

# 2026年4月のごみ・資源物収集日

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
 <p>いつもごみの分別にご協力いただきありがとうございます。 各ページのコメントもぜひ参考にしてください★</p>			<b>1</b> ダンボール	<b>2</b> プラスチック 生ごみ 	<b>3</b> リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	<b>4</b>
	<b>5</b>	<b>6</b> もえるごみ 生ごみ	<b>7</b> リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	<b>8</b> 新聞紙 ペットボトル	<b>9</b> もえるごみ 生ごみ	<b>10</b> 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>
<b>12</b>	<b>13</b> もえるごみ 生ごみ	<b>14</b> 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	<b>15</b> 雑誌・本 発泡スチロール	<b>16</b> プラスチック 生ごみ 	<b>17</b> 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	<b>18</b>
<b>19</b>	<b>20</b> もえるごみ 生ごみ	<b>21</b> 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	<b>22</b> 雑がみ 紙製飲料パック	<b>23</b> もえるごみ 生ごみ	<b>24</b>	<b>25</b>
<b>26</b>	<b>27</b> もえるごみ 生ごみ	<b>28</b>	<b>29</b> 昭和の日 ダンボール	<b>30</b> もえるごみ 生ごみ		

税金等の納期

軽自動車税全期	6/1
国民健康保険税第1期	6/1

# 2026年5月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
 <p>ごみ・資源物は、朝8時までに指定されたゴミステーションに出してね。 収集時間や収集ルートは、その日の交通事情などによって変わることがあるよ!</p> 					1	2
					リサイクルびん類 蛍光灯 <b>北部-2</b>	
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9
	もえるごみ 生ごみ	リサイクルびん類 蛍光灯 <b>北部-1</b>	新聞紙 ペットボトル	プラスチック  生ごみ		
10	11	12	13	14	15	16
	もえるごみ 生ごみ		雑誌・本 発泡スチロール	もえるごみ 生ごみ	不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	
17	18	19	20	21	22	23
	もえるごみ 生ごみ	不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	雑がみ 紙製飲料パック	プラスチック  生ごみ	不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	
24/31	25	26	27	28	29	30
	もえるごみ 生ごみ	不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	ダンボール	もえるごみ 生ごみ		

税金等の納期

町県民税・森林環境税第1期	6/30
国民健康保険税第2期	6/30

# 2026年6月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
	1 もえるごみ 生ごみ	2 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	3 新聞紙 ペットボトル	4 プラスチック 生ごみ 	5 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	6
7	8 もえるごみ 生ごみ	9	10 雑誌・本 発泡スチロール	11 もえるごみ 生ごみ	12 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	13
14	15 もえるごみ 生ごみ	16 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	17 雑がみ 紙製飲料パック	18 プラスチック 生ごみ 	19 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	20
21	22 もえるごみ 生ごみ	23 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	24 ダンボール	25 もえるごみ 生ごみ	26	27
28	29 もえるごみ 生ごみ	30	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;">  <p>ごみの出し方で迷ったときは、【リサイクルとごみの出し方の 手引き】(家庭用保存版)を参考にしよう! (※町村ごと出し方 が異なる場合があるから注意してね)</p>  </div>			

税金等の納期

固定資産税第2期	7/31
国民健康保険税第3期	7/31
後期高齢者医療保険料第1期	7/31

# 2026年7月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
 <p>リサイクル回収されたペットボトルは、粒状に細かくし洗浄されたあと、服やカーペット、文房具の材料に使われたり再び容器になったりするよ!</p>			<b>1</b> 新聞紙 ペットボトル	<b>2</b> プラスチック 生ごみ	<b>3</b> リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	<b>4</b>
<b>5</b>	<b>6</b> もえるごみ 生ごみ	<b>7</b> リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	<b>8</b> 雑誌・本 発泡スチロール	<b>9</b> もえるごみ 生ごみ	<b>10</b> 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	<b>11</b>
<b>12</b>	<b>13</b> もえるごみ 生ごみ	<b>14</b> 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	<b>15</b> 雑がみ 紙製飲料パック	<b>16</b> プラスチック 生ごみ	<b>17</b> 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	<b>18</b>
<b>19</b>	<b>20</b> 海の日 もえるごみ 生ごみ	<b>21</b> 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	<b>22</b> ダンボール	<b>23</b> もえるごみ 生ごみ	<b>24</b>	<b>25</b>
<b>26</b>	<b>27</b> もえるごみ 生ごみ	<b>28</b>	<b>29</b> 新聞紙 ペットボトル	<b>30</b> もえるごみ 生ごみ	<b>31</b>	

税金等の納期

町県民税・森林環境税第2期	8/31
国民健康保険税第4期	8/31
後期高齢者医療保険料第2期	8/31

# 2026年8月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
 <p>生ごみを捨てる時は、必ず水を切ってから捨てよう！ 水を切らないで捨てる、<b>菌やカビが生えたり、嫌な臭いの原因になるよ！</b></p>  						1
2	3 もえるごみ 生ごみ	4 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	5 雑誌・本 発泡スチロール	6 プラスチック  生ごみ	7 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	8
9	10 もえるごみ 生ごみ	11 山の日	12 雑がみ 紙製飲料パック	13 もえるごみ 生ごみ	14 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	15
16	17 もえるごみ 生ごみ	18 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	19 ダンボール	20 プラスチック  生ごみ	21 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	22
23/30	24/31 もえるごみ 生ごみ	25 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	26 新聞紙 ペットボトル	27 もえるごみ 生ごみ	28	29

税金等の納期

固定資産税第3期	9/30
国民健康保険税第5期	9/30
後期高齢者医療保険料第3期	9/30

# 2026年9月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
		1 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	2 雑誌・本 発泡スチロール	3 プラスチック  生ごみ	4 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	5
6	7 もえるごみ 生ごみ	8	9 雑がみ 紙製飲料パック	10 もえるごみ 生ごみ	11 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	12
13	14 もえるごみ 生ごみ	15 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	16 ダンボール	17 プラスチック  生ごみ	18 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	19
20	21 <b>敬老の日</b> もえるごみ 生ごみ	22 <b>国民の休日</b>	23 <b>秋分の日</b> 新聞紙 ペットボトル	24 もえるごみ 生ごみ	25	26
27	28 もえるごみ 生ごみ	29 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	30 雑誌・本 発泡スチロール	<div data-bbox="1276 1300 2161 1468" data-label="Text"> <p>長野県では、食品ロスを減らすための「30・10運動」を行っているよ。 食事会や宴会では、最初の30分と最後の10分は席に座って食事を楽しもう！ ※「食品ロス」とは、まだ食べられるのに廃棄される食品のことだよ。</p> </div>		

税金等の納期

町県民税・森林環境税第3期	11/2
国民健康保険税第6期	11/2
後期高齢者医療保険料第4期	11/2

# 2026年10月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin: 0 10px;"> <p>★感染症対策のポイント★</p> <p>①ごみに直接触れない</p> <p>②ごみ袋はしっかり縛って封をする</p> <p>③ごみを捨てた後は手を洗う</p> </div>   </div>				1 プラスチック 生ごみ 	2 リサイクルびん類 蛍光管 <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">北部-2</span>	3
4	5 もえるごみ 生ごみ	6 リサイクルびん類 蛍光管 <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">北部-1</span>	7 雑がみ 紙製飲料パック	8 もえるごみ 生ごみ	9	10
11	12 <span style="color: red;">スポーツの日</span> もえるごみ 生ごみ	13 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">北部-1</span>	14 ダンボール	15 プラスチック 生ごみ 	16 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">北部-2</span>	17
18	19 もえるごみ 生ごみ	20 不燃(空き缶・金物類) <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">北部-1</span>	21 新聞紙 ペットボトル	22 もえるごみ 生ごみ	23 不燃(空き缶・金物類) <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">北部-2</span>	24
25	26 もえるごみ 生ごみ	27	28 雑誌・本 発泡スチロール	29 もえるごみ 生ごみ	30	31

税金等の納期

国民健康保険税第7期	11/30
後期高齢者医療保険料第5期	11/30

# 2026年11月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
 上松町役場住民福祉課  
 TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
1	2 もえるごみ 生ごみ	3 文化の日 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	4 雑がみ 紙製飲料パック	5 プラスチック  生ごみ	6 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	7
8	9 もえるごみ 生ごみ	10	11 ダンボール	12 もえるごみ 生ごみ	13	14
15	16 もえるごみ 生ごみ	17 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	18 新聞紙 ペットボトル	19 プラスチック  生ごみ	20 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	21
22	23 勤労感謝の日 もえるごみ 生ごみ	24 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	25 雑誌・本 発泡スチロール	26 もえるごみ 生ごみ	27 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	28
29	30 もえるごみ 生ごみ	 <p>ごみのポイ捨て(不法投棄)は絶対にしないでね!        環境や景観を守るためにも、正しいごみの出し方を徹底しよう!</p> 				

税金等の納期

国定資産税第4期	12/28
国民健康保険税第8期	1/4
後期高齢者医療保険料第6期	1/4

# 2026年12月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
	 	<b>1</b> リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	<b>2</b> 雑がみ 紙製飲料パック	<b>3</b> プラスチック 生ごみ 	<b>4</b> リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>7</b> もえるごみ 生ごみ	<b>8</b>	<b>9</b> ダンボール	<b>10</b> もえるごみ 生ごみ	<b>11</b> 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	<b>12</b>
<b>13</b>	<b>14</b> もえるごみ 生ごみ	<b>15</b> 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	<b>16</b> 新聞紙 ペットボトル	<b>17</b> プラスチック 生ごみ 	<b>18</b> 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>21</b> もえるごみ 生ごみ	<b>22</b> 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	<b>23</b> 雑誌・本 発泡スチロール	<b>24</b> もえるごみ 生ごみ	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>27</b>	<b>28</b> もえるごみ 生ごみ	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	 いつもごみステーション周辺の雪かきにご協力いただきありがとうございます。 寒い日は道が滑りやすいから足元に注意してね!	

税金等の納期

町県民税・森林環境税第4期	2/1
国民健康保険税第9期	2/1
後期高齢者医療保険料第7期	2/1

# 2027年1月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
 <p>習字等で使った墨のついた紙や、かばん、靴に入っている詰物はリサイクルできないよ!</p> 					1 元旦	2
3	4 もえるごみ 生ごみ	5 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	6 雑がみ 紙製飲料パック	7 プラスチック  生ごみ	8 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	9
10	11 成人の日 もえるごみ 生ごみ	12 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	13 ダンボール	14 もえるごみ 生ごみ	15 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	16
17	18 もえるごみ 生ごみ	19 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	20 新聞紙 ペットボトル	21 プラスチック  生ごみ	22 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	23
24/31	25 もえるごみ 生ごみ	26	27 雑誌・本 発泡スチロール	28 もえるごみ 生ごみ	29	30

税金等の納期

国民健康保険税第10期	3/1
後期高齢者医療保険料第8期	3/1

# 2027年2月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
	1 もえるごみ 生ごみ	2 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	3 雑がみ 紙製飲料パック	4 プラスチック  生ごみ	5 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	6
7	8 もえるごみ 生ごみ	9 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	10 ダンボール	11 <b>建国記念の日</b> もえるごみ 生ごみ	12 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	13
14	15 もえるごみ 生ごみ	16 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	17 新聞紙 ペットボトル	18 プラスチック  生ごみ	19 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	20
21	22 もえるごみ 生ごみ	23 <b>天皇誕生日</b>	24 雑誌・本 発泡スチロール	25 もえるごみ 生ごみ	26	27

28



陶器類や食器ガラス、耐熱ガラス等は、必ず**不燃ごみ**として出してね。  
リサイクルびんと混ぜてしまうと、新しく作るびんの強度や品質に大きく影響してしまうよ!



# 2027年3月のごみ・資源物収集日

お問い合わせ先  
上松町役場住民福祉課  
TEL 52-4802 (直通)

## 北部地区

北部-1 南上条、北上条、上旭町、下旭町、正島、島、小田野、西中、西奥、台

(※才児地区…全種類を毎週水曜日に収集)

北部-2 上瀬木、下瀬木、上町、本町、中町、沖田町、常盤町、下町、田方、東奥(高山)

(※高山地区…全種類を毎週水曜日に収集)

日	月	火	水	木	金	土
	1 もえるごみ 生ごみ	2 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-1</b>	3 雑がみ 紙製飲料パック	4 プラスチック  生ごみ	5 リサイクルびん類 蛍光管 <b>北部-2</b>	6
7	8 もえるごみ 生ごみ	9	10 ダンボール	11 もえるごみ 生ごみ	12 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-2</b>	13
14	15 もえるごみ 生ごみ	16 不燃(ガラス・陶器類 灰、乾電池) <b>北部-1</b>	17 新聞紙 ペットボトル	18 プラスチック  生ごみ	19 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-2</b>	20
21 春分の日	22 振替休日 もえるごみ 生ごみ	23 不燃(空き缶・金物類) <b>北部-1</b>	24 雑誌・本 発泡スチロール	25 もえるごみ 生ごみ	26	27
28	29 もえるごみ 生ごみ	30	31 雑がみ 紙製飲料パック	 <p>牛乳などの紙パックは、トイレトーパーやティッシュ ペーパーに生まれ変わるよ！ 「洗って、開いて、乾かして」を合言葉にリサイクルしよう！</p> 		