気分も滅入りがちですが、雨音やカエルの鳴き声を聞いていると、なぜか夜の寝つきは良いので意外に好きでもあります。皆さん、雨の日は好きですか？（吉光）

リサイクル事業収集実績

問環境保全課　☎63-1370

地区	5月 リサイクル量(t)
荒尾	23.6
万田	13.7
万田中央	10.1
井手川	3.8
中央	29.7
緑ケ丘	12.9
平井	13.1
府本	6.4
八幡	24.5
有明	9.4
清里	11.2
桜山	11.6
合計	170.0

※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。

「愛の血液助け合い運動」

熊本県では、7月を「愛の血液助け合い運動」期間として、県民の皆さんに献血の呼びかけを行っています。

夏場は長期の休みや暑さにより、献血者が減少することが心配されます。今までに献血の経験がない人も、ぜひ、この機会に献血へのご協力をお願いします。

初めて献血にご協力いただいた人には『オリジナルタオル』を差し上げます。（9月30日まで）

けんけつちゃん

ご協力をお願いします！

©2010 熊本県くまモン

問すこやか未来課　☎63-1153

今月の税

国民健康保険税　2期

納期限8月2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。
●使用期限内の納付書は市民サービスセンター、コンビニエンスストア、スマートフォンアプリでもお支払いいただけます。

問収納課
☎63-1353　☎63-1362