2021 12月 あらおカレンダー

※11月15日現在予定されている行事です。
日程などはやむを得ず変更になる場合があります。

★ 印のついた母子保健事業の詳細は
ホームページをご確認ください・・・・▶
●予約・問／すこやか未来課
保健センター　☎63-1153

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2 **母子健康手帳交付★** ①9:00 ②9:50 ③10:40 保健センター ※3日前迄予約 **☎63-1153** **無料法律相談** 13:00～16:00 市役所 ※要予約 申込12/1まで **☎63-1503** **行政相談** 10:00～12:00 市役所	3	4
5	6	7 **育児相談★** 受付 10:00～10:45 保健センター ※3日前迄予約 **☎63-1153**	8 **心配ごと相談** 9:30～12:00 社会福祉協議会 相談室 ※要予約 **☎66-2993** **離乳食教室★** 受付 13:40～14:00 中央公民館 ※1週間前迄予約 **☎63-1153**	9	10	11 **ふたつ星★** 受付 9:50～10:00 中央公民館 ※1週間前迄予約 **☎63-1153**
12 	13	14 **母子健康手帳交付★** ①9:00 ②9:50 ③10:40 保健センター ※3日前迄予約 **☎63-1153**	15 **3歳児健診★** 文化センター	16 **献血** 9:30～12:00 有働病院 13:45～16:00 荒尾中央病院 **無料法律相談** 13:00～16:00 市役所 ※要予約 申込12/3～15 **☎63-1503** **行政相談** 10:00～12:00 市役所 **1歳6か月児健診★** 文化センター	17 **2歳児歯科健診★** 文化センター	18
19	20	21	22	23 **母子健康手帳交付★** ①9:00 ②9:50 ③10:40 保健センター ※3日前迄予約 **☎63-1153**	24	25
26	27	28 **年金相談** 10:00～15:00 市役所11号会議室 ※要予約 **☎74-1612**	29	30 **献血** 10:00～12:00 13:15～16:00 あらおシティモール	31	1/1 元日

ジンちゃん・ケンちゃんと考える 人権のいろいろ

第15回「それぞれに応じた学び」

ジン：今日、ある人が教室で「支援学級に通っているAさんが教わる算数は、簡単でよかね。」って言っていた。

ケン：それを聞いて、どう思ったと？

ジン：嫌な気持ちになった。言った人にとっては「簡単」かもしれないけど、Aさんにとっては難しいかも。

ケン：やっている勉強の違いはあるけど、それが個性とか特性じゃないかな。

ジン：「Aさんの頑張り」を分かり合うことが大切だと思う。

ケン：こんな一人ひとりのできる、できないの違いを認め合うことが、なかまだよね。

問 人権啓発推進室　☎62-1313

キリトリ

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.136 2021.12

荒尾市食生活改善推進員協議会

～ 1/2日分の野菜がとれる ～
きのことトマトの煮込みハンバーグ

材料（2人分）

ソース
- ニンニク（みじん切り）10g
- オリーブ油 ……小さじ2
- 玉ねぎ（スライス）……80g
- しめじ ……50g
- えのき（3cmに切る）‥50g
- トマト（1cm角カット）‥1個
- 水 ……100ml
- Ⓐ トマトケチャップ　大1
- Ⓐ 砂糖 ……小1/2
- Ⓐ コンソメ ……2/3個

ハンバーグ
- 合いびき肉 ……120g
- 玉ねぎ（みじん切り）100g
- 卵 ……1/2個
- 塩コショウ・ナツメグ　少々
- パン粉 ……大さじ5
- 牛乳 ……40ml

◆作り方◆

①フライパンにオリーブ油を入れ、ニンニクを弱火で炒め、玉ねぎ（ソース用）・しめじ・えのき・トマトの順に具材を加え中火で炒める。
②全体に火が通り、しんなりしたら水とⒶを加えフタをして5分程煮る。
③パン粉に牛乳を入れ、ふやかす。
④ボールに合いびき肉・玉ねぎ（ハンバーグ用）・卵・塩コショウ・ナツメグ・③を入れ、よくこねる。
⑤こねたハンバーグを2個に分け、小判型に成形する。
⑥別のフライパンでハンバーグを両面焼き色がつくように焼く。（※後で煮込むため、完全に火を通さなくてよい）
⑦②にハンバーグを入れ、フタをして10～15分弱火で煮込む。

〈一人分栄養量〉▶エネルギー330kcal ▶たんぱく質 17.9g ▶脂質 18.1g ▶塩分 1.5g

Check!

1人分で、厚生労働省が推奨する1日の野菜摂取量（350g）の1/2以上（220g）を摂ることができ、野菜不足の方におすすめです。野菜のうま味がぎゅっとつまったソースでハンバーグと相性ばっちりです。

キリトリ

それいけ 地域おこし協力隊！

地域おこし協力隊 活動便り Vol.62

荒尾市地域おこし協力隊員の
活動内容や活動予定をお伝えします。

今回は…
堀 隊員
農業振興担当

SNSで荒尾の魅力や情報を発信しています！
Facebook　Instagram

協力隊ゆるキャラ「ナシエル」

唐揚げにしても美味しい里芋

今月は「有機栽培」を実践している農家さんの元で、里芋の収穫を行いました。「有機栽培」とは、科学的に合成された肥料・農薬を使用せずに行う農業のことです。
里芋は煮物にしていただくのが一般的ですが、私は小ぶりの里芋を、にんにく・酒・めんつゆなどで味をつけて、唐揚げにしていつも食べています。ぜひ一度、お試しください！

▲里芋の栽培風景

▲収穫した里芋

年末年始　平日夜間小児救急　休日当番医

医療カレンダー

風邪の症状や発熱などがある場合は、医療機関に電話確認して受診してください。
医療機関はやむを得ず変更になる場合があります。事前にお問い合わせください。

年末年始の診療医療機関

○… 終日（午前・午後）診療
△… 午前のみ診療

医療機関名	住所	電話	令和3年12月			令和4年1月		
			29日（水）	30日（木）	31日（金）	1日（土）	2日（日）	3日（月）
荒尾市民病院（24時間体制）	荒尾2600	☎63-1115	○	○	○	○	○	○
荒尾こころの郷病院	荒尾1992	☎62-0657	○					
荒尾中央病院	増永1544-1	☎64-1333	○					
有働病院	万田475-1	☎62-1138	○					
新生翠病院	増永2620	☎62-0525	○					
荒尾駅前クリニック	大正町1-2-3	☎64-1895	○			○※		
荒尾クリニック	荒尾600-3	☎63-1166	○	△				
荒尾脳神経外科医院	川登1921	☎65-6030					○※	
伊藤医院	四ツ山町3-5-2	☎62-0405	○	○				
牛島内科医院	一部904-1	☎64-2361	○	△				
くどう小児科クリニック	東屋形4-2-1	☎64-5511	△	○				
くるみクリニック	荒尾813-1	☎62-1273	△					○※
こどもクリニック友枝	荒尾4160-256	☎65-8181	○	△				
さかた耳鼻咽喉科クリニック	緑ケ丘2-4-1	☎69-3310	△	△				
高橋整形外科医院	原万田815-2	☎64-1311	△					
多田隈整形外科医院	宮内出目691	☎62-0813	○	△				
田中良医院	平山2268-5	☎66-0666	△					
田宮医院	大島町3-4-44	☎62-0017	○				○※	
西整形外科医院	蔵満1859-1	☎68-2511	○	△				
西原クリニック	西原町1-4-24	☎62-0622	○					
西 良文医院	川登2050-8	☎66-2321	○					
藤枝医院	蔵満1884-1	☎68-3232	○					
ふじさわクリニック	四ツ山町3-6-3	☎64-2238	○		○※			
ふれあいクリニック	川登1761-24	☎68-6565	○	△				
まつおレディースクリニック	荒尾4160-257	☎66-3110	△					
松山医院	原万田462	☎62-0418	○	△				
緑ヶ丘クリニック	緑ケ丘2-4-3	☎64-8007	透析のみ					○※
南整形外科医院	荒尾4544-25	☎64-2302	○					
本里内科	宮内724-1	☎64-0556	○		○※			
山田クリニック	東屋形2-14-9	☎62-7722	○	△				
吉田整形外科クリニック	牛水670-6	☎62-6200	○			○※		
四ツ山クリニック	四ツ山町3-1-4	☎62-0407	△					

■詳しい診療時間は、医療機関へお問合せください。
■やむを得ない事情で変更になる場合があります。受診する場合は、医療機関へお問合せください。
■眼科については、32ページの「休日当番医」をご覧ください。
■※は通常の休日当番医です。32ページも参考にしてください。

【平日夜間】小児救急診療当番医

診療時間　19時～22時

お問い合わせ先
■荒尾市医師会
…… ☎62-0072（昼間）
■すこやか未来課 保健センター
…… ☎63-1153（昼間）
■市役所…… ☎63-1111（夜間）

※市民病院を受診される場合、保険適用の診療費とは別に、選定療養費（5,500円）がかかる場合があります。
※選定療養費は子ども医療費助成制度の対象とはなりません。

熊本県子ども医療電話相談
受付時間
平　日　19時～翌朝8時
土曜日　15時～翌朝8時
日・祝日　8時～翌朝8時
問 ☎#8000または
☎096-364-9999

日	曜日	施設名	住所	電話
1日	水曜	荒尾市民病院（水流添泉）	荒尾2600	☎63-1115
2日	木曜	荒尾市民病院（藤井績）	荒尾2600	☎63-1115
3日	金曜	こどもクリニック友枝	荒尾4160-256	☎65-8181
6日	月曜	荒尾市民病院（藤井績）	荒尾2600	☎63-1115
7日	火曜	荒尾市民病院（工藤弘志）	荒尾2600	☎63-1115
8日	水曜	荒尾市民病院（水流添泉）	荒尾2600	☎63-1115
9日	木曜	荒尾市民病院（藤井績）	荒尾2600	☎63-1115
10日	金曜	荒尾市民病院（本里雄一）	荒尾2600	☎63-1115
13日	月曜	荒尾市民病院（藤井績）	荒尾2600	☎63-1115
14日	火曜	荒尾市民病院（田中健）	荒尾2600	☎63-1115
15日	水曜	荒尾市民病院（水流添泉）	荒尾2600	☎63-1115
16日	木曜	荒尾市民病院（藤井績）	荒尾2600	☎63-1115
17日	金曜	荒尾市民病院（足達照之）	荒尾2600	☎63-1115
20日	月曜	荒尾市民病院（藤井績）	荒尾2600	☎63-1115
21日	火曜	荒尾市民病院（工藤弘志）	荒尾2600	☎63-1115
22日	水曜	荒尾市民病院（水流添泉）	荒尾2600	☎63-1115
23日	木曜	荒尾市民病院（藤井績）	荒尾2600	☎63-1115
24日	金曜	こどもクリニック友枝	荒尾4160-256	☎65-8181
27日	月曜	荒尾市民病院（藤井績）	荒尾2600	☎63-1115
28日	火曜	松山医院	原万田462	☎62-0418

休日当番医

診療時間　外・内・眼…9時～17時
歯…9時～13時

※17時以降は市民病院救急外来をご利用ください。

お問い合わせ先
■有明消防本部災害情報指令センター ☎69-1760
■すこやか未来課 保健センター
…… ☎63-1153（平日）
■市役所 ☎63-1111（土・日・祝）

※子どもが内科を受診するときは、事前に医療機関へお問い合わせください。

調剤薬局
有限会社 あけぼの薬局
（市民病院前）☎ 63-2123
■毎日営業 8時30分～20時

日	曜日	種別	施設名	住所	電話
5日	日曜	外	緑ヶ丘クリニック	緑ケ丘2-4-3	☎64-8007
		内	ふれあいクリニック	川登1761-24	☎68-6565
		歯	山本歯科医院	宮内515	☎63-0202
		眼	塩谷眼科医院	大牟田市宮部	☎0944-52-5494
12日	日曜	外	いしかわ産婦人科	野原259-1	☎68-5511
		内	佐藤眼科・内科	荒尾4160-270	☎65-5900
		歯	圭介歯科	万田921-5	☎62-1822
		眼	佐藤眼科・内科	荒尾4160-270	☎65-5900
19日	日曜	外	四ツ山クリニック	四ツ山町3-1-4	☎62-0407
		内	ひらやま医院	増永2737-3	☎62-0665
		歯	田中歯科医院	川登1791	☎66-0473
		眼	ふくやま眼科医院	大牟田市倉永	☎0944-50-1666
26日	日曜	外	上杉整形外科	荒尾789-4	☎62-0885
		内	松山医院	原万田462	☎62-0418
		歯	おがた歯科医院	桜山町2-11-21	☎68-5558
		眼	まつお眼科	大牟田市青葉町	☎0944-55-3088
29日	水曜	眼	ひまわり眼科	大牟田市岬町	☎0944-32-8831
30日	木曜	眼	ひまわり眼科	大牟田市岬町	☎0944-32-8831
31日	金曜	外	ふじさわクリニック	四ツ山町3-6-3	☎64-2238
		内・小	本里内科	宮内724-1	☎64-0556
		歯	まえじま歯科医院	増永2741-11	☎68-6489
		眼	米の山病院	大牟田市歴木	☎0944-51-3311

種別　外…外科系　内…内科　小…小児科系　歯…歯科系　眼…眼科

ARAO HOME TOWN

荒尾市マスコット
キャラクター
「マジャッキー」

令和3年 10大ニュース!

令和3年の10大ニュースをご紹介! 今年の荒尾市ではこんなことがありました!

NEWS 02 乗松(のりまつ) 聖矢(せいや)さんが東京パラリンピック車いすラグビーで銅メダル

車いすラグビー日本代表として2大会連続の銅メダル獲得に貢献。鬼気迫るプレーに多くの市民が熱狂しました。その功績を称えて市民栄誉賞が授与されました。

NEWS 01 新型コロナワクチン接種と日常生活へのコロナ対策

市内12歳以上の人の8割以上へのワクチン接種が完了し、12月から追加接種が始まります。日常生活へのコロナ対策として、プレミアム付商品券の発行や休校時のオンライン授業も行われました。

NEWS 04 あらお海陽スマートタウン(競馬場跡地)の整備が進む

住宅地分譲を行ったり有明海沿岸道路の工事も始まります。競馬場跡地の新町名募集には、全国から439件の応募があり、新町名候補は「海陽町」に決定しました。

NEWS 03 新たな施設の工事が始まる

4月には市民病院、7月には給食センターの建て替え工事が始まりました。市民の皆さんの安心・安全な暮らしのための施設整備が進んでいます。

NEWS 06 道の駅と保健・福祉・子育て支援施設の複合化が決定!

あらお海陽スマートタウン(競馬場跡地)に令和7年度に開設予定。多世代の健康と観光を軸とした「荒尾ならではのウェルネス拠点」を目指します。

NEWS 05 令和2年7月豪雨で被害を受けた関川の復旧工事が始まる

令和5年度に工事完了予定。多発する豪雨災害に備えて、4月からは防災情報伝達システムの運用が開始され、今年8月の大雨時にも稼働しました。

NEWS 08 野原八幡宮風流国重要無形民俗文化財指定

3月11日に指定。菰屋・野原・川登の3地区に伝わるこの民俗芸能は、毎年10月15日に行われる「のばらさん」で節頭行事と併せて奉納されます。(写真:野原地区)

NEWS 07 2050年、二酸化炭素排出実質ゼロへ

3月に「ゼロカーボンシティ」を宣言。今年度は公共施設の電力を再生可能エネルギー由来の電力に置き換えて二酸化炭素排出量を実質ゼロとする「RE100」を達成しました。

NEWS 10 浅田市政2期目スタート

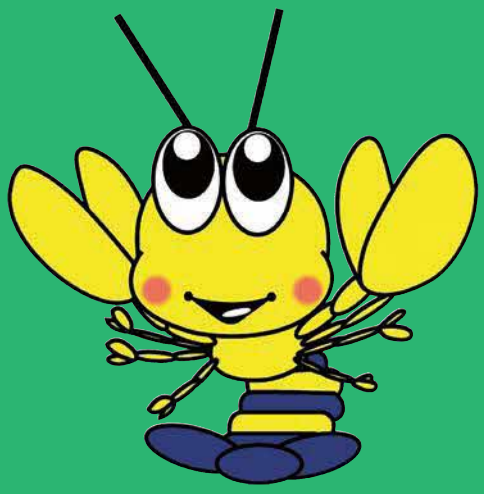
2月から2期目の市政運営を担うこととなりました。直面する課題を市民と協働で解決し、「暮らしたいまち日本一」を目指します。

NEWS 09 税金や料金のコンビニ・スマホ収納開始

全国どこからでも、24時間いつでもコンビニやスマートフォンから納付ができるようになりました。スマートフォンでの納付は県内で5例目。

広報あらお Arao City Public Relations 毎月1日発行 December 2021 vol.1551

年末・年始のごみ・し尿収集のお知らせ



ごみ

収集区域	12月最後の収集 燃える	12月最後の収集 燃えない	1月最初の収集 燃える	1月最初の収集 燃えない
月・木曜地区 荒尾・万田・井手川・有明・平井・緑ケ丘	29日 水曜日	15日 水曜日	4日 火曜日	19日 水曜日
火・金曜地区 中央・八幡・万田中央・清里・府本・桜山	30日 木曜日	22日 水曜日	5日 水曜日	26日 水曜日

施設への持ち込み	
リレーセンター東宮内 （燃えるごみ・粗大ごみ） ☎62-0647	**年末:**12月30日（木）15時まで **年始:** 1月 4日（火） 9時から ※12月31日（金）～1月3日（月）はお休みします。
金山最終処分場 （燃えないごみ） ☎68-5750	**年末:**12月30日（木）15時まで **年始:** 1月 4日（火） 9時から ※12月31日（金）～1月3日（月）はお休みします。
荒尾リサイクルセンター （リサイクル物） ☎68-7172	**年末:**12月30日（木）12時まで **年始:** 1月 4日（火） 8時30分から ※12月31日（金）～1月3日（月）はお休みします。

し尿

年　末	12月29日（水）と30日（木）は収集します。 ※12月31日（金）～1月3日（月）はお休みします。
年　始	1月4日（火）から通常通り定期収集します。

※12月30（木）収集分は1月収集地区の振替収集です。くみ取り料は2月に請求します。
※年末年始の受付はお休みします。
　定期収集以外の臨時くみ取りを12月29日（水）・30日（木）に希望される人は
　12月28日（火）までにご連絡ください。
※12月31（金）～1月3日（月）はお休みします。

ごみについて リレーセンター東宮内 ☎62-0647　**し尿について** 環境保全課 ☎63-1370

【発行】荒尾市役所　総合政策課　広報広聴係
〒864-8686　熊本県荒尾市宮内出目390
☎ 0968-63-1157　FAX 0968-64-0940　✉ kouhou@city.arao.lg.jp
（編集・制作　株式会社有明ねっとこむ・株式会社NOTE）

UD FONT by MORISAWA