

# 相談窓口

相談内容	相談日時	場所	申し込み・問い合わせ
消費生活相談	毎週月～金曜日 9:00～17:00 ※消費生活相談員による相談は火・木曜日	生活課(庁舎1階)	予約不要 ☎43-0502
障がい者支援相談	毎週月～金曜日 8:30～17:15	障害者生活支援センター(庁舎1階)	予約不要 ☎43-0443
子どもの発達何でも相談	発達検査 1月22日(木) ①13:30～ ②15:30～	庁舎2階会議室	受付 月～金曜日 8:30～17:15 (当日予約可、先着順) ☎43-0409 対象:小学校1年生～18歳
	心理相談 1月28日(水) ①14:30～ ②15:30～		
認知症ケア相談	毎月第2・4火曜日 13:00～16:00	地域包括支援センター(庁舎1階)	予約不要 ☎43-0431
くらしの相談	毎週月・火・金・土曜日 13:00～17:00	やしろショッピングパークBio2階	予約不要 ☎42-7140
就労支援相談	毎週月～金曜日 8:30～17:15	就労支援室(社福祉センター2階)	予約不要 ☎43-0165
		地域振興課(庁舎3階)	予約不要 ☎43-0531
【午前】 心配ごと相談、人権相談、行政相談、母子相談、家庭児童相談、身体障がい者相談等 【午後】 心配ごと相談、知的障がい者相談、こころの病気・障がい相談等	1月9日(金) 【午前】10:00～11:30 【午後】13:30～15:00	はぴねす滝野	予約不要 ☎48-0800
	1月16日(金) 【午前】10:00～11:30 【午後】13:30～15:00	社福祉センター	予約不要 ☎42-2006
	1月23日(金) 【午前】10:00～11:30 【午後】13:30～15:00	東条ボランティアセンター	予約不要 ☎46-0911
弁護士法律相談	毎週火曜日 13:30～15:30	社福祉センター	受付 月～金曜日 9:30～12:00、13:00～16:00(先着順) ※相談料 5,400円 (所得・資産によっては無料になります。) ☎078-351-1233
司法書士法律相談	毎週土曜日 13:30～16:30 ※3日(土)、10日(土)は行いません。		受付 月～金曜日 9:00～17:00 (相談日の前日17:00まで予約可) ☎42-6534
税理士 税務相談	1月15日(木) 13:00～16:00		予約不要 ☎0790-43-1217
エイズ・肝炎検査・相談	1月15日(木)・29日(木) 13:30～14:20	加東健康福祉事務所	受付 月～金曜日 9:00～17:00 (検査・相談日の当日12:00まで予約可、先着順) ☎42-9436
こころのケア相談	1月22日(木) 13:15～		受付 月～金曜日 9:00～17:00 (当日予約可、先着順) ☎42-5111

○知的障がい者相談は、毎月第3火曜日(1月は20日)にも社福祉センターで実施します。(10:00～11:30)

## 第9回加東市公募美術展 作品募集

**部門** 日本画、洋画、彫刻・工芸、書、写真  
※各部門の規格、注意事項等は、募集要項をご覧ください。募集要項は、生涯学習課(庁舎4階)、社公民館、滝野公民館、東条公民館にあります。

**作品受付** 1月17日(土)、18日(日) 10時～16時  
滝野図書館2階ギャラリー「伝」  
※18日(日)は、加東伝の助マラソン大

会のため会場周辺が非常に混み合います。出来る限り17日(土)にお持ちいただきますようお願いいたします。

**展示会** 2月1日(日)～8日(日) 10時～17時  
※最終日8日(日)のみ15時まで滝野図書館2階ギャラリー「伝」および3階会議場

**問い合わせ** 教育委員会生涯学習課(庁舎4階)  
☎43-0545

広告

**運転免許 学生割引プラン**

**AT (オートマチック)** 学割3万円引!

通常料金 総額 ¥292,560

基本料金 3万円引き

キャッシュバック!

追加料金 上限設定プラン

総額 **¥262,560**

**MT (マニュアル)** 学割3万円引!

通常料金 総額 ¥308,760

基本料金 3万円引き

無料送迎バス

ハイスピードコース

総額 **¥278,760**

にっこり笑って、しっかり教えます!  
**加東自動車教習所**  
【兵庫教育大学すぐ南】  
☎0120-46-1284

友達を誘えばさらにお得!  
ご紹介でもちろん入所 **5千円** キャンパスバック!

# 健康がいちばん!

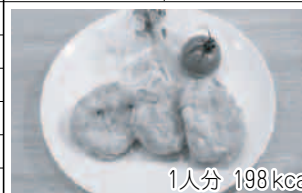
## よく噛んで食べよう!



幼少期に『よく噛んで食べる』ことは、強いあごを作るだけでなく、胃腸での食べ物の消化や吸収をよくしたり、虫歯や肥満を予防したりと、様々な効果があります。  
今回は「かみかみメニュー」として食物繊維たっぷりのレンコン・ごぼうを利用した「やさいたっぷりつくね」を紹介します。

### かみかみメニュー 『やさいたっぷりつくね』(1人分)のつくりかた

材料		(タレ)	
鶏ミンチ	60g	酒	小さじ1/2強
れんこん	20g	みりん	小さじ1と1/2
ごぼう	10g	砂糖	小さじ1/3
人参	10g	濃口しょうゆ	小さじ2/3
えだまめ	8g	片栗粉	小さじ2/3
豆腐	15g		
しょうが	少々		
片栗粉	少々		
だし汁	小さじ1弱		
酒	小さじ1/2弱		
みりん	小さじ1/3		
油	適量		



- 下ごしらえ  
れんこん・人参…みじん切りにしておく。  
ごぼう…ささがきにしておく。  
豆腐…軽く水切りしておく。  
しょうが…すりおろしておく。  
タレ…片栗粉以外の材料をあわせておく。
- ボールにタレ以外の材料を入れ、粘りが出るまで混ぜる。
- ②を1口サイズに丸め、熱したフライパンに油をしき、弱火で表面を焼く。焼き色がつけいたら、裏返して水を入れフタをして蒸し焼きにする。
- 片栗粉以外のタレを混ぜ合わせる。
- ③が焼けたら、タレをフライパンに入れ、つくねに絡め、水溶き片栗粉を入れトロミをつける。

問い合わせ 市民安全部健康課(庁舎2階) ☎42-2800

## 今月の保健センター事業

問い合わせ 市民安全部健康課(庁舎2階) ☎43-0432

- 母子健康手帳交付** 妊婦  
【保健センター】 毎週火曜日(8:30～17:15) ※印鑑をご持参ください。
- 4か月児健診** 平成26年9月生まれの乳児  
【保健センター】 1月22日(木) 受付13:15～14:15
- 1歳6か月児健診** 平成25年6月生まれの幼児  
【保健センター】 1月8日(木) 受付13:30～14:00
- 3歳児健診** 平成23年11月生まれの幼児  
【保健センター】 1月21日(水) 受付13:30～14:00
- 離乳食もぐもぐ教室** 生後4～6か月児 参加費100円(要予約)  
【保健センター】 1月13日(火) 受付9:30～10:00
- 乳幼児発達相談** 乳幼児とその保護者(要予約)  
【保健センター】 1月16日(金) 受付13:30～15:30
- 育児何でもダイヤル相談** どなたでも  
☎43-0432 毎週月～金曜日 8:30～17:15
- 10か月児相談** 平成26年3月生まれの乳児  
【保健センター】 1月22日(木) 受付9:00～9:40
- 2歳児育児教室** 平成25年1月生まれの幼児  
【保健センター】 1月8日(木) 受付9:00～9:30
- 子育て何でも相談** 乳幼児とその保護者 1月15日(木)  
【保健センター】 受付9:00～11:00・13:30～15:00
- ナーサリールーム** 幼児とその保護者(要予約)  
【保健センター】 1月5日(月)、24日(土) 10:00～11:30
- ヘルスアップ教室** 受講者 1月7日(水)、14日(水)、21日(水)  
9:45～11:00 ※14日(水)のみ 9:45～11:45  
【庁舎2階201会議室】 ☎42-2800
- こころの健康ホットダイヤル** どなたでも  
☎42-2800 毎週月～金曜日 8:30～17:15

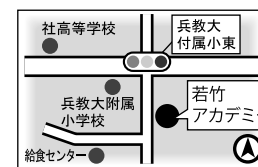
○予約の必要な事業は、5日前までにご予約ください。 ○保健センターは庁舎2階です

## 小学2年生～高校3年生随時募集

総まとめ講座：現小2～現高2 (今までの総復習)  
中学準備講座：現小6 (スタートから頑張る)

〒673-1421  
加東市山国2013-588

**若竹アカデミー**  
☎・FAX (0795) 42-7477



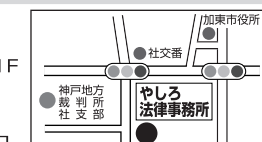
## お悩みの方、まずはお気軽にご相談下さい

- 交通事故 ○債務整理・過払金請求 ○相続・遺言
- 労働事件 ○土地・建物 ○消費者事件 ○刑事事件
- その他一般民事を幅広く取り扱っています。

相談料30分5,400円(税込) ※債務整理は初回相談無料  
※法律相談は予約制です。休日・夜間相談についてはお問い合わせください。

### やしろ法律事務所

弁護士 吉田圭孝(兵庫県弁護士会)  
〒673-1431 加東市社508-4 白池ビル1F  
TEL:0795-38-8583  
FAX:0795-38-8584  
http://yashiro-law.jp/  
営業時間 9:30～17:30 休日/土日祝日



広告