

### ◆開館日

8月 3日(水)、7日(日)、10日(水)、  
17日(水)、24日(水)、31日(水)

開館日をご確認のうえ、お出かけください。

### ◆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(8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
10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

# 25トン 減量!

可燃ごみ量(町収集分) 単位:トン

	6月	年度計
令和3年度	230	742
令和4年度	226	717

今後も皆さまのご協力をお願いします。  
※各年度とも4月~6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、お返すことになります。

※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程度のおさままでが対象です。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



## ●ヘルシークッキング● 食生活改善協議会

# Healthy Cooking

夏野菜を使った和の副菜☆お手軽サラダ

## きゅうりとトマトとツナの塩昆布サラダ

岐阜県では「野菜ファースト」をキーワードに野菜摂取量増加を目指しています。

今回のレシピは、きゅうりとトマトがツナと昆布のうま味と合わさって、お箸が進む味付けとなっています。

毎日の食事に+1皿の野菜を食べましょう♪

### 作り方

- ①きゅうりは輪切りにして塩もみして水気を絞る。
- ②トマトは一口大に切る。
- ③ボウルに(A)を合わせる。
- ④③にきゅうり、トマト、ツナ缶を入れ混ぜ合わせる。

☆きゅうりの塩もみはポリ袋を使うと便利です。

絞る際に角を切って絞れば衛生的ですよ。

### 材料(4人分)

きゅうり … 2本  
トマト … 2個  
ツナ缶 … 2缶

(A)

塩昆布 …………… 20g  
しょうゆ …………… 小さじ4  
酢 …………… 小さじ4  
砂糖 …………… 小さじ4  
ごま油 …………… 小さじ4  
白ごま …………… 小さじ4  
おろししょうが 小さじ2

(1人分)

エネルギー	たん白質	カルシウム	食物繊維	塩分
116kcal	8.3g	47.5mg	1.6g	1.0g

広報ごうど7月号の「ヘルシークッキング」において、オクラに含まれる成分を「ムチン」と表記しておりましたが、誤りであることが判明しました。お詫びして訂正いたします。