

# 令和8年 3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）
- 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
- ハ** 発泡スチロール
- ベ** ペットボトル
- 不** 燃やせないゴミ
- 布** 布類
- 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
  - まち未来創造課 Tel.82-1110
  - 住民課 Tel.82-1112
  - 環境エネルギー課 Tel.82-1717
  - 建設課 Tel.82-1113
  - 農林課 Tel.82-1114
- 地域づくり推進課 Tel.82-1115
- 教育委員会 Tel.82-1118
- 福祉保健課 Tel.82-0374
- こども若者未来課 Tel.82-1029
- 議事事務局 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（あかねの郷） Tel.83-0842
- 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
- にちなん十色 Tel.82-0626
- 山の上分園 Tel.82-1215
- 石見分園 Tel.83-1158
- 清掃センター Tel.83-1153
- 子育て支援センター Tel.82-0115
- 山里Loadにちなん Tel.82-1715
- 林業アカデミー Tel.84-0070

日	月	火	水	木	金	土
佐武林蔵コレクション・足羽俊夫作品展 日南町の地質と化石展（～4/5） 場所：日南町美術館		補聴器相談会(中国補聴器センター) 時間：9:30～12:00 場所：健康福祉センター	子どものアトリエ 時間：15:00～16:30 場所：文化センター第3研修室  乳児健康診査 時間：13:00～16:00 場所：健康福祉センター	図書館休館日(館内整理)	補聴器相談会 (トーシン米子補聴器センター) 時間：10:00～12:00 場所：健康福祉センター	
1	2	3	4	5	6	7
にっこりサロン ヘルス編 時間：14:00～15:30 場所：子育て支援センター	日南中学校卒業式	日南町ハローデー  子どものアトリエ 時間：15:00～16:30 場所：文化センター第3研修室  1歳6か月児・3歳児健康診査 時間：13:00～16:00（受付 12:45～） 場所：健康福祉センター	子どもアトリエ 時間：15:00～16:30 場所：文化センター第3研修室	人権・行政相談所 時間：9:00～12:00 場所：子育て支援センター  離乳食・幼児食講習会 【スタート教室】 時間：10:00～12:00 場所：健康福祉センター	日南町生涯学習講座 「県内各地と日南町の民俗芸能」 時間：10:30～12:00 場所：文化センター多目的ホール	8
9	10	11	12	13	14	
ノルディック・ウォーク&ラジオ体操教室 時間：10:00～12:00 場所：多里地域振興センター前  としょかんのおはなし会 時間：10:00～ 場所：日南町図書館	ふれあい人権講座 時間：15:00～16:30 場所：文化センター多目的ホール  歯科健診・フッ素塗布 時間：13:00～16:00 場所：健康福祉センター	たったもカードチャージポイント5倍デー  子どものアトリエ 時間：15:00～16:30 場所：文化センター第3研修室  日南町高齢者介護家族の会交流会 時間：10:00～12:00 場所：文化センター第3研修室	おやこふれあい教室 時間：10:00～12:00 場所：子育て支援センター  日南小学校卒業式	春分の日		15
16	17	18	19	20	21	
にちなん十色卒園式	日南小中学校修了式	古文書にふれる会 時間：10:00～16:00 場所：文化センター第3研修室  にちなんっ子クラブ 「世界のことを学ぼう！」 時間：13:30～15:00 場所：文化センター多目的ホール	にちなんっ子クラブ 「愛鳥週間ポスターを描こう」 時間：10:00～15:00 場所：文化センター多目的ホール	人生学園閉講式 時間：10:30～ 場所：文化センター多目的ホール  にちなんっ子クラブ「アンモナイトと三葉虫の化石レプリカをつくってみよう！」 時間：①10:00～、②14:00～ 場所：文化センター第3研修室	アンモナイトと三葉虫の化石レプリカをつくってみよう！ 時間：①10:00～、②14:00～ 場所：日南町美術館	22
23	24	25	26	27	28	
にちなんっ子クラブ 「出張!!放課後あそびクラブ」 時間：13:00～15:00 場所：日南町体育館	にちなんっ子クラブ 「遊び心で楽しく作りましょう」 時間：10:00～12:00 場所：文化センター多目的ホール					29
30	31	4/1	4/2	4/3	4/4	

## 食育さんの健康レシピ

### お麩のラスク

こども園「にちなん十色」で人気のおやつ★  
煮物、汁物に活躍するお麩ですが、そのまま焼くことでカリッと食感が楽しめます



- 【材料】（20個分）
- 焼き麩…………… 10g（20個程度）
  - バター…………… 大さじ1
  - グラニュー糖（または上白糖）…………… 大さじ1
  - ピュアココア（あれば）……… 少々

1人あたりの栄養価	
エネルギー	45kcal
たんぱく質	0.7g
脂質	2.5g
炭水化物	5.7g
食塩相当量	0.0g

- 【作り方】
- ①フライパンを弱火にかけ、バターを入れて溶かす。
  - ②麩（ふ）を加えてよく混ぜ、グラニュー糖と、あればココアパウダーをまぶす。
  - ③弱火のまま、全体に焼き色がつくまでじっくり焼く。

食育さんのワンポイントアドバイス！

- ・麩の代わりに、下ゆでしたさつま芋（食べやすい大きさにカット）を使ってもおいしくできます。
- ・ピュアココアの代わりに、ミルクココア、きなこ、抹茶などを使ってもOK。
- ・調味料を加えず、バターだけで焼いてもおいしく仕上がります。



※予定は変更となる場合があります。

# おトクに使おう！ たったもカード

## たったもカードが使える加盟店一覧

★加盟店ステッカー・加盟店のぼり旗があるお店でご利用いただけます。

	地区	店名	連絡先
飲食店 ・ 宿泊施設	霞	イチイ荘(キュービック)	82-0073
	霞	キッチンみなみ	77-1111
	生山	GON	82-6100
	生山	駅前食堂 にしむら屋	77-1000
	生山	蓬莱	82-0007
	生山	さくら	77-3020
	下阿毘	ゆきんこ村 四季彩	87-0431
	多里	ホームランド多里	84-0246
	多里	ふもと	84-0633
	神戸上	ふるさと日南邑	83-1188
ガソリン スタンド	霞	(株)鳥取西部ジェイエサービス 日南給油所	82-0227
	生山	岡田石油店	82-0166
	生山	(有)さんせきパル	82-1321
	生山	(有)前田石油店	82-1135
	多里	多里石油(有)	84-0633
美容室	上石見	長尾石油店	83-0007
	生山	ひらい美容室	82-0648
	笠木	ヘアサロンわかつき	82-1448
	上石見	おしゃれサロン いしくら	83-0566
パセオ	上石見	いずみ美容室	83-0005
	上石見	hair&eye Feluce	090-5702-5947
	霞	パセオ リカーショップおおぎや	77-3010
	霞	パセオ クレヨンらんどHONJYO	82-0171
	霞	パセオ 丸合日南店	77-3061
	霞	パセオ フロールたかはし	82-0878
	霞	パセオ 花の店 エルブ	77-3110
	霞	パセオ ファミリーファッションささき	77-3005
小売店	霞	パセオ くすりのMAX	77-3100
	霞	JAグリーンにちなん	82-1125
	生山	(株)雲越商店	82-0005
	生山	日南トマト加工(株) ショップまるごとトマト	82-0413
	生山	(有)扇屋 ぶちショップおおぎや	82-0014
	生山	トミヤ山本薬店	82-0033
	生山	(有)本条書店	82-0034
	生山	くすりのトミヤ	82-0139
	生山	レディースファッション エレント	77-1234
	生山	病院売店 ファミリーショップ坪倉	090-4142-6234
	生山	ローソン日南生山店	82-6005
	生山	ぷららショップ	82-0101
	多里	(有)長谷川商店	84-0736
上石見	浅田酒店	83-0904	
福塚	白谷工房	83-0180	
移動販売	(合)ひまわり	74-0504	
直売所	生山	道の駅 にちなん日野川の郷	82-1707
	湯河	星の農園@鳥取つぼくランド(販売所)	LINE ID:@tsuboku.l and
その他	丸山	日南交通(有)	82-0801
	霞	日南町役場(住民課・出納室)	82-1111
	生山	山里Loadにちなん	82-1715



### チャージのしかた

たっただもカードへのチャージ(入金)は、チャージ機または加盟店(\*)で！  
チャージ機はショッピングスクエアパセオと日南病院に設置しています。  
千円単位で、5万円までチャージできます。  
※丸合日南店ではチャージができません。

### とってもおトクなポイント5倍デー！

令和8年3月まで、毎月第3水曜日はチャージポイントが5倍になります！  
通常時はチャージ額の1%分のポイントを進呈していますが、5倍デーは5%分のポイントを進呈します。  
チャージするなら5倍デーが断然おトク！

### たっただもカードをなくしてしまったら

紛失・盗難などが発生した場合は、カードの利用を一時停止することや、再発行ができます。  
まずは役場地域づくり推進課へお越しください。

【問合せ】  
役場地域づくり推進課  
TEL:82-1115  
日南町商工会  
TEL:82-0145

# 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)	7:30まで
古紙類	紐でくくる	13:00まで
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、「①段ボール、②新聞紙・折込みチラシ、③牛乳(飲料用)紙パック、④本・雑誌・雑紙類」が該当します。①～④の種類ごとに紐でくくってください。
- 3) 有害ごみ(乾電池、蛍光灯)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) 発泡スチロールとペットボトルはそれぞれ別の指定袋に入れて出してください。
- 5) 日南町清掃センターへのごみ持込は、平日【9:00～16:00】、土曜日【9:00～11:00】で、日曜日・祝日は休業します。

【問合せ】役場環境エネルギー課 (TEL:82-1717)  
または日南町清掃センター (TEL:83-1153)

### 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

### 指定ごみ袋の取扱店

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、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、日南病院売店(ファミリーショップ坪倉)
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、ホームランド多里、J・O・T株式会社
石見地区	浅田酒店、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	日南福栄郵便局
移動販売	(合)ひまわり