

健康でおいしい
メニューを紹介!

ヘルスマイト おすすめレシピ

046

TODAY'S MENU

小松菜と切干大根のサラダ

ingredients

材料 (2人分) 作りやすい量です ※分量は目安です

切干大根	20g	めんつゆ	大さじ 1/2
小松菜	50g	塩・こしょう	少々
マヨネーズまたは ゴマドレッシング	大さじ 1	ゆで卵	1/2 個



POINT

小松菜をゆでる時に硬さを調節しましょう。
小松菜の代わりに、菜の花やさやえんどう
を使っても美味しいです。



今月の
ヘルスマイト
さん

エネルギー	塩分
123 kcal	0.5 g
(1人分当たり)	

HOW TO MAKE

作り方

- 切干大根をボウルに入れ、水 大さじ 3～4 杯、塩 2～3 つまみでよくもむ。
- 塩を洗い流して 2～3 分ゆでる。水気を切って冷ます。
- 小松菜もゆでて水気を切る。

1

切干大根と小松菜は、3cm くらいに切る。ゆで卵は、1cm 角に切って、めんつゆ、マヨネーズ (またはゴマドレッシング) で和え、塩・こしょうで味を調える。

問合せ 保健センター (☎ 75 - 6471)

問合せ ごみ政策課 (☎ 76 - 1187)

教えて! エコリン!

バッテリー使用製品について

バッテリー使用製品とは

モバイルバッテリーや加熱式たばこ (電子タバコ) 等、充電して使用できる製品の事です。
これらは力が加わると発熱するという性質を持っています。

製品 (例)



出すときの注意点

- ◎必ず透明袋に入れて危険ごみとして出す
- ◎白・赤・緑の袋には絶対入れない



指定の袋はありません。
中身に何が入っている
か分かる透明な袋を使用してください。

NO!! 透明袋以外に入れると...



▲実際に発火があったごみ収集車 (他市の事故)

火災発生の可能性大!

バッテリー使用製品は必ず
透明袋で出してください!

ごみ収集車の仕組みを知っていますか?

ごみ収集車は下図のように押込板と回転板が連動することによりごみを圧縮して一度にたくさんのごみを運ぶことができるようになっています。

この圧縮する過程の中でバッテリー使用製品が混入した場合、回転板と収集車で挟まれることにより圧力がかかり発熱または発火の原因となります。

火災事故を無くすためにも排出ルールはしっかり守りましょう!



※危険ごみは圧縮しない車両で安全に収集しています!

エコリンの
コラム



小牧市環境キャラクター「エコリン」