

優秀な成績を収めた皆さん



新井 真惺さん
(府立北かわちwaが丘高校3年生)
○Krush.180 プレ
リミナリーファイト
Krush バンタム
級 2ラウンド KO
勝利(プロ3戦目)



秋野 隆志さん
○日本マスターズ陸上競技選手
権 2025 福岡 M60 走幅跳
(5m28)・3位



堤 弘幸さん
○日本スポーツマスターズ2025愛媛大会
空手道 男子組手4部55~59歳の部
優勝



山下 憲治さん、アンティス
(ボーダーコリー)、トトチャ (トイ
ピードル)
OFCI Agility World
Championship 2025 in
Sweden出場



市駅前がアートに染まる2日間
寝屋川文化芸術祭

11月1日～2日、「寝屋川文化芸術祭」が開催さ
れました。

寝屋川市駅東側エリアを中心とした各会場で芸
術体験や手作り市、各種ステージ発表などが行わ
れるイベントで、子どもから大人まで幅広い世代
が参加。秋空の下、思い思いに芸術の秋を楽しむ
姿が見られました。



月見とランタンのタベ

11月8日～9日に打上川治水緑地で開催された
「月見とランタンのタベ」。初日には1日当たり
過去最大の約22,000人が会場を訪れました。本物
のろうそくで灯(とも)す5,000本のランタンが広
場を埋め、幻想的な空間を演出していました。

秋の夜にぴったりなグルメも多数登場し、夜の
ピクニックを楽しむ人々の笑顔がたくさん見られ
ました。



北幼稚園の子どもたちが
小学校給食を体験!!

11月5日、市立北幼稚園の子どもたちが市立北
小学校で学校給食を体験しました。

隣接する2施設での連携の一環として行われた
もので、当日は5歳児の子どもたちが小学校5年生
の給食に参加。「分からないことは何でも聞いて」
「おいしい?」と“先輩”たちが積極的に声をかけ、園児たちも笑顔で給食を楽しんでいました。



エンジョイ! スポーツの秋
エンジョイフェスタ in ねやがわ

10月19日、打上川治水緑地で「2025エンジョ
イフェスタinねやがわ」が開かれました。

今年は天候が危ぶまれていましたが、無事に開
催。「お助け玉入れ」「パン釣り競争」などの運
動会や人気のアトラクションなどが多数用意さ
れ、子どもたちが思い切り身体を動かして楽しむ
姿が印象的でした。

簡単に作れておいしく適塩な料理を紹介します
はちかづキッチン 第3弾

問 保健総務課 (☎ 829・7771)

公立の小・中学校給食の味を家庭でも♪きっと、わが家のお
気に入り!ぜひ作って食べてみてください。

これまでのメニューはこちらから▶



No.5 郷土料理♪いもなんば



1人分…71kcal、食塩相当量0.6g

材料(4人分)

- さつまいも……………中1本
油あげ(京あげ)…………1/8枚
青ねぎ……………1/3袋
だし汁……………150ml
a しょうゆ……………小さじ2と1/2
砂糖……………小さじ1と1/2

作り方

- ①さつまいもは皮をむかずに幅2cm
の半月切りにし、水につけてアツを

『簡単に作れておいしく、適
塩!』をかなえるレシピを紹介し
ている「はちかづキッチン」。

第3弾では、“合わせだし”を
活用した公立の小・中学校給
食のうまいたっぷり料理を紹介
します。

抜く。油あげは油抜きをして小さめ
の短冊切りにする。青ねぎは白い部
分と青い部分に分けて3cm長さに
切る。

②鍋にさつまいも・油あげ・だし汁を入
れて中火で煮る。

③②が煮立ったら、aとねぎの白い部
分を入れて煮る。

④③のさつまいもがやわらかくなっ
たら、ねぎの青い部分を入れて火を止
める。