

# 令和3年 6月 日南町くらしカレンダー

- 可** 燃やせるゴミ
- 古** 古紙類 (新聞・雑誌・ダンボール・牛乳パック)
- 生** 生びん (繰り返し使えるびん。ビール瓶、一升瓶など)
- ハ** 発泡スチロール
- 不粗** 不燃粗大ゴミ
- 有** 有害ゴミ (乾電池・蛍光管)
- 軟** 軟質プラスチック
- び** 雑びん・缶類
- ベ** ペットボトル
- 粗** 粗大ゴミ (1辺が60cm以上のもの)

## 主な連絡先

- 日南町役場
  - 総合受付 Tel. 82-1111 Fax 82-1478
  - 総務課 Tel. 82-1111
  - 住民課 Tel. 82-1112
  - 建設課 Tel. 82-1113
  - 農林課 Tel. 82-1114
  - 企画課 Tel. 82-1115
  - 教育委員会 Tel. 82-1118
  - 福祉保健課 Tel. 82-0374
- 議会事務局 Tel. 82-1900
- 出納室 Tel. 82-1901
- 人権センター Tel. 82-0076
- 総合文化センター
  - Tel. 77-1111
  - Fax 77-1114
- 日南町図書館 Tel. 77-1112
- 日南町美術館 Tel. 77-1113
- 日南病院 Tel. 82-1235 Fax 82-1341
- 日南福祉会 Tel. 83-0842 (あかねの郷)
- 社会福祉協議会 Tel. 82-6038
- シルバー人材センター Tel. 82-0223
- 日南小学校 Tel. 77-1200
- 日南中学校 Tel. 82-1225
- にちなん保育園 Tel. 82-0626
- 山の上保育園 Tel. 82-1215
- 石見保育園 Tel. 83-1158
- 清掃センター Tel. 83-1153
- 子育て支援センター Tel. 82-0115
- 日南町人権センター Tel. 82-0076
- 日南町観光協会 Tel. 82-1715
- 林業アカデミー Tel. 84-0070

日	月	火	水	木	金	土
5/30	5/31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	7/1	7/2	7/3

### 食育さんの健康レシピ

## ミルク水無月

水の代わりに牛乳を使うことでカルシウムやたんぱく質がとれます



【材 料】(2人分)

小麦粉	50g
砂糖	50g
牛乳	200ml
甘納豆	50g

1人分あたりの栄養価

エネルギー	166kcal
たんぱく質	3.4g
脂 質	2.3g
カルシウム	62mg
食塩相当量	0.1g

- 【作り方】
- 甘納豆は表面の砂糖を洗い流し、水分をふきとっておく。
  - ボウルに小麦粉と砂糖を入れ、少しずつ牛乳を加えて溶き混ぜる。
  - 耐熱保存容器に②を入れて蓋をし、電子レンジ(600W)で様子を見ながら2分30秒加熱する。中央が盛り上がりきたら加熱をやめる。
  - ①を散らし、再び電子レンジで1分加熱する。粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし、切り分ける。

レシピ：料理家・管理栄養士 小山浩子さん  
出 典：Jミルク「乳和食」サイト

旧暦の6月と同じ名前の「水無月」、その由来は、6月1日に氷を食べることで夏バテを予防するという昔の風習から来ています。当時の高級品であった氷の代わりに氷に似たお菓子を食べることによって夏バテを防止することになったのが「水無月」の始まりです。  
↓動画で作り方がご覧いただけます

乳和食

※予定は変更となる場合があります。





みんなが  
住みやすい  
町に！

# 日南町ごみ分別表

日南町住民課 (Tel.82-1112)  
清掃センター (Tel.83-1153)

収集するごみ

指定回収場所へ

可燃 指定袋	1	<p>生ごみ (水をよく切って) (汚物などは取り除く) 紙おむつ ゴム・皮革製品 プラスチック製容器 (中身を使い切って)</p>	<p>○日南町指定「可燃ごみ用袋」に入れて出してください。 ○縦・横・奥行きの高さが概ね60cm以内の可燃性のごみ。 ○生ごみは水を切って出してください。 ○廃食用油(サラダ油、ごま油などの植物性のもの)は、役場、地域振興センター、自治会館などで回収。 ○プラスチック製容器のフタやポンプは不燃ごみで出してください。</p>
不燃 指定袋	2	<p>金属くず 白熱電球 陶磁器類 一斗缶・塗料缶 さびた缶 スプレー・ライター (中身を使い切る) 硬質プラスチック製品</p>	<p>○日南町指定「不燃ごみ用袋」に入れて出してください。 ○「陶磁器類」の割れ物は、「不燃ごみ」。 ○刃物は、刃の部分のみ新聞紙に包んで出してください。 ○石膏ボード、コンクリート、注射針、車の部品などは出さないでください。 ○スプレー缶、ガス缶は使いきり出してください。</p>
不燃性粗大 シール	3	<p>自転車、スキー板、テレビ台 (金属製)、ロッカー (金属製)、パイプハンガーなど</p>	<p>○縦・横・奥行きの高さが概ね60cm以上、2m×1m×1m以内の物。 ○不燃性の素材でできた物。 ○収集日の1週間以上前に清掃センターに収集予約をしてください。 ○役場、販売店で専用シール(200円/枚)を購入し、粗大ごみに貼って出してください。収集場所は、清掃センターに問い合わせてください。</p>
缶類(資源) 指定袋	4	<p>缶類(資源) 指定袋 缶類(資源) 指定袋 缶類(資源) 指定袋 缶類(資源) 指定袋 缶類(資源) 指定袋 缶類(資源) 指定袋</p>	<p>○日南町指定袋「資源ごみ用袋」に入れて出してください。 ○中身を空にして、汚れている缶は、よくすすいで出してください。 ○工業用オイル缶、塗料缶、一斗缶、さびた缶などは、「不燃ごみ」。 ○缶のキャップは「不燃ごみ」</p>
ビン類(資源) 指定袋	5	<p>コップ等のガラス、窓ガラス類は不燃ごみ</p>	<p>○ビン類は、日南町指定袋「資源ごみ用袋」に入れて、生きびんは、ラベルは取らずによく洗い、そのまま出してください。 ○飲物、食べ物、薬等(人体に無害な物)が入っていたガラス製の容器が対象です。 ○中身を空にして、よくすすいで出してください。 ○フタは「不燃ごみ」。</p>
ペットボトル(資源) 指定袋	7	<p>清涼飲料用・調味料の容器(ジュース、醤油、めんつゆ、食酢など) ※ラベルは軟質プラスチック</p>	<p>○日南町指定袋「資源ごみ用袋」に入れて出してください。 ○ペットボトルはつぶさずに出してください。 ○油の入ったものや、汚れの落ちないものは「可燃ごみ」。 ○分離の難しいボトルの中栓などは無理に取る必要はありません。 ○ペットボトルのキャップ: 役場、地域振興センター、商工会で回収。</p>
軟質プラスチック(資源) 指定袋	9	<p>レジ袋、卵のパック容器、豆腐容器、菓子パン・菓子類などの袋</p>	<p>○日南町指定「資源ごみ用袋」に入れて出してください。 ○布類は、地区ごとの指定回収場所で回収。 ○クレジットカードより薄いプラスチックが軟質プラスチックです。 ○軟質プラスチックでも、汚れの落ちないものは「可燃ごみ」。 ○「資源ごみ用袋」に入らない布・衣類は、指定袋をくりつけてください。</p>
布類(資源) 指定袋	10	<p>布・衣類</p>	<p>○品目ごとに分けて、透明な袋に入れて出してください。 ○乾電池は、使いきってください。 ○ボタン電池は、テープで包んでください。 ○自動車等のバッテリー、充電式電池は回収できません。 ○白熱電球、ハロゲン電球は「不燃ごみ」。</p>
有害ごみ(資源)	11, 13	<p>乾電池・ボタン電池 蛍光管 水銀含有機器 (デジタル除く)</p>	<p>○品目ごとに分けて、透明な袋に入れて出してください。 ○乾電池は、使いきってください。 ○ボタン電池は、テープで包んでください。 ○自動車等のバッテリー、充電式電池は回収できません。 ○白熱電球、ハロゲン電球は「不燃ごみ」。</p>
古紙類(資源)	14, 18	<p>新聞 ダンボール 雑誌 牛乳パック 紙製容器包装</p>	<p>○品目ごとに紐で結束してください。 ○紙パックは中をすすいで、開いて出してください。 ○ティッシュペーパー、汚れた紙、カーボン紙、写真などは「可燃ごみ」。 ○洗剤の箱などの強い臭いがついたごみは「可燃ごみ」。</p>
小型家電(資源)	19	<p>電話、ファクシミリ、携帯電話、PHS、ラジオ、デジタルカメラ、ビデオカメラ、DVDレコーダー、ステレオセット、パソコン、磁気ディスク、プリンター、電子書籍端末、ミシン、電動工具、電卓、電子レンジ、扇風機、加湿器・除湿機、掃除機、ドライヤー、電気照明器具、電気時計、電気楽器、ゲーム機、コード類など</p>	<p>○役場、清掃センター、地域振興センターで回収。 ○役場、地域振興センターの回収ボックスには投入口(20cm×40cm)に入る小型家電を入れてください。回収ボックスに入らない小型家電は、住民課窓口、清掃センターで回収。 ○電池、バッテリーは取り外してください。 ○パソコン、磁気ディスクなどの個人情報情報は、できるだけ消去してください。</p>
その他の資源	20, 24	<p>廃食用油 ペットボトルキャップ ビデオテープ カセットテープ インクカートリッジ 小型二次充電電池 ↑対象マーク</p>	<p>○廃食用油: 役場、地域振興センター、自治会館などで回収。動物油脂が含まれる油は回収できません。(「可燃ごみ」として処理する場合は、紙にしみこませるか、凝固剤で固めてください。) ○ペットボトルキャップ: 役場、地域振興センター、商工会で回収。資源回収ができない場合は、「不燃ごみ」。 ○ビデオテープ・カセットテープ: 役場、清掃センターで回収。 ○インクカートリッジ(純正品のみ): 役場、図書館で回収。 ○小型二次充電電池: 役場、地域振興センターで回収。</p>
可燃性粗大及び大型不燃性粗大	25	<p>木製の物、木や布などでできている物(タンス、本棚、机、ベッドなど)、可燃と不燃の混合物(ベッドマットレス、コタツ、電気カーペット、鏡台、食器棚など)、大型の不燃ごみ(長尺タンなど)</p>	<p>○清掃センターで回収。 ○縦・横・奥行きの高さが概ね60cm以上の可燃性粗大。 ※可燃性粗大は60cm以下に切断すれば可燃ごみとして出せます。 ○垂木より太い木は回収できません。 ○可燃分と金属などの不燃分のできている物。これらについては、処理手数料の他に別途解体費用が必要です。 ○縦・横・奥行きの高さが概ね2m×1m×1m以上の不燃性粗大。</p>
家電4品目	26	<p>家電リサイクル法対象4品目(テレビ、エアコン、洗濯機・衣類乾燥機、冷蔵庫・冷凍庫)</p>	<p>○郵便局で「リサイクル券」を購入して、直接清掃センターに持ち込んでください。(リサイクル券発行には「型式」や「メーカー名」等が必要です。) ○リサイクル料とは別に、手数料(1台につき2,500円)が必要です。 ○一般家庭から排出されるもののみが対象。</p>

○購入店または専門処理業者に処分を依頼してください。

処理困難物



産業廃棄物、ガレキ(コンクリート、モルタル)、石膏ボード、土砂、消火器、車などのバッテリー、中身の入った農薬、塗料、タイヤ、ドラム缶など

○購入店または専門処理業者へ処理を依頼してください。