

—どうしてパン屋になろうと思ったのですか
中学生の時に、友だち3人と一緒にパン屋になろうと話



路子さんの通訳でインタビューしました

地域で働く人を紹介するシリーズの第10回は、川添町でパン屋「オンコーアンマタン」を営むペグロ・パトリスさん、ペグロ路子さん夫妻です。7月28日、店の休業日に訪れてインタビューしました。

香櫨園地域で働く人(第10回)

わたしたちのまち 香櫨園

2026年
11・12月号

編集・発行 香櫨園コミュニティ協議会 / kouen.com@gmail.com



—なぜ、香櫨園で店を開くことになったのですか
西宮に家族がいること、この地域がとても好きだからです。
—1日に何種類のパンを何個くらい焼いていますか
50種類ぐらいのパンを平日は5〜600個、土・日曜日は900〜1000個くらい焼いています。



温かい雰囲気の中、楽しくインタビュー

—したのがきっかけです。パン屋の仕事は朝が早いので、仕事が終わった後にみんなで遊べると思って選びました。

—作るのが得意なパン、難しいパンは何ですか
作るのが得意なパンはバゲットですが、難しいのもバゲットです。
—新作のパンを出す頻度はどれくらいですか
常に同じものを作り続けるというのがフランスのパン屋のスタイルなので、あまり新作は出さないです。
—パンを作っている時、どんな思いを込めますか
パンを買って食べてくれるお客さんに喜んでもらえるように、気持ちを込めて作っています。
—パン作りで特に気を付けていることは何ですか
焼くときの温度に一番気を付けます。焼き過ぎたり、焼きが足りなかったりすると、お客さんが見たときに選んで



ワッキーをいただきながら歓談

—パン職人になって一番うれしかったこと、楽しかったことは何ですか
パン職人の技術があることで、世界のいろいろな国に行って仕事を体験できたことが楽しかったことです。これまで、アフリカのコートジボワール、エチオピア、カナダ、中国で仕事をしました。
—一番に大変なことは何ですか
大変なのは朝起きること。「起きたくないな」と思うこと (次ページに続く)



言葉の端々にパンへの愛情があふれます

—営業日は仕事は何時に始まり、何時に終わりますか
土・日曜日は、午前1時30分に起きて、2時から仕事を始め、18時30分から19時ごろまで働きます。

Beauty salon Pur la forêt

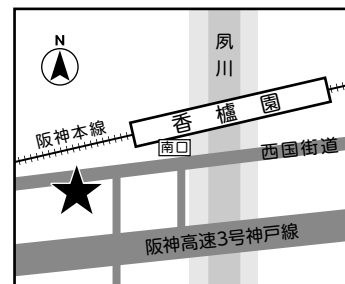


@TOMOKO_HASHIMOTO1023

地域に寄り添うサロンとして、特別な日の着付けから普段のスタイルづくりまで幅広くサポート。お客様のお悩みに合わせて、髪本来の美しさを引き出すカット・カラー・トリートメントで、毎日がちょっと嬉しくなるようなスタイルをご提案します。

住所 西宮市川西町8-22

TEL 0798-26-6661



阪神香櫨園駅徒歩1分駅前サロン

とがあります。それと立っている時間が長いことも大変です。

—もしも、パンが売れ残ってしまったらどうしますか

できるだけ残らないように気を付けています。バゲットなどは冷凍してレストランに納品したり、それでも残ったものは家族やスタッフで分けたりしています。

—休みの日は何をしていますか

パソコンで仕事をしたり、仕込みをしたりしています。

—修行時代はどんなことをしていましたか

いろいろなことを教えてもらうために、ずっとシェフの横について仕事をしていました。当時、体重が60kgの私が、50kgの粉の袋をシェフのところに運ばないといけないので大変でした。

—今後の目標はありますか

60歳を超えたので、パン職人としては引退して、次のステップに進むことが目標です。

—朝はパン派ですか、ごはん派ですか

パンです。ごはんも大好きですが、朝はパンから。

—パンを家でおいしく食べるコツを教えてください

日本は湿度が高いため、湿気がこもるビニール袋ではなく布巾などで優しく包んで保存するのがお勧めです。ビニール袋だと湿気がこもり、パンの風味が損なわれ、しんなりしてしまいます。布巾だと水分が飛び過ぎず、湿気がこもりません。

—食べるときは、トースターをしっかりと予熱してから温め直すとおいしく食べることができます。



前列左から横野花寧さん(5年)、山内悠誠さん(5年)、吉本朱織さん(5年)、吉本瑚都さん(2年)、室林滯さん(4年)。後列左からペゲロ路子さん、ペゲロ・パトリスさん

今回誌面に掲載できなかった内容をホームページ「香櫨園情報ひろば」に掲載していますのでご覧ください



【浜脇中学校】中学校総合体育大会・コンクール結果

《西宮市中学校総合体育大会》

★陸上競技部

男子総合	3位
男子400m	優勝
女子円盤投げ	優勝
女子200m	2位
女子800m	2位
男子100m	2位
男子円盤投げ	3位
男子3000m	3位

★水泳部

女子400m自由形	優勝
男子400m自由形	優勝
男子200m平泳ぎ	3位

★柔道部

男子団体戦	優勝
男子個人戦	3階級優勝
女子個人戦	優勝
男子個人戦	準優勝
男子個人戦	3階級3位

★女子卓球部

団体内上級の部	準優勝
団体内下級の部	準優勝
女子個人戦	準優勝

★男子卓球部

団体内下級の部 優勝
※団体内上級・個人の部 阪神大会出場



この1球にすべてを懸ける

★剣道部

男子団体戦	3位
女子団体戦	3位

※団体・個人阪神大会出場

★男子バレーボール部

準優勝

★男子バスケットボール部

準優勝

★ソフトボール部

※阪神大会出場

《阪神中学校総合体育大会》

★陸上部

男子400m	2位
--------	----

※県大会出場

女子円盤投げ

女子200m	優勝
男子円盤投げ	優勝
男子3000m	優勝

★水泳部

女子50m自由形	優勝
女子100m自由形	準優勝

★女子卓球部

女子団体戦	準優勝
-------	-----

※県大会出場

★男子バスケットボール部

第3位

★柔道部

男子団体戦	3位
男子個人戦	準優勝
男子個人戦	3位

※団体・個人 県大会出場



ここから抜ける。ここで決める

YAMAKAGE



CLINIC

内科・外科・胃腸科 やまかげクリニック

内視鏡検査随時受付中

☎0798・38・2030

P有
(6台)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
午後4:30~7:30	○	○	○	/	○	/	/

西宮市

阪神香櫨園駅スグ

西宮市市庭町6-10

院長 山陰 圭一

一拍の静寂を裂く、鋭い攻め合い



跳ぶ、止める、ぶつかる。勝負の一瞬

★西宮市「中学生の主張」大会

銀賞

暗唱部門 優勝

★中学生英語暗唱スピーキング大会

アナウンス部門 入賞

コンテスト兵庫県大会

★放送部

NHK杯全国中学校放送コンテスト

★合唱部

兵庫県合唱コンクール

西阪神地区大会 銀賞

★吹奏楽部

【文化部・他】

女子100m自由形

女子50m自由形

★水泳部

《全国中学校水泳競技大会》

男子個人戦 ベスト8

男子団体戦 ベスト16

★柔道部

女子100m自由形 準優勝

女子50m自由形 準優勝

★水泳部

《兵庫県中学校総合体育大会》

スポーツクラブ21香櫨園
香櫨園ファイターズ

現在、香櫨園小学校校区のスポーツクラブ21香櫨園では、野球、サッカー、バレーボール、少林寺拳法、バドミントン、クォーターテニスが行われています。今回は、野球チーム「香櫨園ファイターズ」を紹介します。

昭和51(1976)年創部で県大会への出場経験や市内大会で優勝実績を持つ古豪チームです。練習は毎週土・日曜日で、主に香櫨園小学校のグラウンドや近隣の球場で活動しています。

小学1～6年生の男女36人が、「元気に明るく」「練習は厳しく、試合はのびのびと」をモットーに練習に励み、夏休みには合宿もありました。

船本多賀夫代表は「『負けない野球』を目指しています。

負けないとは、試合だけでなく、あいさつや相手へのリスペクトなどのスポーツ精神の部分も大切にしています」と話しました。

創部50周年の記念すべき

年に、香櫨園ファイターズ史上初の甲子園球児が誕生しました。兵庫県立社高等学校3年生の山口湮選手です。今夏、全国高等学校野球選手権大会で優勝した智辯和歌山高等学校を相手に大接戦の末に惜敗しましたが、2番・DHとして出場し、最後まで粘り強く勝利への執念を示しました。

取材したこの日は、出場記念メダルをかけて凱旋訪問していました。希望者にメダルをかけて一緒に記念撮影を

したり、阪神甲子園球場の土を小瓶に分けてファイターズの子どもたち一人一人にプレゼントしました。初めて目の当たりにする甲子園球児に、やや緊張した面持ちの子どもたち。山口選手が在籍時に関わったコーチたちは、教え子の成長に顔をほころばせて記念撮影などをしていました。



スタメン出場した山口湮選手



甲子園球場の土をプレゼント

現地へ応援に行ったコーチや保護者もいて、卒部しても部を挙げて山口選手を応援していました。

「子どもたちの近くで成長を感じたり、一緒に喜びなどを分かち合えることがコーチをしていて良かったことです」と話すコーチたち。この日はコーチにとってはうれしい1日に、子どもたちにとっては憧れの高校球児を身近に感じられた貴重な日となりました。



プレゼントされた甲子園球場の土

(次ページに続く)

外科・内科・脳神経外科・整形外科・形成外科・循環器内科・心臓血管外科・泌尿器科・消化器内科・消化器外科・内視鏡内科・内視鏡外科・呼吸器内科・呼吸器外科・肛門外科・放射線科・リハビリテーション科・麻酔科

医療法人社団
清 和 会

さ そ う
笹 生 病 院

〒662-0964 西宮市弓場町5番37号 TEL.(0798)22-3535

koroenfighters@gmail.com

【連絡はこちらから】

楽しく、時に厳しく、コーチも一緒に練習に取り組むファイターズ。現役選手のお父さんコーチやOBコーチも多いので、子どもたちとの距離も近いです。練習以外にも淡路島での合宿や冬にはクリスマス会などの行事もあり、コーチと選手だけでなく、家族も一緒に楽しめる一体感のあるチームです。

部員の募集は随時、受け付けていますので、気軽に体験などに来てください。



山口選手を囲み全員で記念撮影



↓カルタを楽しむ姿



↑人生よかったカルタ

講座ではカルタを使って楽しく実践しました。参加者からは「考え方一つで変わる」「日常で続けたい」と好評でした。

この思考は、嫌なことがあっても無理に前向きになる必要はありません。怒っても落ち込んで大丈夫。そこから「よかった」を探して気持ちを切り替えていきます。「事実は1つ、考え方は2つ」人の長所や自分の良さにも気づけます。

浜脇・香櫨園交流ひろばの会の主催で、「和田式陽転思考」の講座が開かれました。作家の和田裕美さんによる「陽転思考」は、小学校の授業で取り入れられているところもあるそうです。

和田式陽転思考と
「人生よかったカルタ」
で朗らかに

わが家のアイドル

下葭原町 友野家 ロイ コザクラインコ ♂ 2歳



2年前、バードショップで出会ったコザクラインコに一目ぼれしてわが家へ迎えました。

最初は、少し警戒していて距離がありましたが、今ではすっかり家族の一員です。名前を呼ぶと「ピ！」と元気いっぱい返事をしてくれるのが毎日の楽しみ。肩や頭にちょこんと乗ってくる甘えん坊な姿に、家族みんなが癒やされています。水浴びをして気持ちよさそうにはしゃぐ姿もとても愛らしく、見て

ただで笑顔になります。

これからも元気いっぱい、わが家のかわいいアイドルとして、毎日を明るくしてくれる大切な存在です。

地域行事のお知らせ

11月10日(火) 15日(日) 「子ども作品展」 市民ギャラリー

17日(火) 名画鑑賞会『ぼけますから、よろしく願います。』 夙東市民館

21日(土) おもちゃ病院開院 中央図書館3階

28日(土) 戎ひろば寄席 香櫨園市民センター

29日(日) 「笑いヨガ教室」 香櫨園市民センター

12月6日(日) 「母と娘のクリスマスコンサート」 浜脇公民館

7日(月) 「特殊詐欺にあわないために」 夙東市民館

19日(土) おもちゃ病院開院 中央図書館3階

25日(金) 名画鑑賞会『クレヨンしんちゃん』 夙東市民館

*詳しくは、香櫨園コミュニティ協議会のホームページ「香櫨園情報ひろば」または回覧板・掲示板をご覧ください！



内科・糖尿病内科 いながき内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 17:00~19:00	●	●	●	/	●	/

香櫨館 駐車場あり

阪神香櫨園駅すぐ

〒662-0975

西宮市市庭町9-12 香櫨館3階

TEL 0798-35-8585

