

エコプラザごうど インフォメーション

◆開館日

11月 3日(日)、6日(水)、13日(水)、
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。

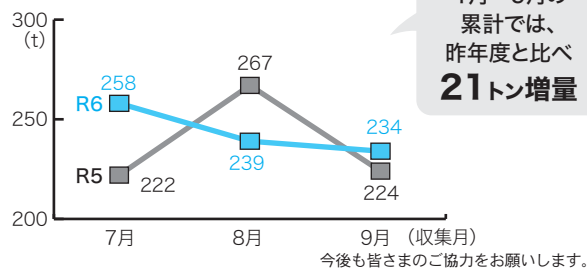
し尿くみ取り収集予定表(11月)

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
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(株) 神戸営業所 ☎27-6181

産業環境課 ☎27-0178

可燃ごみ量の推移



◆電池の分別について 産業環境課 ☎27-0178

乾電池は下記の種類に分別して出してください。

- ①通常のアルカリ、マンガン乾電池(単1~単5形等)
- ②ニッケルカドミウム、リチウムイオン電池等の充電式電池
- ③ボタン電池

※乾電池の中には他の有害危険ごみ(電球、カミソリ等の刃物等)を混ぜないでください。

◆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。

※プラスチック製容器包装は、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。

●ヘルシークッキング● 食生活改善協議会

Healthy Cooking

全国で親しまれる郷土料理

野菜たっぷりのっぺい汁

のっぺい汁はたくさんの地域で食べられている郷土料理で、地域や
ご家庭で色々な作り方があります。

今回紹介する「野菜たっぷりのっぺい汁」は、里芋でほんのりと
ろみがついて、野菜の甘みもたっぷり味わえる、ほっとする一品で
す。ぜひ作ってみてください。

作り方

- ①材料を全て乱切りにする。こんにゃくは下茹でし、油揚げは
油抜きをする。
- ②だし汁にごぼうを入れ煮る。
- ③大根、にんじんを加え少々柔らかくなった頃に、塩でもんだ
里芋、こんにゃく、油揚げを加える。煮立ったらアクをとる。
- ④すべての野菜に火が通ったらはんぺんを加える。
- ⑤煮あがったら味を調整する。



材料(4人分)

だし汁	720cc	油揚げ	1枚
ごぼう	60g	はんぺん	50g
にんじん	50g	こんにゃく	50g
大根	200g	しょうゆ	大さじ1.5
里芋	4個	砂糖	小さじ1

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
102kcal	5.1g	83.3mg	4.7g	0.8g