



中央区で様よ

「おけましておめでとうございます。本当にみやこ食品様とは切っても切れない関係に置いていただき、いつも感謝の気持ちでいっぱいでございます。本年もよろしくお願ひ致します。そしてみやこ新聞もその月に合わせた内容の記事にこの年会になりましたも、知らないことを教えられ面白く読ませて頂いておます。勉強になります。脳トレ三冊もこなして勉強しております。その上、月始めのみやこ新聞は豊富な知識を身につかせて頂いております。本年もよろしくお願ひします。」

というお手紙を頂きました。

本当にありがとうございます。とても励みになります。これから少しでも喜んで頂けるよう努力させていただきます。今年もまだまだったない新聞ではありますが、よろしくお願ひ致します。

節分クイズ! 鬼が嫌いな魚はな〜んだ!?



あじ



いわし



まじろ



喜んぶ〜こんぶ〜昆布が旨い!

駄洒落?!

昆布だし ちょっと面倒な気もしますが... ほんたうかして万能調味料になります。

旨味のグルタミン酸、高血圧予防のアミノ酸 などなど入ったスーパーフードなのだ!



① 麦茶容器みたいなポットに水1ℓくらい入れる。

② 1000円札くらいの大きさの昆布一晩漬けておけば昆布水のできあがり♡ 煮物やスープ、シチューにもおいしく使えます。和・洋・中 何んでも合いますヨ!

注意して! まだまだ寒い冬です。

お風呂に入る前にシャワーを出しておいたり、湯舟にお湯を出してためたり、トイレに小さな暖房器具をおいたりして寒暖差の大きな時季です"ヒートショック"に気をつけて元気で過ごして下さいね!

(こたえは...「鱈いわし」だよ! 鬼は鱈(いわし)を焼いたときの匂いが苦手なのだとか。)