

今月の納期

— 4月分 —

町営住宅使用料・し尿汲取手数料・上下水道使用料

納付期限・口座振替日 5月1日(水)

(※上下水道使用料については、口座振替日が4月22日(月)となります)

*口座振替をご利用の方は、入金の確認をお願いします。

休日在宅医

月 日	在 宅 医	☎
4月7日(日)	田宮春生堂医院(長洲)	78-0551
4月14日(日)	淡河・黒田医院(梅田)	78-6517
4月21日(日)	本田医院(玉名市岱明町)	57-0012
4月28日(日)	西山クリニック(清源寺)	78-7811
4月29日(月)	いまおかクリニック(宮野)	78-3410

※医院の都合で変更することがあります。
詳しくは日曜在宅医自動案内(☎73-6000)でお確かめください。
※診療時間はすべて午前9時~午後5時

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
- 障がい者虐待防止センター.....☎78-3811
- 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
- 金魚と鯉の郷広場.....☎78-3866

編集後記

4月——新生活の始まりです。新たな気持ちで新しい環境の中、新しい生活を始めた人も多いのではないのでしょうか。実は役場には異動というものがあり、4月から新しい部署で新たな仕事を始める人がたくさんいます。今、この編集後記を書いている段階では、私の異動は分かりません。私はどうなるのか...それは五月号の編集後記で分かることでしょう(直)

長洲町食生活改善推進員協議会

簡単クッキング



Recipe

小松菜のからし和え

〔材料〕(4人分)

小松菜240g、練りがらし少量(お好みで)、

しょうゆ小さじ1強、

だし大さじ1強

◎1人分の栄養価

エネルギー 10kcal、タンパク質1.1g、脂質0.1g、
塩分0.3g

〔作り方〕

- ①小松菜は沸騰したお湯で茹で、3cmの長さに切る。
- ②練りがらしに、しょうゆとだしを混ぜ、小松菜をあえる。

『ながすクッキング教室』を開催します
(毎月第3金曜日) ※事前申し込みが必要です

日 時 4月19日(金) 9時30分~13時00分

場 所 すこやか館 調理室

内 容 食事の基本バランス食

献 立 肉じゃが、
キャベツの甘酢かけ、
春野菜の炒め物、
あさりの味噌汁

持ってくる物:エプロン、三角巾、

スリッパ、米半合、ふきん2枚

参加費 500円

締切日 4月15日(月)

☎・📍 すこやか館(☎65-7515)

男性の人も
大歓迎です!!