

# エコプラザごうど

## インフォメーション

### 開館日

11月3日(祝)、7日(日)、10日(水)、  
17日(水)、24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(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
9日・10日	福井・新和・丈六道・安次・田・和泉
11日・12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
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

昨年と比べ可燃ごみ量は 可燃ごみ量(町収集分)単位:トン

# 50トン 減量

	9月	年度計
令和2年度	240	1,566
令和3年度	237	1,516

今後も皆さまのご協力をお願いします。  
※各年度とも4月～9月までの累計

### 燃えるごみの収集日の変更について

燃えるごみの収集日について(火・金曜地区)

祝日により以下のとおり収集日を変更されています。

11/23(火・祝) → **11/22(月)**

※くらしのカレンダーには変更後の収集日が記載されています。

※11/22(月)は(火・金曜地区)と収集日が重なるため、収集時間が遅くなる場合があります。

**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



### ほくほく♪

**材料** さつまいもとれんこんの甘からめ(4人分)

さつまいも…	200g	(a)	しょうゆ ……	大さじ1
れんこん…	200g		みりん ……	大さじ1
片栗粉…	適量		砂糖 ……	大さじ2
サラダ油…	適量		酒 ……	大さじ2

エネルギー	たん白質	カルシウム	食物繊維	食塩相当量
228kcal	1.8g	32mg	2.4g	0.7g

(1人分)

- ヘルシークッキング
- 食生活改善協議会

## Healthy Cooking

### ☆食欲の秋を楽しみましょう☆

今月ご紹介するレシピは「ほくほく♪さつまいもとれんこんの甘からめ」です。旬のさつまいもとれんこんを使用した、秋を感じていただける1品に仕上がりました。食物繊維が多い野菜なので、メタボ予防にもつながります。フライパン1つで出来上がる簡単レシピ!ぜひお試しください♪

#### 作り方

- ① さつまいもは表面を洗い、7～8mm程度の厚さの半月切りにし、水に浸しておく。れんこんは洗って皮をむき、同じく7～8mm程度の厚さの半月切りにし、酢水に浸しておく。
- ② さつまいもとれんこんの水気をきり、ペーパーで拭き取る。
- ③ ②を袋に移し、表面に片栗粉をまぶす。
- ④ 熱したフライパンにサラダ油を入れ、③をじっくり焼いていく。
- ⑤ 野菜に火が通ったら、(a)を流し入れ、からめたら完成。

♪♪事前に、さつまいもを電子レンジで加熱しておく

時短に仕上がります♪♪