

エコプラザごうど

インフォメーション

開館日

7月4日(日)、7日(水)、14日(水)、
21日(水)、28日(水)

開館日をご確認のうえ、お出掛けください。

開館時間 9:00~11:00

※来館時には、マスクを着用し、他の利用者との距離を確保してください。

※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、お断りしております。

し尿くみ取り収集予定表(7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
14日・15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
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

昨年と比べ可燃ごみ量は 可燃ごみ量(町収集分)単位:トン

18トン 減量

	5月	年度計
令和2年度	258	532
令和3年度	275	514

今後も皆さまのご協力をお願いします。
※各年度とも5月までの累計

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。

※プラスチックボトルは、中を水洗いし、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、中を水洗いし、ラベルをはがして出してください。

※スプレー缶は、中身を使い切り、風通しの良い安全な野外で穴をあけてから出してください。

※新聞・チラシ・雑誌・段ボールはそれぞれに分け、ひもで強く縛ってお持ちください。

※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。

産業環境課 ☎27-0178



材料 かぼちゃカレーパン(4個分)

【生地】

ホットケーキMIX… 200g
水…………… 大さじ3~4
たまご…………… 1/2個
パン粉…………… 適量
サラダ油…………… 適量

【具(カレー)】

ひき肉…………… 50g
かぼちゃ…………… 50g
たまねぎ…………… 1/3玉
にんじん…………… 20g
コーン…………… 20g
カレールウ…………… 1/2かけ
水…………… 100cc

エネルギー	たん白質	カルシウム	食物繊維	食塩相当量
300kcal	7.8g	63mg	2.1g	0.9g

(1個分)

- ヘルシークッキング
- 食生活改善協議会

Healthy Cooking

人気メニューに挑戦☆

手作りカレーパン

今月ご紹介するレシピは「かぼちゃカレーパン」です。年齢問わず人気のあるカレーパンを、ホットケーキMIXを使用することで簡単に作るができます！旬のかぼちゃを使用したやさしい味のカレーパンに仕上がりました。ぜひお試しください♪

作り方

①かぼちゃカレーを作る。

- 1)たまねぎ・にんじん・かぼちゃをコーンと同じサイズにカットする。
- 2)熱したフライパンにひき肉・たまねぎ・にんじん・コーンを入れて炒める。そこへ水を入れて煮る。だいたい火が通ったら、かぼちゃを入れて更に加熱する。最後にカレールウを入れて煮込み、冷ましておく。

②ボウルにホットケーキMIX・水・溶きたまごを入れて生地を練る。

※生地の様子をみて、水分量は調節をする。

③②の生地を4等分にし、5mm程度の厚さにのばす。そこへ①のカレーをのせて包み、表面にパン粉をまぶす。

④熱した油で③をきつね色になるまで揚げたら完成。

♪♪残ったカレーのアレンジとしてもご活用ください♪♪