みやこ新聞

令和５年
４月号

みやこ

新人社員さんを紹介します

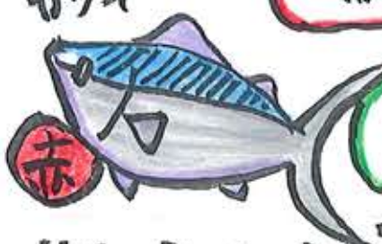
事務員の横山と申します。
北海道出身です。私の仕事は主に
パソコン入力、電話対応等です。
毎日沢山、電話をいただいており、お客様とのちょっとした
会話が癒しになっています。直接お会いする機会はあまり
ないのですが、お電話でお話した際にはよろしくお願い
します。

皆さん宜しくお願い、しますネ！

ちなみに趣味はピアノです。甘い物が大好きで～す♥

赤身、白身の魚のお話しです

カツオ



脂肪が多くて柔らかく濃厚な味わい
カツオやマグロ…などなど

・広い海をずっと泳ぐので酸素消費量が多く
筋肉の色がとても赤い
鉄分を多く含み貧血予防になるコレステロール値を抑えたり脳の
働きを活性化させる

高タンパク低脂肪
消化もいいためダイエットにも◎

ちなみに鮭は白身魚に
分類されます。

赤いのにフシギー!!

淡白な味わい

・ふだんはじっとしているけど敵が来たり
エサをとるときだけ動く。

ホームページはこちら！

知の種　**クロスワード**　vol.3

□（マス）に文字を入れて単語を完成させて下さい（目標30秒）

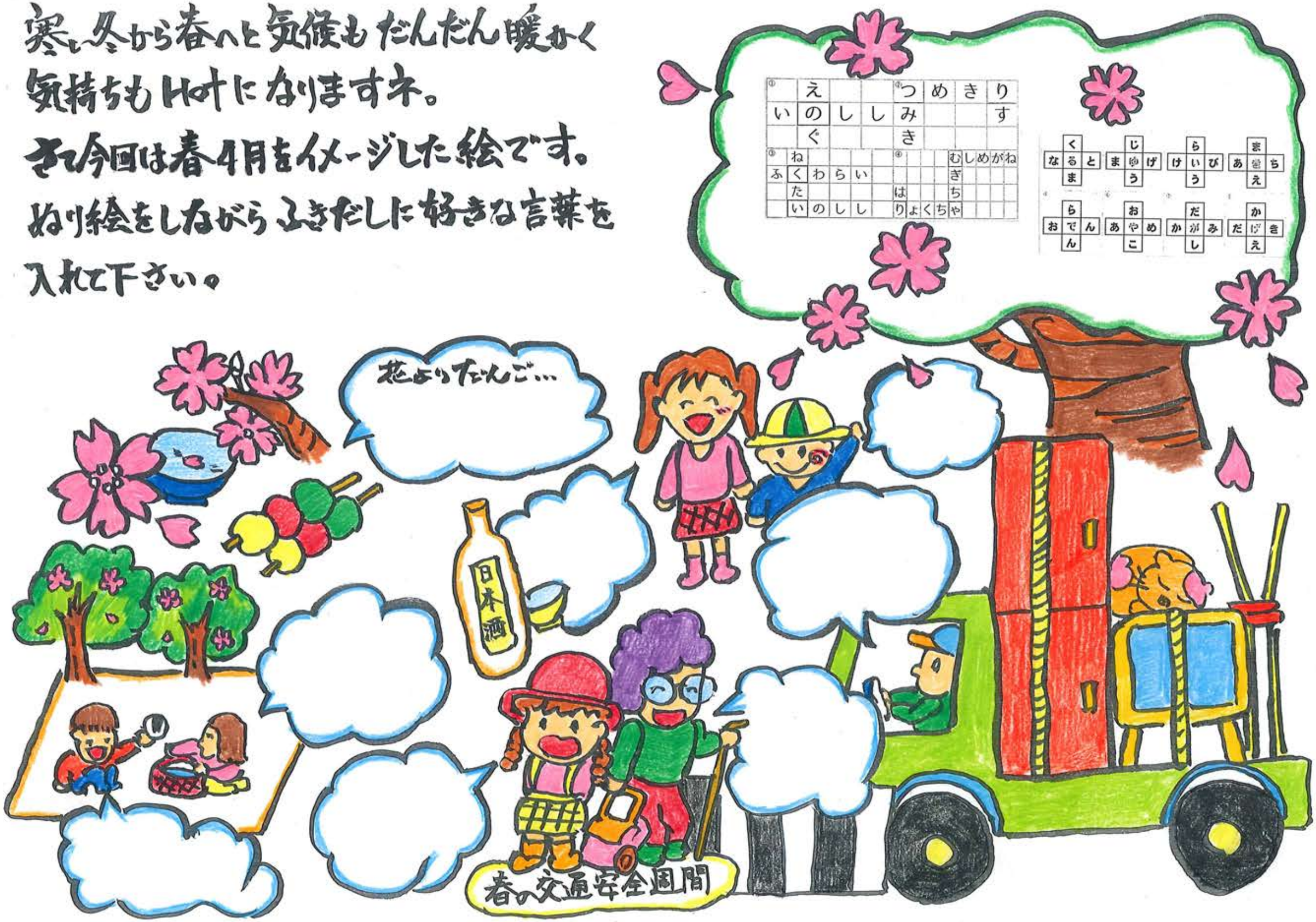
①	え			②	め	き		
い		し	し	み			す	
	ぐ			き				

③	ね					④					しめがね		
ふ		わ	ら	い						ぎ			
	た					は				ち			
		の	し	し			ょ	く	ち				

知の種　**穴埋めひらがな**　vol.103

2つの単語が完成するように中央の□にひらがなを入れてください（目標3分）

①	②	③	④
く / な と / ま	じ / ま げ / う	ら / け び / う	ま / あ ち / え

⑤	⑥	⑦	⑧
ら / お ん / ん	お / あ め / こ	だ / か み / し	か / だ き / え

寒い冬から春へと気候もだんだん暖かく
気持ちもHappyになりますネ。
さて今回は春4月をイメージした絵です。
ぬり絵をしながらふきだしに好きな言葉を
入れて下さい。