

# 令和2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
- 雑** 雑びん・缶類
- ベ** ペットボトル
- 燃** 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
			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			ウォン・ウィンツァン ピアノコンサート (入場無料) 時間：開場13:30/開演14:00 場所：文化センターさつきホール
1	2	3	4	5	6	7
巡回行政相談 時間：9:00～12:00 場所：福栄地域振興センター	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  図書館休館 (～3/23)	日南中学校卒業式 時間：9:30～  ザ・ドラマーズFINAL DRUM TAO (全席指定) 時間：開場18:00/開演18:30 場所：文化センターさつきホール	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	食育推進協議会 総会 時間：9:00～12:00 場所：健康福祉センター	人権・行政相談 時間：9:00～12:00 場所：子育て支援センター 乳児健康診査 時間：13:00～16:00 場所：健康福祉センター	
8	9	10	11	12	13	14
		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  人生学園閉講式 時間：10:00～10:40 場所：文化センター多目的ホール	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 にちなん中国山地林業アカデミー卒業式 時間：10:30～12:00 赤ちゃんを迎えるためのパパママ応援教室 時間：13:00～15:30 会場：子育て支援センター	日南小学校卒業式 時間：9:30～  認知症個別相談 時間：14:00～15:00 (予約制) 場所：健康福祉センター	春分の日	
15	16	17	18	19	20	21
映画上映会「Man Hunt」 (入場無料) 時間：10:00～/14:00～ 場所：文化センターさつきホール	佐武会記念碑除幕式 時間：11:00～ 場所：佐武記念館跡地 日南小中学校修了式・離任式 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 にちなん町民大学 時間：18:00～19:30 会場：文化センター多目的ホール	ナルディック・ウォーク&ラジオ体操教室 時間：10:00～12:00 場所：健康福祉センター  古文書解読講座 時間：10:00～16:00 場所：文化センター第1.2研修室  にちなんっ子クラブ	にちなん保育園/石見保育園 卒園式 にちなん：10:00～/石見：8:45～			
22	23	24	25	26	27	28
化石のレプリカづくり 場所：美術館ロビー 時間：10:00～11:00/13:00～14:00  尾木ママ流 共感子育て講演会 (入場無料・要整理券) 時間：開場13:30/開演14:00 場所：文化センターさつきホール	にちなんっ子クラブ					
29	30	31	4/1	4/2	4/3	4/4

## 食育さんの健康レシピ

### 長芋キューロール



- 材 料 (4人分)
- 牛もも薄切り肉……………200g
  - 長芋……………160g
  - レタス……………2～3枚
  - トマト……………1/2個
  - コースハム……………2枚
  - 塩……………少々
  - こしょう……………少々
  - 小麦粉……………少々
  - サラダ油……………小さじ1
  - しょうゆ……………大さじ1
  - 酒……………大さじ2

1人分あたりの栄養価

エネルギー	172kcal
たんぱく質	12.2g
脂質	9.0g
カルシウム	15mg
塩分	0.8g



- 【作り方】
- ①牛肉は広げて塩、こしょう、小麦粉をふる。長芋は肉の幅に合わせて棒状に切り、1本ずつ牛肉で巻き、巻き終わりを下にしておく。
  - ②レタスは洗って水切りし、ちぎっておく。トマトはくし形に切る。
  - ③フライパンに油を熱し、①を転がしながら焼き、しょうゆと酒を加えて肉に手早くからめる。
  - ④レタスとトマト、半分に切ったハムを器に盛り、③が焼き上がったら盛りつける。

# 「子ども活動グループ」紹介と仲間募集

「入学、進級を機会に一緒に活動しませんか」

グループ名	活動日・時間	活動場所
日南STS (スポーツ少年団ソフトテニス)	毎週(月・水・金曜日) 16:00~18:30	日南町テニスコート 日南中学校テニスコート 日南町体育館
にちなんAC(小学生陸上)	毎週(水曜日) 17:30~18:30	日南町総合グラウンド 日南町武道館
日南ジュニアフットボール クラブ	毎週(火・木曜日) 16:30~18:30 毎週(土曜日) 13:30~16:00	日南町総合グラウンド 日南町体育館
日南JVC (小学生バレーボール同好会)	毎週(火・金曜日) 16:45~18:30	日南中学校体育館(火曜日) 日南町体育館(金曜日)
錬守会館空手道日南支部	毎週(月・木曜日) 19:00~20:30	日南町武道館
生山剣道教室	毎週(火曜日) 16:30~18:30 毎週(土曜日) 17:00~19:00	日南町武道館 旧明倫小学校
日南小ノルディッククラブ	12月末~翌年3月末	大山、氷ノ山 鏡ヶ成スキー場
日南アルペンスキークラブ (小、中学生)	12月末~翌年3月末(土・日曜日)	花見山他、県内スキー場
子どものアトリエ ニキッズにちなん	月2回(土・日曜日どちらか) 9:30~12:30または13:30~16:30	旧多里小学校体育館
日南町美術館 「子どものアトリエ」	毎週1回 15:00~16:30	日南町総合文化センター
にちなんっ子クラブ	夏、冬、春休み(2時間位)	日南町総合文化センター他

体験、見学等興味をお持ちの方は下記へ、お問い合わせ下さい。

**日南町教育委員会 社会教育室：(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	
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