

エコプラザごんど

インフォメーション

◆開館日

9月 3日(日)、6日(水)、13日(水)、
17日(日)、20日(水)、27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

※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(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・未守・西保・新西保
7日・8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㈱ 神戸営業所 ☎27-6181

産業環境課 ☎27-0178

昨年度と比べ可燃ごみ量は

65トン

減量!

可燃ごみ量(町収集分) 単位:トン	7月	年度計
令和4年度	256	973
令和5年度	222	908

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17日(日) 9:00~11:00

「布団・カーペット類を回収します。」

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。

※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、大型ごみで出してください。

◆回収品目

ビン類、アルミ缶、スチール缶、ペットボトル、プラスチック製容器包装、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。

※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。(キャップとラベルはプラスチック製容器包装へ)

※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。

●ヘルシークッキング● 食生活改善協議会

Healthy Cooking

家族で挑戦☆和食文化を伝えよう

フライパンde五平餅

食育の取組の一つとして「日本の食文化の継承」があります。地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切に、次の世代への継承を図りましょう。「五平餅」は、中部地方の山間部に伝わる郷土料理です。

今回は、ご家庭でも簡単に作れる「フライパンde五平餅」のレシピをご紹介します。みんなで楽しく作っておいしく食べて、和食文化を伝えていきましょう♪

作り方

- ①ボウルにあたたかいご飯を入れ、水で濡らした麺棒などで半分粒が残るまで潰します。
- ②1/4量ずつラップに取り、平たくまるめる。
- ③くるみをすりこぎですり潰し、みそだれの調味料を全て混ぜ合わせ、鍋に入れ加熱する。
- ④フライパンに油をひいて熱し、②を入れて両面に焼き色がついたら取り出す。
- ⑤④に③をつけたら完成。



材料(4人分)

米……………0.9カップ
もち米……………0.9カップ
水……………1.9カップ
油……………小さじ1

みそだれ

みそ……………大さじ2
酒……………小さじ1
砂糖……………大さじ2
しょうゆ……………小さじ1/2
みりん……………小さじ1
バターピーナッツ…5g
白すりごま……………5g
ねりごま……………5g
くるみ……………3g



栄養価(1人分)

エネルギー	たん白質	カルシウム	食物繊維	食塩相当量
340kcal	7.2g	40mg	1.4g	1.0g

クイズ(P20)の答 問1:③ 問2:① 解説書を読んでください。
解説書のある所:ひよしの里、広神戸駅、役場、図書館、中央公民館、ばらの里、社協