

g エコプラザごうど

インフォメーション

◆開館日

4月 2日(水)、6日(日)、9日(水)、
16日(水)、20日(日)、23日(水)
30日(水)

5月 4日(日)、7日(水)

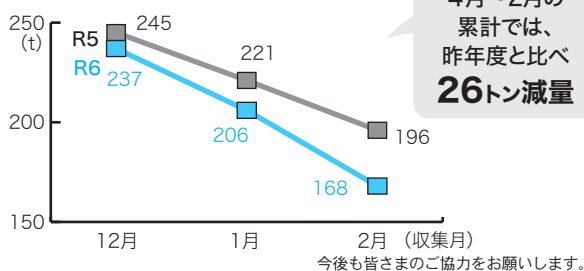
開館日をご確認のうえ、お出かけください。

◆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。

可燃ごみ量の推移



○4月のイベント 4月20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。
※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、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、ひもで固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

し尿くみ取り収集予定表(4月・5月はじめ)

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
5月1日・2日	昭和町・三津屋・高塚・起・幸町・栄町・宮町・井田

中央清掃(株) 神戸営業所 ☎27-6181

産業環境課 ☎27-0178



材料(4人分)

菜の花140g
れんこん80g
コーン缶80g

(A) しょうゆ小さじ1
酢大さじ2
サラダ油大さじ1/2
練りわさび小さじ1/2

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
61kcal	2.6g	61mg	2.8g	0.3g

●ヘルシークッキング● 食生活改善協議会

Healthy Cooking

菜の花とれんこんのサラダ

菜の花は、甘くほろ苦い味わいが特徴の野菜です。緑黄色野菜の一種でビタミンやミネラル、食物繊維が豊富に含まれています。今回ご紹介するレシピ「菜の花とれんこんのサラダ」は、味付けにわさびを使用しました。わさびの香りが味のアクセントになり、しょうゆを減らしても塩味の物足りなさや補うことができます。また、菜の花のほろ苦い味わいも減塩を手伝ってくれます。ぜひ、お試しください。

作り方

- ①れんこんは皮をむいて1~2mm厚さの輪切りにし、酢水にさらしてアク抜きをする。これを酢少々を加えた熱湯でサッとゆで、ザルに上げて水気をきっておく。
- ②菜の花は塩少々を加えた熱湯で手早くゆで、水にとってさましたら水気を絞り、食べやすく切る。コーン缶は汁をきっておく。
- ③(A)の調味料をよく混ぜ、①と②をあえて皿に盛る。