

令和元年 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）
- 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
- 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
 - 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
にちなんOTOまつり 時間：開場12:00/開演12:30 場所：文化センターさつきホール 上皇・上皇后両陛下の60年展 (8/30~10/6) 場所：美術館 1	2	第6回ふれあい人権講座 時間：18:30~20:00 場所：人権センター 3	オレンジカフェ~ねえ・きいて~ 時間：10:00~13:00 場所：パセオ内無料休憩所 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 4	5	乳児健康診査 時間：13:00~16:00 場所：健康福祉センター 6	日南中学校体育祭 時間：9:00~ 場所：町総合グラウンド 7
8	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 9	10	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 11	町制60周年記念書籍「日南X」 発売記念式典 時間：19:00~21:00 場所：文化センターさつきホール 12	人生学園 町外研修 人権相談・行政相談 時間：9:00~12:00 場所：子育て支援センター 同和問題職場研修会 時間：15:30~17:00/18:00~19:30 場所：文化センター多目的ホール 献血 ①役場 10:00~12:30 ②健康福祉センター 14:00~15:15 ③日南中学校 16:00~17:30 13	「日南町で魅力発見!!」 パーソナルスタイリング! 無料セミナー ①(男性向け) 13:00-14:30 ②(女性向け) 15:30-17:00 場所：文化センター多目的ホール 14
15	敬老の日 16	17	日南町介護家族の集い 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：15:00~16:30 場所：文化センター第3研修室 18	にちなん糖尿病教室 時間：14:00~15:00 場所：健康福祉センター研修室 19	20	21
22	秋分の日 23	歯科健診・フッ素塗布 時間：13:00~16:00 会場：健康福祉センター 24	古文書解読講座 時間：10:00~ 場所：郷土資料館(旧石見西小) 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 25	26	27	日南町ジュニアソフトテニス選手権大会 新人戦及びシングルス大会 時間：9:00~開会式 場所：町テニスコート 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：山土地域振興センター前 にちなん保育園・石見保育園運動会 にちなん保育園：8:45~ にちなん保育園園庭 石見保育園：9:00~ 石見保育園園庭 にちなん町民大学 時間：13:00~16:00 場所：文化センター多目的ホール つながるマルシェ(米子市) 28
町総合防災訓練 時間：8:00~ プラスフォレスト 時間：開場12:30/開演13:00 場所：文化センターさつきホール 29	23	24	25	26	27	28
30	10/1	10/2	10/3	10/4	10/5	10/5

食育さんの健康レシピ

なすの浅漬け



- 材料(2人分)
- なす…………… 1本(約150g)
 - 塩(塩もみ用)…………… 小さじ1/2
 - しょうゆ…………… 小さじ1/2
 - しその葉…………… 1枚
 - ごま油…………… 好みで少々

1人分あたりの栄養価

エネルギー	18kcal
たんぱく質	1.0g
脂質	0.1g
カルシウム	15mg
塩分	1.2g

【作り方】

- ①なすはヘタを切り落とし、いちょう切り(切ったなすはすぐに塩もみするので水にさらさない)
- ②①をボールに移して分量の塩を加え、全体にまぶすように手で混ぜる。
- ③塩がまんべんなくいきわたったら、手に体重をかけるくらいの気持ちで、なすをギュッ、ギュッと力強く押しながらかみ込む。
- ④しんなりして、なすに透明感がでてきたら、手でなすの水気をしぼる。
- ⑤しぼったなすをボールに入れ、しょうゆとごま油で味付ける。
- ⑥刻んだしその葉を混ぜ合わせる。

かつお節、白ごま、みょうが、青ねぎ、生姜などを入れてもおいしく食べられます。



第3回「活動グループ・団体紹介と会員募集」お知らせ

団体名	活動日・時間	活動場所	代表者(連絡先)
平成会(写真)	各自	日南町総合文化センター	西村徹
カリンバスこやか倶楽部(合奏)	月2回 14:30~17:30 (変更もあり)	道の駅(多目的ホール)	伊田哲朗
奥日野源流太鼓	週2回(水、日曜日) 19:00~20:00	旧日野上小学校体育館	大柄重人
花月風会(大正琴)	月2回 13:30~15:30	日南町人権センター	日南町人権センター
銀杏クラブ(ソフトテニス)	週2回(木、土曜日) 20:00~22:00	日南中学校テニスコート(夏期) 日南町体育館(冬期)	入澤淳
福栄SUNDAY ソフトテニスクラブ	週2回(木、土曜日) 20:00~22:00	日南中学校テニスコート(4~11月) 日南町体育館(12月~3月)	田辺克文
日南バスケットボール アソシエーション	週1回(日曜日) 15:00~19:00 (変更もあり)	日南町体育館	矢吹健太郎
にちなんロゲイング実行委員会	年1回(R元年11月3日大会) 8:00~14:00	多里地域(今年度会場)	温湯正人
ボル・ド・ブラ&ズンバ	月1回(月曜日) 19:30~21:00	石見地域振興センター	石見地域振興センター
日野上バレーボール同好会	月1回(金曜日) 19:30~21:30	日南中学校体育館	大塚裕介
日南町登山愛好会	不定期(春、秋の登山会)	町内、県外	木下哲朗
エルブアレンジメント教室	月1回(第3火曜日) 10:00~12:00	霞公民館	長谷川毅
フラワーアレンジメントの会	月1回 19:00~20:00	多里地域振興センター	多里地域振興センター
生花教室「嵯峨御流」	月1回(第1月曜日) 19:30~20:30	福栄地域振興センター	福栄地域振興センター
匠工房 鬼林塾(杉玉作り)	10月~4月 9:00~15:00	日野上地域振興センター	木下哲朗
手芸の会レインボーアート	10月~3月頃	多里地域振興センター	多里地域振興センター
パソコン教室(多里まち協)	都度	多里地域振興センター	多里地域振興センター
福栄まち協学習部 [福栄パソコン教室]	月2回(5月~10月) 19:00~20:30 (11月~12月) 18:30~20:00	福栄地域振興センター	福栄地域振興センター
手話サークル	月2回第1・3(日曜日) 14:00~15:30	日南町総合文化センター	浅野博美
おはなしのまど(本の読み聞かせ)	月1回(第4水曜日)(定例会) 19:00~21:00	日南町総合文化センター	木下初美
日南ハムクラブ(アマチュア無線)	毎週(月曜日)(ロールコール) 21:00~	各自	坪倉容一

体験、見学等興味をお持ちの方は下記へ、ご連絡下さい。

日南町教育委員会社会教育部：(電話) 0859-82-1118

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。種類ごとに紐でしばってください。
 - 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
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