

エコプラザごうど

インフォメーション

◆開館日

7月 2日(水)、6日(日)、9日(水)
16日(水)、23日(水)、30日(水)
8月 3日(日)、6日(水)

開館日をご確認のうえ、お出掛けください。

◆開館時間 9:00~11:00

※この施設は、資源ごみ回収の施設です。

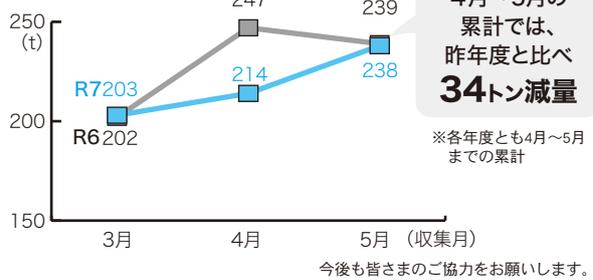
開館日(時間)以外の持ち込み、可燃ごみ・不燃ごみ・粗大ごみの持ち込みは、お断りしております。

し尿くみ取り収集予定表(7月・8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
5日・7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
22日・23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
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

中央清掃課 神戸営業所 ☎27-6181

産業環境課 ☎27-0178

可燃ごみ量の推移



今後も皆さまのご協力をお願いします。

◆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)

※発泡スチロールは握りこぶし大の大きさに割ってお持ちください。

※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



材料(直径15cm丸型)

たまご 3個
 麩 30g
 さとう 80g
 ココアパウダー 20g
 ベーキングパウダー 10g
 牛乳 50g
 サラダ油 大さじ1
 製菓用チョコレート 100g
 生クリーム 50cc

栄養価(1/6カット分)

エネルギー	たん白質	カルシウム	食物繊維	食塩相当量
277kcal	9.4g	112.5mg	1.0g	0.5g

●ヘルシークッキング● 食生活改善協議会

Healthy Cooking

お麩ガトーショコラ

今回ご紹介するレシピは、「お麩ガトーショコラ」です。
 お麩を小麦粉の代わりにして作りました。軽くてもちもちの
 いいガトーショコラが完成しました。
 ミキサーで混ぜるだけの簡単レシピです。ぜひお試しください。

作り方

- ①オーブンは180℃に予熱しておく。常温に戻しておいたたまごをミキサーに入れて10秒ほど混ぜる。
- ②①に麩、さとう、ココアパウダー、ベーキングパウダー、牛乳、サラダ油を加え、ミキサーにかける。途中で一度止め、周りについた粉をゴムベラなどで落とし、再度なめらかになるまでミキサーにかける。
- ③大きめの耐熱ボウルに小さく割ったチョコレートと生クリームを入れる。ふんわりとラップをしてから電子レンジで1分30秒ほど加熱し、チョコレートを溶かす。その後、②を加えて混ぜる。
- ④クッキングシートを敷いた型に流し入れ、180℃のオーブンで30~35分焼く。粗熱を取り、型からはずし完成。