

日	月	火	水	木	金	土
お知らせカレンダー 4 月 2024 (令和6)年	1 心配ごと相談 (13:00-16:00 旧消防署) 広報みやま発行日	2 心配ごと相談 (13:00-16:00 げんきかん)	3 行政・心配ごと相談 (9:00-12:00 まいピア高田)	4 4か月児健診 (13:00-13:30受付MIYAMAX)	5	6 赤ちゃんおはなし会 (11:00-図書館【瀬高】) おはなし会 (11:00-図書館【高田】、 14:00-図書館【瀬高】)
	和田医院 Tel 55-1529 (歴木)	やまかわクリニック Tel 52-2705 (中白川町)	吉野こどもクリニック Tel 58-3132 (宮崎)	大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)	江の浦医院 Tel 22-5050 (江浦町)	大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)
7	8 行政・心配ごと相談 (13:00-16:00 旧消防署)	9 親子ふれあい教室「ふたば」 ※要予約(10:00-11:30 MIYAMAX)	10 清水山ぼたん園開園 (9:00-17:00) 農業委員会総会 (13:30-MIYAMAX) 10か月児健診 (13:00-13:30受付MIYAMAX)	11	12	13 おはなし会 (14:00-図書館【瀬高】) おりがみ教室mini (14:00-図書館【山川】)
休日当番医	和田医院 Tel 55-1529 (歴木)	こが小児科医院 Tel 53-1150 (岬)	坂西医院内科・小児科 Tel 52-2025 (原山町)	大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)	末吉小児科内科医院 Tel 59-8100 (船津町)	大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)
14 図書館ピアノ (11:30-図書館【瀬高】)	15	16 親子ふれあい教室「ふたば」 ※要予約(10:00-11:30 MIYAMAX) 行政・心配ごと相談 (13:00-16:00げんきかん)	17 特設人権相談所 (13:00-16:00図書館【瀬高】) 認知症・高齢者相談会 ※要予約(13:30-市地域包括支援センター) 心配ごと相談 (9:00-12:00まいピア高田)	18 1歳6か月児健診 (13:00-13:30受付MIYAMAX)	19 食育の日	20 おはなし会 (11:00-図書館【山川】、 14:00-図書館【瀬高】)
休日当番医	和田医院 Tel 55-1529 (歴木)	やまかわクリニック Tel 52-2705 (中白川町)	吉野こどもクリニック Tel 58-3132 (宮崎)	大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)	江の浦医院 Tel 22-5050 (江浦町)	大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)
21	22 心配ごと相談 (13:00-16:00旧消防署)	23	24 教育委員会 (10:00-山川支所大会議室)	25 税と使用料の 口座振替日 3歳児健診 (13:00-13:30受付MIYAMAX) 発達相談 ※要予約 (9:10-12:00 MIYAMAX)	26	27 おはなし会 (14:00- 図書館【瀬高】)
休日当番医	和田医院 Tel 55-1529 (歴木)	和田医院 Tel 55-1529 (歴木)	坂西医院内科・小児科 Tel 52-2025 (原山町)	大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)	末吉小児科内科医院 Tel 59-8100 (船津町)	大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)
28 図書館ピアノ (11:30-図書館【瀬高】)	29 ● 昭和の日	30	<div style="background-color: #e0f0e0; padding: 5px;"> <p>定例相談・行事</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶家庭児童相談室 (64-1566) 【月～金曜、8:30-17:00】 ▶いきいきライフ教室 (げんきかん) 【火・金曜、9:30-11:00】 ▶つどいの広場 (MIYAMAX) 【月～土曜、10:00-16:00】 園つどいの広場 (63-5577) </div>			
休日当番医	休日当番医	和田医院 Tel 55-1529 (歴木)				

4月の休日当番医は、14日に掲載しています。

- …平日時間外小児急患診療
(19時～21時 ※土曜のみ14時～22時)
木曜・土曜の大牟田市立病院は、協力医療機関の医師が診療を担当します。
※受付は診療終了時間の30分前までです。

【診療時間変更のお知らせ】

実施医療機関の確保や医療従事者のみなさんの負担軽減のため、平日時間外小児診療の終了時間が4月から**21時まで**に変更されます。ご理解とご協力をお願いします。

🍴 今月の逸品! 🍴 鶏もも肉のケチャップ煮



材料 (4人分)

鶏もも肉	240g	にんじん	60g(中1/2)
酒	大さじ1	ピーマン	2個
しょうが汁	小さじ1	トマトケチャップ	大さじ2
小麦粉	大さじ2	しょうゆ	大さじ1
油	大さじ1	こしょう	少々
にんにく	1かけ	レタス	4枚
たまねぎ	100g(中1/2)		

223kcal、塩分1.1g、食物繊維2.0g(1人当たり)

作り方

- ①もも肉は一口大に切って酒としょうが汁をふり、小麦粉をまぶす。
- ②にんにくはみじん切りにし、たまねぎは薄切りにする。にんじんとピーマンは千切りにする。
- ③フライパンに油を熱し①を焼く。焼けたら皿に取り出し、にんにく、たまねぎ、にんじん、ピーマンを入れ炒める。しんなりしたらトマトケチャップ、しょうゆを入れ、皿に出した鶏もも肉を入れよく混ぜる。最後にこしょうをふる。
- ④皿にレタスを敷き、③を盛り付ける。

毎月19日は食育の日 ～みやま市食生活改善推進協議会～

行政相談委員を紹介します

行政相談は、行政相談委員が国の仕事など、行政全般についての苦情や要望、意見を受ける身近な相談窓口です。相談無料で、秘密は堅く守られます。気軽に相談ください。

行政相談委員名	相談日時(会場)
瀬高地区 松崎 千鶴子	毎月第2月曜日 13時～16時 (旧消防署)
山川地区 合島 洋子	毎月第3火曜日 13時～16時 (げんきかん)
高田地区 四牟田 正雄	毎月第1水曜日 9時～12時 (まいピア高田)

電話での相談はこちらまで
九州管区行政評価局「きくみみ福岡」(Tel092-473-1100)
※相談日が祝日の場合、定例相談日は翌日となります。

☎秘書広報課 秘書広報係(Tel64-1501)

きもちよりそうライン@ふくおかけん

学校で嫌なことがあった…
親とけんかして家にいたくない…

つらいきもちによりそう
LINE ことができました
毎週月・木曜日 16時～19時
相談無料 予約は要りません



福岡県保健医療介護部こころの健康づくり推進室(Tel 092-643-3265)



◆夜間・休日に子どもの病気で対応に迷ったら…
⇒小児救急でんわ相談 電話「# 8000」
(小児科医師や看護師に電話で相談ができます)

◆急なけがや病気で対応に迷ったら…
⇒救急でんわ相談 電話「# 7119」
(看護師が救急車利用の電話相談を24時間受け付けます)

※明らかに緊急を要する場合はすぐに救急車(119番)を呼んでください。