

令和8年

9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
- 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
- 有

有害ゴミ（乾電池・蛍光管）
- 軟

軟質プラスチック
- 布

布類
- 粗

粗大ゴミ（1辺が60cm以上のもの）

■日南町役場

総合受付Tel82-1111
Fax82-1478
総務課Tel82-1111
まち未来創造課Tel82-1110
住民課Tel82-1112
環境エネルギー課Tel82-1717
建設課Tel82-1113
農林課Tel82-1114

■日南町役場

地域づくり推進課Tel82-1115
教育委員会Tel82-1118
福祉保健課Tel82-0374
地域包括支援センターTel82-0374
福祉事務所Tel82-0374
こども若者未来課Tel82-1029
議会事務局Tel82-1900
出納室Tel82-1901
人権センターTel82-0076

■総合文化センター

Tel77-1111
Fax77-1114
Tel77-1112
Tel77-1113
Tel82-1235
Fax82-1341
Tel83-0842

■日南町図書館

■日南町美術館

■日南病院

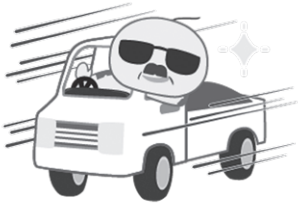
■日南福祉会（あかねの郷）

■社会福祉協議会

Tel82-6038

■シルバー人材センター

Tel82-0223
Tel77-1200
Tel82-1225
Tel82-0626
Tel83-1158
Tel83-1153
Tel82-0115
Tel82-1715

日	月	火	水	木	金	土
高橋みのる 木であそぶ！ からくりおもちゃとゲーム展 （～9/23） 8/30	 8/31	不粗有石見・福栄 軟大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 可日野上・多里 1	不粗有日野上・多里 軟石見・福栄 可大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 2	不粗有大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 軟日野上・多里 可石見・福栄 3	可日野上・多里 4	可大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 5
		ふれあい人権講座 時間：13:30～15:00 場所：人権センター	子どものアトリエ 時間：15:00～16:00 場所：文化センター第3研修室	離乳食・幼児食講習会 時間：10:00～12:00 場所：健康福祉センター	日南町ハローデー 人権・行政相談所 時間：9:00～12:00 場所：子育て支援センター	日南中学校体育祭 時間：8:45～12:40 場所：総合グラウンド
6	生び日野上 可石見・福栄 7	生び石見・福栄 可日野上・多里 8	生び多里 可大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 9	生び大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 可石見・福栄 10	可日野上・多里 11	可大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 12
としょかんのおはなし会 時間：10:00～ 場所：日南町図書館	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 こころの健康相談（予約制） 時間：13:00～15:00 場所：健康福祉センター 古多里 可石見・福栄 13	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 人権講演会 時間：13:30～15:00 場所：文化センター多目的ホール 古大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 可日野上・多里 14	たったもカードチャージポイント5倍デー 認知症家族の交流会 時間：10:00～12:00 場所：文化センター第3研修室 子どものアトリエ 時間：15:00～16:00 場所：文化センター第3研修室 古石見・福栄 可大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 15	乳児健康診査 時間：13:00～16:00 場所：健康福祉センター 古日野上 可石見・福栄 16	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 可日野上・多里 17	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 秋フェスタ2026 時間：15:00～20:00 場所：文化センター野外イベント広場 旧木下家住宅開放日 可大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 18
20	敬老の日 可石見・福栄 21	国民の休日 日南の史跡を訪ねて～神戸上編～ 時間：10:00～ 場所：神戸上地域	秋分の日 マーティーと創作ゲームで遊ぼう 時間：10:00～12:00 場所：文化センター 多目的ホール ビー玉迷路を作ろう 時間：13:00～15:00 場所：文化センター 多目的ホール		人生学園日帰り研修 オンライン生涯学習講座 「山陰の秋を日本酒で乾杯」 時間：18:30～20:00※Zoom開催 中秋の名月観月会 時間：19:30開演 場所：霞神社 可日野上・多里 24	可大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 25
池田亀鑑没後70年講演会 時間：14:00～15:30 場所：文化センター多目的ホール にちなん食のバザール 時間：10:00～14:00（予定） 場所：道の駅 第76回四県四都市総合体育大会 27	ハペ大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 可石見・福栄 28	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 認知症相談会 時間：9:00～11:00 場所：日南病院旧食堂 ハペ石見・福栄 可日野上・多里 29	古文書にふれる会 時間：10:00～16:00 場所：日南町郷土資料館 ハペ日野上・多里 可大宮・阿毘縁・山上・矢戸・三栄の一部 30	10/1	10/2	10/3

食育さんの健康レシピ



かぼちゃのプリン



【材料】（21cm型）

カボチャ…………… 420 g
グラニュー糖（プリン用）… 100 g
卵黄…………… 1 個分
卵…………… 4 個
バニラエッセンス…………… 少々
生クリーム…………… 210ml
牛乳…………… 210ml
カラメルソース
グラニュー糖…………… 150 g
水……………大さじ2～3

【作り方】

①カボチャは種とワタを取り、皮をむく。
3～4cm角に切り、600Wの電子レンジで6～7分加熱し、やわらかくする。
②鍋に生クリーム・牛乳・グラニュー糖（プリン用）を入れ、弱めの火で温めてグラニュー糖を溶かす（沸騰はさせない）。
③ボウルに卵黄・全卵・バニラエッセンスを入れ、よく混ぜる。
④①の加熱したカボチャと②をミキサーに入れてかけ、ピューレにする。
⑤③に④のカボチャピューレを少しずつ加えながら混ぜ合わせる。
⑥鍋にカラメル用のグラニュー糖と水を入れ、時々鍋をゆすりながらカラメル色になるまで煮詰める（混ぜない）。型にカラメルソースを流し入れ、カラメルが固まるまで置く。
⑦⑥の型に⑤を裏漉ししながら流し入れる。
⑧120℃に予熱したオーブンで、湯煎にして50～60分蒸し焼きにする。（オーブンの受け皿が浅い場合は、時々湯煎の湯を足して様子を見る。）

1人分（1/10個）あたりの栄養価	
エネルギー	278kcal
たんばく質	4.6g
脂 質	13.0g
炭 水 化 物	35.5g
食塩相当量	0.1g

※食育推進員の研修で、アメダス茶屋シェフ 坪倉完洋先生に教わったレシピです。

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	蓬萊	82-0007
	生山	さくら	77-3020
	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
	霞	(株)鳥取西部ジェイエイサービス 日南給油所	82-0227
ガソリン スタンド	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
	上石見	長尾石油店	83-0007
美容室	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
	上石見	hair&eye Feluce	090-5702-5947
パセオ	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
	霞	パセオ くすりのMAX	77-3100
小売店	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 ぱ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
	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
	霞	日南町美術館	82-1113
	生山	山里Loadにちなん	82-1715



チャージのしかた

たつた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9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！

たつた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、再発行ができません。
まずは役場地域づくり推進課へお越しください。



◀詳細はこちら

【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 ひも でくる	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) 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)



ごみの区分

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



指定ごみ袋とシールの取り扱い

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、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