今月の納期

9月分

固定資産税第2期・国民健康保険税第3期
し尿汲取手数料・保育料・町営住宅使用料
上下水道使用料

納期限・口座振替日　9月30日（木）

（※上下水道使用料については、口座振替日が9月21日（火）となります）

＊口座振替をご利用の人は、入金の確認をお願いします。

休日在宅医

月　日	在宅医	☎
9月　5日（日）	田宮二郎内科（東荒神）	78-2150
9月12日（日）	福本内科医院（玉名市岱明町）	57-2811
9月19日（日）	有明成仁病院（鷺巣）	78-1133
9月20日（月・祝）	淡河・黒田医院（駅通）	78-6517
9月23日（木・祝）	多田隈内科医院（向野）	78-3011
9月26日（日）	本田医院（玉名市岱明町）	57-0012

小児救急　夜間・休日診療

○月～土　午後7時～10時
　玉名地域保健医療センター（☎72-5111）
○日・祝　午前10時～午後10時
　公立玉名中央病院（☎73-5000）

公共施設電話番号

■役場	☎78-3111(代)
■ふれあいセンター（中央児童館・子育て支援センター）	☎78-4100
■中央公民館（生涯学習課）	☎78-0053
■水道課（浄化センター）	☎78-0126
■下水道課（浄化センター）	☎78-3515
■すこやか館（保健センター）	☎65-7515
■総合スポーツセンター	☎78-4777
■室内温水プール	☎78-6446
■健康福祉センター	☎78-1037
■社会福祉協議会	☎78-1440
■シルバー人材センター	☎78-4642
■町民研修センター	☎78-5226
■地域福祉センター	☎78-2377
■地域包括支援センター	☎78-3114
■クリーンパークファイブ（清掃施設）（有明広域行政事務組合）	☎78-4433
■ながす未来館	☎69-2005
■長洲町図書館	☎69-2060
■地域情報センター	☎69-2061

編集後記

▼電話やメールも嫌いではありません。でも、できるなら会って話す方が好きです。その方がつたない言葉でもなんだか気持ちを伝えられるような気がします。それは多分、相手の表情が見えるからだろうと思います。相手との距離がぐっと近くなるからだろうと思います。（可）

▼９月。夏も終わろうとしていますが、まだまだ暑い日が続いています。８月21日には、町の夏祭りである「のしこら祭」が行われ、今年まだ花火を見ていない私としては、最初で最後の花火を見れたことに満足し、やっと夏を締めくくれるような気がした一日となりました。（ピ）

長洲町食生活改善推進員協議会

簡単クッキング

豚肉、にがうり、みょうがの梅じょうゆ炒め

〔材　料〕（2人分）

●豚薄切り肉	150g	●みりん	小さじ1/2
●塩	0.4g	●しょうゆ	小さじ1
●こしょう	少々	●ごま油	小さじ2
●にがうり	100g	1人分の栄養量	
●みょうが	3個	エネルギー148kcal	脂質6.8g
●梅干し（小1個）	7g	たんぱく質17.3g	塩分1.4g

〔作り方〕

①豚肉は一口大に切り、塩こしょうを振っておきます。
②にがうりは縦半分に切り、種を取って薄切りにします。
③みょうがは、くし型に切っておきます。
④梅干しは細かく叩きみりん、しょうゆを加えて混ぜ合わせます。
⑤フライパンにごま油を熱して豚肉を炒め、にがうり、みょうがを加えて炒め合わせます。④の梅じょうゆを加えて、さっと炒めます。

おめでた

（平成22年7月31日受付分まで）

誕生日	出生児	性別	保護者名	行政区
6.24	市川　芽優（めゆ）	女	純	鷺巣
6.27	髙橋　心（こころ）	女	元気	向野北
6.29	笹原　健新（けんしん）	男	信博	腹赤
7．6	城戸　望織（みおり）	女	武士	赤崎
7．7	森本　惺七（せな）	男	忠士	向野北
7．7	川原　大空（そら）	男	正敏	向野
7．9	グエン　ハ　チ	女	マイ	向野北
7.12	山下帆乃佳（ほのか）	女	仁	立野
7.14	梅野　結愛（ゆうあ）	女	幹雄	平原
7.14	築地　佑樹（ゆうき）	男	貴也	赤田
7.16	濱﨑　夏生（なつき）	女	慎太郎	大明神
7.16	上田　凱斗（かいと）	男	直紀	下東
7.21	田中　陽夏（はるな）	女	正文	向野北
7.22	橋本　彪龍（ひりゅう）	男	裕貴	清源寺
7.23	福田　レイ	女	次郎	上沖洲
7.24	淵上カイト	男	大祐	出町
7.28	貝出　智哉（ともや）	男	岳郎	建浜