

エコプラザごうど

インフォメーション

開館日
11月4日(日)、7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)
開館時間
9:00~11:00 開館日をご確認のうえ、お出掛けください。

※この施設は、資源ごみ回収の施設です。開館日(時間)以外の持ち込み、可燃ごみ・不燃ごみ・粗大ごみの持ち込みは、お断りしています。

回収品目

ビン類、アルミ缶、スチール缶、ペットボトル、プラスチックボトル、牛乳パック、新聞、チラシ、雑誌、段ボール、古着、毛布、雑紙、小型家電

※ビン等は水洗いして出してください。汚れている物は、お返しすることになります。
※新聞・チラシ・雑誌・段ボールは、ひもで堅く縛ってお持ちください。
※プラスチックボトルは、キャップと容器を分けてお持ちください。(ポンプは不燃ごみへ)

※ペットボトルはラベルをはがして出してください。
※小型家電はデジタルカメラ、携帯電話、家庭用ゲーム機で縦15cm×横30cm×奥行き30cm程度の大きさまでが対象です。パソコンなどの家電リサイクル法対象品目は回収できません。

修理部品調達のため 廃棄おもちゃを回収します

■日 時 11月28日(水)
9:00~11:00
■場 所 エコプラザごうど
■回収品名
電池で動く・音や光を出す・
ゼンマイ式のおもちゃ

☎ 住民環境課 環境衛生係(内線115)

11月のイベント

「焼きいも祭り」 11月14日(水)

来場された方に焼きいもを
プレゼントします。

☎ 中央清掃(株) 神戸営業所 ☎ 27-6181

し尿くみ取り収集予定表(11月)

収集予定日	くみ取り収集地区
1日・2日	昭和町・三津屋・高塚・起・幸町・栄町・宮町・井田
5日・6日	更屋敷・末守・西保・新西保
8日・9日	福井・新和・丈六道・安次・田・和泉
12日・13日	南方・八条・加納・中沢・斉田・柳瀬
19日・20日	本町・上新町・あさひ町・瀬古
26日・27日	鍛冶屋町・川西・前田・東方・新屋敷・下宮・横井・北一色・峰之井・第一中島・西座倉・落合・付寄・横町・下新町

☎ 中央清掃(株) 神戸営業所 ☎ 27-6181

わが町の緊急行動(9月度)

交通事故発生件数

人身事故件数 3件(25)
死者数 0名(0)
負傷者数 3名(33)

救急車出動状況

出動件数 62件
搬送人 59名

火災発生状況

建物火災件数 0件(4)
車両火災件数 0件(0)
その他の火災 0件(3) ()内は平成30年1月からの累計

資料出典:

大垣警察署
大垣消防組合北部消防署

昨年と比べ 可燃ごみ量が 72トン減量!

可燃ごみ量(町収集分)単位:トン

今後も皆さまの
ご協力を
お願いします。
※各年度とも
9月までの累計



	9月	年度計
平成29年度	238	1,544
平成30年度	245	1,472



材料(4人分) 鮭と高野豆腐のグラタン

鮭……………200g	顆粒コンソメ……………小さじ2
酒……………大さじ1	片栗粉……………小さじ2
高野豆腐……………2枚	水……………小さじ4
たまねぎ……………200g	塩・こしょう……………適量
アスパラ……………4本	バター……………20g
サラダ油……………小さじ2	とろけるチーズ……………80g
牛乳……………500ml	

(1人前)

エネルギー	たん白質	カルシウム	食物繊維	食塩相当量
349kcal	25.2g	352mg	1.4g	1.7g

ヘルシークッキング 食生活改善協議会 Healthy Cooking

食材アレンジ♪フレイル予防

加齢に伴い心身の活力が低下し、健康障害を起こしやすくなった状態を“フレイル(虚弱)”といいます。食べる&運動で、体力の低下を予防しましょう!今回ご紹介するお料理「鮭と高野豆腐のグラタン」は、筋肉を作る“たんぱく質”や骨を作る“カルシウム”がしっかりと摂れるように具材をアレンジしました。グラタンに高野豆腐?…という意外な組み合わせですが、料理教室では「美味しい!」と大好評でした♪食材アレンジでお料理を楽しみながら、心も体も健やかに過ごしましょう♪

作り方

- ① 鮭は一口大に切り、酒をふっしておく。
高野豆腐は水で戻したあと絞って1.5cm角に切る。たまねぎは、スライスする。アスパラは、1cm厚さの斜めに切り、下茹でする。
- ② フライパンにサラダ油を入れて熱し、たまねぎを炒める。しんなりしたら端に寄せて、鮭を焼く。鮭に火が通ったら、一度取り出しておく。
- ③ 同じフライパンに高野豆腐・牛乳・顆粒コンソメを入れて加熱し、沸騰したら5分程煮る。
- ④ ③に水溶性片栗粉を入れて、とろみをつける。さらに、塩こしょうで味を整えて、②を加えて軽く混ぜ、火を止める。
- ⑤ 耐熱容器にバターを塗り、④・アスパラ・とろけるチーズの順に入れて200度のオーブンで10分程焼いて完成。