

エコプラザごうど

インフォメーション

開館日

10月3日(日)、6日(水)、13日(水)、
20日(水)、27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。

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、ひもで堅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

昨年と比べ可燃ごみ量は 可燃ごみ量(町収集分)単位:トン

47トン 減量

| | 8月 | 年度計 |
|-------|-----|-------|
| 令和2年度 | 269 | 1,326 |
| 令和3年度 | 287 | 1,279 |

今後も皆さまのご協力をお願いします。
※各年度とも4月～8月までの累計

10月のイベント

10月20日(水) 9:00～11:00

牛乳パック40枚とトイレトーパー1個の交換を行います。

産業環境課 ☎27-1078

し尿くみ取り収集予定表(10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 |
| 11日・12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 |
| 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



材料 ジャがいものトマトチーズグラタン(4人分)

| | | | |
|-------|-----|---------|------|
| ジャがいも | 小2個 | カットトマト缶 | 1/2缶 |
| たまねぎ | 小1玉 | (a) ソース | 小さじ2 |
| ひき肉 | 40g | (a) 白砂糖 | 小さじ2 |
| コーン | 20g | ピザ用チーズ | 20g |

| エネルギー | たん白質 | カルシウム | 食物繊維 | 食塩相当量 |
|---------|------|-------|------|-------|
| 113kcal | 5.2g | 31mg | 6.1g | 0.3g |

(1人分)

- ヘルシークッキング
- 食生活改善協議会

Healthy Cooking

旬のじゃがいもを使用した簡単グラタン☆

今月ご紹介するレシピは「じゃがいものトマトチーズグラタン」です。旬のじゃがいもを使用した、簡単なトマトベースのグラタンです。野菜たっぷりですが、チーズを使用するので、どの世代にも喜ばれる1品に仕上がりました。ぜひお試しください☆

作り方

- 1 ジャがいもは皮をむき、7～8mm程度の厚さの輪切りにし、水に浸しておく。数分浸した後、水気をきって耐熱皿に移し、ラップをして電子レンジ(600W)で3～4分程度加熱をする。
- 2 たまねぎをみじん切りにしておく。
- 3 熱したフライパンにひき肉・たまねぎ・コーン・カットトマト缶・(a)を入れて煮込む。
- 4 (a)を入れて馴染ませる。そこへ上からチーズを散らし、フタをしてチーズを溶かす。
- 5 (4)を器に盛り付けたら完成。

♪♪お子様向けの場合は、砂糖を増やすと

トマトの酸味が和らぎ食べやすくなります♪♪