

令和3年 7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・蛍光灯)
- 軟** 軟質プラスチック
- び** 雑びん・缶類
- ベ** ペットボトル
- 布** 布類
- 粗** 粗大ゴミ (1辺が60cm以上のもの)
- 不** 燃やせないゴミ

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
6/27 	6/28	6/29	6/30	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	31

食育さんの健康レシピ



ミルクつけつゆそうめん

めんつゆの量は通常の1/13ですが、牛乳のコクとうまみでおいしく食べられます！



- 【材 料】(2人分)
- そうめん…………… 2束(200g)
 - <ミルクつけつゆ>
 - 牛乳…………… 200ml
 - めんつゆ(3倍濃縮)…………… 大さじ1
 - <薬味>
 - ねぎまたは青じそ…………… 適宜
 - すりごま…………… 適宜
 - おろししょうが…………… 適宜

1人分あたりの栄養価	
エネルギー	425kcal
カルシウム	142mg
食塩相当量	1.4g

【作り方】

- ①めんつゆと牛乳を合わせて、ミルクつけつゆを作る。
- ②そうめんをゆで、ゆで上がったからザルに上げて水洗いし、器に盛る。
- ③そうめんを①につけながら、薬味をたっぷり入れていただく。

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

↓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。

ようこそ、日南町図書館へ！

★話題の本	貸出中のときは予約をどうぞ
 <p>小説 8050 林 真理子 完璧な人生を送っているように見える大澤正樹には秘密がある。彼の長男・翔太は7年間も自宅に引きこもっていた。</p>	
 <p>鳥取力 新型コロナに挑む小さな県の奮闘 平井 伸治 感染者が一番少ない県となった小さな県の大きな闘いを徹底紹介する。</p>	
 <p>52ヘルツのクジラたち 町田 そのこ 自分の人生を家族に搾取されてきた女性と、母に虐待されてきた少年。二人が出会う時、新たな魂の物語が生まれるー。 【2021年 本屋大賞受賞】</p>	
 <p>リボルバー 原田 マハ 小さなオークション会社に持ち込まれた1丁の錆びたリボルバー。ゴッホは本当にピストル自殺をしたのか？</p>	
 <p>老いの福袋 樋口 恵子 老年よ、大志とサイフを抱け！人生100年時代を生きる人に勇気を与える「知恵とユーマー」がつまったエッセイ。</p>	

本の消毒機

コロナ禍のいま、手で直接さわるものに今まで以上に敏感になってしまうものです。本も例外ではありません。そんな不安を和らげてくれるのが「本の消毒機」です。本の表面だけでなく、ページ内部まで除菌、消臭するスグレモノです。

使い方は簡単。本をセットしてボタンを押して1分で完了です。ぜひ使ってみてください。



大きな活字の本

新たに蔵書に加わりました！

<小説>

- 吉原手引草（松井今朝子）
- 長いお別れ（中島京子）
- 最悪の将軍（朝井まかて）
- 奥羽の二人（松本清張）
- あるじは信長（岩井三四二）
- 私のなかの彼女（角田光代）

<エッセイ>

- それでもこの世は悪くなかった（佐藤愛子）
- 二人の親を見送って（岸本葉子）

行間も広くて、読みやすい！

ごみの区分・出し方表

ごみの区分	出し方	ごみ出しの時間
可燃ごみ	指定袋(有料)	午前7時30分まで 午後1時まで
古紙類	紐 <small>ひも</small> でくくる	
ビン・カン	指定袋(有料)	
生きビン	バラもしくは透明なごみ袋	
発泡スチロール	指定袋(有料)	
ペットボトル	指定袋(有料)	
不燃ごみ	指定袋(有料)	
不燃粗大ごみ	粗大ごみシール(有料)〔清掃センターへ予約〕	
有害ごみ	透明なごみ袋	
軟質プラスチック	指定袋(有料)	
布類	指定袋(有料) 指定場所へ	

- 1) 家庭から出るごみだけを収集します。事業所、商店、施設などから出るごみは出さないでください。
 - 2) 古紙類には、「新聞紙、雑誌、ダンボール、紙製包装、飲用紙パック類」が該当します。種類ごとに紐ひもでくくってください。
 - 3) 有害ごみ（乾電池、蛍光管）は不燃ごみの日にごみ収集ステーションで収集しますが、別々に透明の袋に入れて出してください。
 - 4) ビンとカンは指定の袋に入れて出してください。
 - 5) 発泡スチロールとペットボトルは別々の袋に入れて出してください。
 - 6) 日南町清掃センターへの直接ごみ持込は、平日【9時～16時】、土曜日【9時～11時】、日・祝日は休業します。
- ※お問い合わせは、日南町住民課（TEL 82-1112）又は日南町清掃センター（TEL 83-1153）まで

指定ごみ袋・粗大ごみシール価格

可燃ごみ	1袋（10枚入）450円
不燃ごみ	
資源ごみ	
共用小袋	1袋（10枚入）250円
粗大ごみ用シール	1枚 200円

指定ごみ袋・粗大ごみシールの取扱店等

日野上地区	生山郵便局、日南郵便局、矢戸郵便局、コメリ日野日南店、JAグリーンにちなん、トミヤ山本薬店、柱本酒店、ぷららショップ、本条書店、丸合日南店、ローソン日南生山店、丸山自治会、三栄自治会、上三栄自治会、日南町役場
山上地区	山上郵便局
阿毘縁地区	阿毘縁簡易郵便局
大宮地区	印賀郵便局、折渡自治会、白根商店、宝谷自治会
多里地区	多里石油、多里郵便局、日南住設、ホームランド多里
石見地区	浅田酒・衣料品店、上石見自治会、上石見郵便局、中石見自治会、花口自治会
福栄地区	福栄郵便局

利用案内	TEL 0859-77-1112 FAX 0859-77-1114
開館時間	午前8時30分～午後6時（土日は午後5時まで）
借りることのできる数	本：何冊でも 雑誌（最新号除く）：何冊でも CD/DVD：あわせて3つまで
貸出期間	2週間
休館日	月曜日、祝日、第1水曜日 ※月曜と祝日が重なれば翌日も休館

便利な機能がいっぱい！ 図書館のホームページ

- ・本の検索
- ・予約
- ・借りている本の延長
- ・借りた本の履歴を残す など

日南町図書館 HP

アクセスしてみてください

