

エコプラザごうど

インフォメーション

◆開館日

9月 4日(日)、7日(水)、14日(水)、
18日(日)、21日(水)、28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。

◆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

昨年と比べ可燃ごみ量は

18トン 減量!

可燃ごみ量(町収集分) 単位:トン

	7月	年度計
令和3年度	249	991
令和4年度	256	973

今後も皆さまのご協力をお願いします。
※各年度とも4月~7月までの累計

◆9月のイベント

9月18日(日)「布団・カーペット類を回収します」
9:00~11:00 1枚あたり500円

※汚れているもの、破れているものは持ち込みできません。

※1m以内にたたみ、ひもで固く縛ってお持ちください。

※ダウン50%以上の表示のある羽毛布団は無料です。

※ダウン50%未満の表示のある羽毛布団は燃えるごみで出してください。

※電気カーペットは丸めて縛り、「電気カーペット」と貼り紙をして、大型ごみで出してください。

※ござ、ウレタンマットレス等は50cm角以内に切って燃えるごみに出してください。

し尿くみ取り収集予定表(9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



●ヘルシークッキング● 食生活改善協議会

Healthy Cooking

子どもも大人も楽しく作ろう☆野菜たっぷり朝ごはん

野菜そぼろ丼

今回は、親子で作って楽しめる☆朝ごはんのレシピをご紹介します。電子レンジも活用し、簡単に作っていただけたと思います。

朝ごはんにも野菜をたくさん食べましょう♪

作り方

- ①コーン以外の野菜は大きめのみじん切りにして、耐熱容器に入れる。
- ②①にラップをして、電子レンジで600w、2分加熱する。
- ③(A)を混ぜ合わせておく。
- ④フライパンに油をひき、豚ミンチを炒める。
- ⑤豚ミンチの色が変わったら、②の野菜とコーンを入れて混ぜる。
- ⑥(A)の調味料も入れて、水分がなくなるまで混ぜる。
- ⑦器にご飯を入れ、その上に⑥をのせる。

☆肉や野菜の種類を変えてアレンジもできますよ♪

材料(4人分)

豚ミンチ	320g	(A)	しょうゆ	大さじ2
玉ねぎ	180g		酒	大さじ1/2
パプリカ	80g		みりん	大さじ1/2
にんじん	60g		砂糖	大さじ1
ピーマン	60g		ごはん	480g

コーン	60g
サラダ油	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
434kcal	19.5g	31mg	2.7g	1.5g

