

エコプラザごうど

インフォメーション

開館日

2月2日(水)、6日(日)、9日(水)、
16日(水)、23日(祝)

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日(2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
7日・8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
14日・15日	南方・八条・加納・中沢・斉田・柳瀬
21日・22日	本町・上新町・あさひ町・瀬古
24日・25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

76トン 減量

	12月	年度計
令和2年度	255	2,297
令和3年度	230	2,221

今後も皆さまのご協力をお願いします。
※各年度とも4月～12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、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 白菜とほうれん草のシチュー(1人分)

白菜	250g	油	大さじ2
ほうれん草	50g	小麦粉	大さじ2
にんじん	50g	顆粒コンソメ	4g
コーン	20g	牛乳	200ml
ウインナー	4本	水	200ml

エネルギー	たん白質	カルシウム	食物繊維	食塩相当量
192kcal	5.7g	94mg	1.8g	0.9g

(1人分)

- ヘルシークッキング
- 食生活改善協議会

Healthy Cooking

市販のルーを使わずできる!

バレンタインにもおすすめ☆

今月ご紹介するレシピは「白菜とほうれん草のシチュー」です。市販のルーを使わなくても簡単シチューのレシピになります。旬の野菜をたくさん入れたので、野菜不足の解消にもつながります。にんじんをハート型に切れば、バレンタインにもおすすめです☆ぜひお試しください♪

作り方

- ①ほうれん草は下茹でをし、食べやすい大きさにカットしておく。
- ②白菜は3cm程度のざく切り、にんじんは薄い短冊切りにする。ウインナーは斜め切りにする。
- ③熱した鍋に油を入れ、②を入れて加熱をする。だいたい火が通ったら、小麦粉を入れて馴染ませる。そこへ牛乳を入れて混ぜながら加熱をする。
- ④③のとろみがついてきたら、顆粒コンソメ・水を入れてさらに加熱をする。
- ⑤仕上げに①・コーンを入れて加熱をしたら完成。

♪♪お好みの野菜に変えてアレンジしてください♪♪