

令和2年 7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
- 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
6/27	6/29	6/30	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	8/1

食育さんの健康レシピ

おいしく減塩！乳和食 ミルク叩の花



- 材料 (2人分)
- おから.....100g
 - 油揚げ.....1/2枚
 - にんじん.....1/6本
 - しょうが.....1/2片
 - 細ねぎ.....1本
 - 干しいたけ.....3個
 - 牛乳.....200ml
 - 顆粒だし.....小さじ1
 - サラダ油.....小さじ1
 - 塩.....少々

1人あたりの栄養価

エネルギー	174kcal
たんぱく質	8.9g
脂質	10.4g
炭水化物	16.0g
カルシウム	171mg
塩分	1.0g

- 【作り方】
- 油揚げは熱湯をかけて油抜きし、せん切り、しょうが、にんじんはせん切り、細ねぎは小口切りにする。
 - 鍋に牛乳、顆粒だし、干しいたけ(水で戻さず、そのまま)を入れる。落し蓋をし、中火よりやや弱火で5分ほど煮る。しいたけがやわらかくなったら取り出して軸を除き、せん切りにする。煮汁は後で使うので取っておく。
 - 鍋に油を熱し、しょうがを炒める。香りが出たらにんじん、ねぎ、油揚げを加えて炒める。おからを加え、ばらっとするまでさらに炒め、干しいたけと②の煮汁を加え、へらで混ぜながら味を含ませるように煮、塩で味を調える。



※予定は変更となる場合があります。

おとなの風しん抗体価検査と風しん予防接種の費用助成をおこなっています



風しんは、特に免疫が不十分な妊娠初期の妊婦さんが感染すると、生まれてくるお子さんに先天性風しん症候群（心疾患や難聴、白内障などの障がい）を引き起こす可能性があるため、注意が必要です。風しんの感染予防には予防接種が効果的ですが、妊娠中は予防接種を受けることができないため、女性の方は妊娠前に接種しましょう。また、妊婦さんの周囲の人も接種を受け、感染予防に努めましょう。

鳥取県と日南町では、風しん抗体価検査（風しんに対する免疫があるかどうかを調べる検査）と予防接種の費用助成を行っています。対象の人のうち、風しんにかかったことがあるか不明の方や予防接種歴が不明の場合は、風しん抗体価検査を受け、抗体価が低かった人は予防接種を受けられることをお勧めします。

風しん抗体検査について

※現在、米子保健所での抗体検査は、新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となっていますのでご了承ください。

検査場所	米子保健所：西部総合事務所福祉保健局内 (米子市東福原 1-1-45)	医療機関：米子保健所管内 (医療機関名は日南町福祉保健課にお尋ねください)
対象者	無料	①妊娠を希望する女性 ②妊娠を希望する女性の配偶者（内縁を含む）・同居者 ③風しん抗体価が低い妊婦の配偶者（内縁を含む）・同居者 ④昭和62年10月1日以前生まれであり、かつ60歳未満（当該年度3月31日時点）
	有料	・上記①～④を除く人 ・上記①～④の人でも、過去に風しん抗体価検査を受けたことがある人、風しんにかかったことがある人
検査方法	血液採取により検査を行い、風しんに対する免疫があるかどうか検査します	
検査日時	毎週火曜日 午後1時～1時30分	医療機関にご確認ください
予約	必ず事前に電話で予約をしてください	必ず事前に電話で予約をしてください
検査料	有料対象者：990円	有料対象者：医療機関によって金額が異なりますのでご確認ください
問い合わせ先	電話 0859-31-9317	検査ができる各医療機関

風しん予防接種について

助成対象者 ※接種当日に日南町に住所を有する方	①	②	③	④	⑤
	男性	男性・女性	女性	男性・女性	男性・女性
	妊婦の配偶者	妊婦の同居者	妊娠を希望する女性	妊娠を希望する女性の配偶者や同居者	平成2年4月2日以前に生まれた人
	風しん抗体価検査は不要です		風しん抗体価検査を受け抗体価の低い人が対象です		
申請に必要な書類	■妊婦の母子健康手帳の表紙		■接種者の抗体価が低い証明書 (検査を受けた保健所または医療機関で発行)		
	■印鑑（朱肉を使うもの） ■本人確認ができるもの（健康保険証、運転免許証など） ■助成金の振込口座がわかるもの（通帳など） ■申請書、請求書 → 申請時に福祉保健課でお渡しします				
ワクチンの種類	「風しんワクチン」または「麻疹風しん混合ワクチン」を1回接種します				
医療機関	風しんワクチン接種ができる医療機関は指定されています 詳しくは、日南町福祉保健課にお問い合わせください。				
助成回数	1人1回				
助成費用	接種にかかった費用を全額助成します				
接種対象期間	令和3年3月31日（水）までに接種済み分				
申請受付期間	令和3年4月9日（金）まで				
申請先	日南町福祉保健課（日南町健康福祉センターほほえみの里内） 電話：82-0374				

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性の方へ

令和4年3月31日までの間に限り、風しんの抗体価検査や予防接種が無料で受けられます。該当の方には、今年3月末にご案内の封筒をお送りしていますのでご確認ください。お問い合わせは、日南町福祉保健課までお願いします。

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 <small>ひも</small> でくくる	
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) ビンとカンは指定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（TEL82-1112）又は日南町清掃センター（TEL83-1153）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