

すくすく! よどきす



なぐら ゆいは
名倉 結葉 ちゃん
たくさん食べて
大きくなあれ〜☆



むらかみ ちはる
村上 千晴 ちゃん
これから
初めての離乳食♪
いただきます〜!



おおき そうすけ
大木 蒼介 ちゃん
箱入り坊や♪



にしの えな
西野 依那 ちゃん
マクドナルドの
店員さんに
なりきりました。



いけにし おと
池西 織都 ちゃん
寝返りでできて
嬉しいね!



あなたのお子さんも
広報誌デビューしませんか?
申込等の詳細はこちらから!

問合せ 政策企画課(広報)5階51番 ☎6308-9404

野菜を食べる! つくってえーよう!

今が旬の人参を使用した、みくにひじり幼稚園の給食レシピです。旬の野菜は美味しいうえに栄養価が高く、人参は寒くなると甘味が増すので、子どもも食べやすくなります。

野菜クイズ!

人参に含まれるビタミンAは、抗酸化作用があり免疫力も高めてくれます。では、人参のビタミンAを効率よく吸収する調理法は?

- A: よく冷やす
- B: 皮をむく
- C: 油で炒める



答えはコーナーの右下

ミートマカロニ

材料 大人1人分

豚小間切れ…………… 50g
玉ねぎ…………… 小1/3個
にんじん…………… 小1/5本
マカロニ(乾)…………… 大さじ5
水…………… 大さじ1と1/3
カットトマト缶…………… 小さじ2
コンソメ(顆粒)…………… 小さじ1/4
ケチャップ…………… 小さじ2
ウスターソース…………… 少々
カレー粉…………… 少々
食塩…………… 少々

カレー粉を隠し味に
苦手な野菜も食べやすく!



調理時間 15分

- ① 豚肉は1cm角に刻む。玉ねぎは長さを半分にして繊維に沿った薄切り、にんじんはいちょう切りにする。
- ② マカロニは袋の表示通りにゆでて、ザルにあげておく。
- ③ フライパンにサラダ油(分量外)をひいて温める。
- ④ 豚肉を炒めて色が変わったら、玉ねぎとにんじんを入れてしんなりするまで炒める。
- ⑤ 水とトマト缶、調味料を入れて混ぜたら、マカロニも加えてなじませる。



(1人分当たり 126kcal/塩分0.5g)

答え:C

問合せ 保健福祉課(健康づくり)2階22番 ☎6308-9882

身近な地域活動を知ってみよう! よどまち 掲示板

地域活動協議会(地活協)をはじめ、いろんな人や団体が、淀川区のまちを良くしようと地域活動に関わっているよ。みんなが暮らす地域の活動を知って、参加してみよう!

第8回 もちつき大会

地域によっては、毎年冬にもちつき大会が開催されています。みなさんでお餅をついて丸めて食べながら交流を深め、ふれあいのある地域づくりや一体感のあるまちづくりをめざしています。また、伝統的な行事を子どもたちに継承するという大切な目的もあります。寒い冬に温かいお餅を食べて、みんなと一緒にほっこりしませんか?

(※事業の有無や事業名、参加条件等は地域によって異なります)



地域のもちつき大会実施日

北中島	12月14日(日)
宮原	2月22日(日)
三国	12月7日(日)
西中島	12月14日(日)
木川	12月14日(日)
木川南	2月初旬
十三	1月11日(日)
神津	2~3月

※開催日は変更となる場合があります



参加してみたい方は、
まず地域に問合せてみてね!



詳しくは▲

問合せ 市民協働課4階41番 ☎6308-9734 / 淀川区まちづくりセンター 区役所4階 ☎6309-5656



淀川通信

vol.75

淀川区の「こんなことやりました」をお届けします

10月11日(土) 全国地域安全運動淀川区民大会 開催!

第1部は防犯功労者表彰や協力企業表彰などの式典、淀川区住みます芸人「はるかぜとともに」による防犯漫才や大会宣言を行い、第2部では大阪府警察本部音楽隊の演奏で、区民大会を大いに盛り上げました。



10月31日(金) 夢ちゃんマスコット作品のご応募ありがとうございました!

7月1日(火)から募集しておりました夢ちゃんマスコット作品、たくさんのご応募ありがとうございました!いただいた作品は、12月24日(水)~1月20日(火)の間、区役所1階にて展示しますので、ぜひお越しください。



11月7日(金) 個別避難計画に関する協定を締結しました!

災害時に避難の支援が必要な方々(要援護者)に対する個別避難計画の作成に取り組むことについて、木川地域活動協議会と協定を締結しました。地域住民が安全で安心できるまちづくりのために、これからもご協力をお願いします!



11月7日(金)・8日(土) 新大阪グリーンウォークブルトライアル2025「シンオーサカ ミナミートフェス」開催!

新大阪駅南口エリアの賑わいを創出する社会実験として開催。横山市長も挨拶の中で、大阪の玄関としての新大阪への期待や重要性等を語りました。

