

エコプラザごうど インフォメーション

開館日
6月2日(日)、5日(水)、
12日(水)、19日(水)、
26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。

6月のイベント
6月19日(水)
牛乳パック30枚と
トイレットペーパー
1個の交換を行います。

※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(電気毛布は不可)、雑紙、小型家電

※ビンなど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、ひもで固く縛ってお持ち
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。

昨年と比べ可燃ごみ量が

2トン減!



可燃ごみ量(町収集分)単位:トン

	4月	年度計
平成30年度	242	242
令和元年度	240	240

今後も皆さまのご協力をお願いします。
※各年度とも4月までの累計

し尿くみ取り収集予定表(6月)

収集予定日	くみ取り収集地区
3日・4日	昭和町・三津屋・高塚・起・幸町・栄町・宮町・井田
6日・7日	更屋敷・末守・西保・新西保
10日・11日	北島・福井・新和・丈六道・安次・田・和泉
13日・14日	南方・八条・加納・中沢・斉田・柳瀬
20日・21日	本町・上新町・あさひ町・瀬古
25日・26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

わが町の緊急出動(4月度)

交通事故発生件数	救急車出動状況
人身事故件数 3件(10)	出動件数 60件
死者数 0名(0)	搬送人 59名
負傷者数 3名(10)	
火災発生状況	資料出典:
建物火災件数 0件(0)	大垣警察署
車両火災件数 0件(0)	大垣消防組合北部消防署
その他の火災 0件(0)	()内は平成31年1月からの累計

ふれあいごうど朝市・夕市について

朝市	夕市
6月2日(日) 7月7日(日) 7:00~9:00	6月22日(土) 16:00~18:00
場所 ばらの里 入口 皆さまぜひお越しください!	



材料 野菜たっぷり ヘルシーキッシュ (22cmタルト形1枚分)

小麦粉……………100g	パプリカ……………50g
塩……………ひとつまみ	豆腐……………175g
オリーブオイル 大さじ2	ツナ……………35g
豆乳……………大さじ2	ミックスビーンズ…50g
ぶなしめじ……………80g	砂糖……………大さじ1/2
なす……………80g(A)	みそ……………大さじ1/2
かぼちゃ……………50g	めんつゆ……………大さじ1/2
たまねぎ……………50g	片栗粉……………大さじ1.5
ほうれん草……………50g	ミックスチーズ……………50g
アスパラ……………100g	乾燥パセリ……………適量

エネルギー	たん白質	カルシウム	食物繊維	食塩相当量
271kcal	11.4g	133mg	3.7g	1.1g

(1/4切れあたり)

●ヘルシークッキング ●食生活改善協議会 *Healthy Cooking*

野菜たっぷり♪おもてなし料理

今回ご紹介するキッシュには、6月に旬を迎えるアスパラやパプリカをはじめ、たくさん野菜を入れました。野菜には、食物繊維が豊富に含まれるため、生活習慣病の予防に繋がります。見た目がとってもカラフルなので、ジメジメとした梅雨の気分を吹き飛ばしてくれそうですね。タルト生地も、冷凍のパイ生地を代用すれば、もっと簡単に作れます。オシャレな料理で美味しく楽しい食卓をお過ごしください♪

作り方

- ①ボールに小麦粉・塩を入れてよく混ぜ合わせる。小麦粉の真ん中に穴を作り、オリーブオイル・豆乳を加える。
- ②ゴムべらで混ぜ合わせ、手でひとまとめにする。ラップに包み、めん棒で生地を伸ばしタルト型に敷いて、タルトストーンを乗せ170℃のオーブンで15分程焼く。
- ③ぶなしめじ・なす・かぼちゃ・たまねぎ・ほうれん草・アスパラ・パプリカは、1cm角に切る。
- ④かぼちゃ以外の③をフライパンで炒める。かぼちゃは、電子レンジを使って加熱しておく。
- ⑤ボウルに水切りした豆腐を入れて、泡だて器で混ぜて滑らかにする。その中へ④・水切りしたツナ・ミックスビーンズ・(A)を入れて調味する。さらに、片栗粉を加えてよく混ぜる。
- ⑥タルト型に⑤を流し入れ、ミックスチーズを乗せて、180℃のオーブンで20~30分焼く。
- ⑦焼きあがったら乾燥パセリを散らし、型から外して切り分ける。
- ⑧好みの野菜や卵とともに盛り付けて完成。