

家電4品目の処分方法

家電4品目は「家電リサイクル法」により、消費者がリサイクル料金を負担して、家電メーカーによる適切なリサイクルが義務付けられています。

家電4品目の リサイクル方法

家電4品目を処分する時は、次の3つの方法でリサイクルを行ってください。いずれの場合でもリサイクル料金は発生します。

①買い替え

製品の買い替えを行う時は、新しく購入するお店に引取りを依頼する。

②処分のみ

処分する製品を購入したお店に引取りを依頼する。

③持ち込み

郵便局でリサイクル券を受け取り、サイズに応じた料金を支払う。指定引取場所(ワズカタ資源(株)沼田インター事業所)まで持ち込み処分する。

※リサイクル券について
家電リサイクルコールセンター
午前9時～午後6時(日・祝休)
0120・319640

⚠ 法律でリサイクルが
義務付けられています



リサイクル義務

【家電4品目】

- ・エアコン
- ・テレビ
- ・冷蔵庫、冷凍庫
- ・洗濯機、衣類乾燥機

野菜食活

毎月29日は、やさい王国昭和村の日

ほうれん草の ハンバーグ

POINT

ほうれん草の臭みは、醤油をかけ絞ると青臭さがなくなります。



材料(2人分)

豚ひき肉	150g
ほうれん草	50g
玉ねぎ	40g
にんじん	20g
卵	1個
パン粉	30g
塩	小さじ1/4
サラダ油	小さじ1/2
[ソース] 中濃ソース	10g
ケチャップ	5g

1. ほうれん草は塩ゆでし、細かく刻む。
2. 玉ねぎ、にんじんはみじん切りにする。フライパンに油を敷き、しんなりするまで炒める。皿に移し、粗熱をとておく。
3. ひき肉をよく練り、卵と①、②、塩を入れ、粘り気が出るまで練り混ぜる。
4. ③にパン粉を入れて混ぜ合わせ、等分して形を整える。
5. フライパンに油を敷き、中火で十分に温めてから④を入れる。両面に焼き色をつけ、弱火にし、ふたをして蒸し焼きにする。
6. ソースを混ぜ合わせておく。
7. ハンバーグに火が通ったら、皿に盛り付け、⑥のソースをかける。

【1人分栄養価】エネルギー229kcal、たんぱく質21.6g、脂質9.6g、食物繊維2.0g、食塩相当量1.4g