

平成31年 1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
- 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
- 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

日	月	火	水	木	金	土
12/30	12/31	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	31	2/1	2/2

食育さんの健康レシピ

チーズのぷろぷき大根



- 材料 (4人分)
- 大根…………… 400g
 - 大根菜…………… 少々
 - とろけるスライスチーズ…………… 4枚
 - だし汁 (昆布・かつお) …… 600ml
 - A みりん…………… 大さじ1
 - 薄口しょうゆ…………… 大さじ1
 - B みそ…………… 15g
 - 砂糖…………… 大さじ1
 - 水…………… 大さじ1

1人分あたりの栄養価	
エネルギー	95kcal
たんぱく質	5.6g
脂質	5.1g
カルシウム	148mg
塩分	0.9g



- 【作り方】
- ①大根は皮をむいて4～5cmの厚さに切り、面取りする。
 - ②①を米の研ぎ汁でやわらかくゆでる。(研ぎ汁のない場合は、白米大さじ2を入れてゆでる)
 - ③Aを煮立たせ、②を入れて約5分煮、そのまま冷ます。
 - ④Bを鍋に入れて混ぜ合わせ、火を通す。大根菜はゆでて刻む。
 - ⑤大根が熱いうちにチーズを広げてのせ、上に④のみそをかけ、大根菜を天盛りにする。

お正月期間 飲食店+直売所情報

	29日(土)	30日(日)	31日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	備考
道の駅直売所	○	○	○	○	○	○	直売所：8:30~18:00 レストラン：11:00~19:00 場所：日南町生山386 TEL：82-1707 天候により営業時間が変更になる場合があります。
レストランほっとす	○	○	○	○	○	○	
ショップまるごととまと	○	×	×	×	×	×	
アメダス茶屋	○	○	×	× 5日より営業			ランチ：11:00~15:00、 ディナー：18:00~21:00 (※ディナーは前日までの予約に限る) 場所：日南町茶屋978-8 TEL：82-1388
ふるさと日南邑	×	×	×	×	×	×	時間：11:00~17:00 場所：日南町神戸上2962-1 TEL：83-1188
ゆきんこ村四季彩	×	×	×	× 4日より営業			時間：10:00~21:00 場所：日南町下阿毘縁478 TEL：87-0431
ホームランド多里	○	○	×	×	×	×	時間：10:00~17:00 (1月~3月) 場所：日南町多里783-10 TEL：84-0246
蓬萊	○	×	○	× 4日まで休み			時間：11:00~14:00/17:00~19:30 夜は時間短縮の可能性あり。お電話ください。 場所：日南町生山734 TEL：82-0007
駅前食堂にしむら屋	×	×	×	× 7日より営業			時間：11:30~14:00 場所：日南町生山148-2 TEL：77-1000
福の里	時間を短縮して 営業の可能性あり		○	○	○	○	時間：10:00~15:00 場所：福栄神社横、日南町神福1247
高原の駅	27日(木)~1/3(木)まで休み			4日より営業			時間：10:00~20:00 場所：日南町中石見23-5 TEL：83-1141

※ 休みは変更になる場合があります。
詳しくは各お問い合わせ先にご確認ください。

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 ^{ひも} でしばる	
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}でしばってください。
 - 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) ビンとカンは別々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	1袋(10枚入) 250円
共用小袋	
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、村上前分店・酒店
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