

簡単!!
家ナシ

超かんたん クッキング!



レンジでチンして、ラップで包むだけのお手軽レシピ。是非作ってみて下さい。

レンジで作る簡単とん平焼き



材 料

- ・豚肉(小間切れ) 70g ・マヨネーズ 大さじ2
- ・もやし 150g ・青のり 適量
- ・お好み焼きソース 大さじ2 ・スライスチーズ 1枚
- ・卵2個 ・水溶き片栗粉 小さじ2 ・塩少々

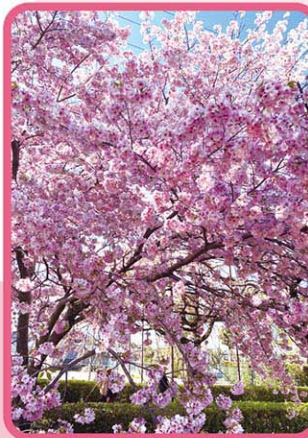
作り方

- 1 耐熱皿にもやしと豚肉をのせレンジ(500W)で3分30秒加熱
- 2 ボールに卵2個・片栗粉(小さじ2)・塩(少々)を入れ混ぜて、お皿に移して、レンジ(500W)で4分加熱。途中で何度かお皿を取り出し卵液を広げていく。
- 3 卵が出来たら熱いうちにチーズをのせ、①を乗せて軽く巻く。最後にお好み焼きソース・青のり・マヨネーズをかける。

*** ワンポイントアドバイス!! ***

卵が出来たらサランラップの上ののせて具材をのせて巻くと簡単に出来ます。
3ステップで出来るので、ぜひ休み中に一度作ってみてください。ご飯のお供にもなります。

Monthly Photo



行福寺桜

今年は桜が早く満開になりました。日本で豊田市にしかない「行福寺桜」は濃いピンク色の花が見事です。枳塚みそ本店の目の前の行福寺に咲いています。来年は皆さんと花見に行きたいですね!

PHOTO by 林 隆介

お友達紹介キャンペーン

お友達をご紹介ください!
皆さんのお友達で今お仕事を探している方が居たら、是非この機会に紹介してください。詳しくは事務所に設置しているお友達紹介カードをご確認ください。



都工業 求人専用フリーダイヤル 0120-29-3607

株式会社都工業
MIYAKO

社内報のバックナンバーも見られるよ!!
<http://www.miyakoweb.jp/>

社内報のバックナンバーも見られるよ!!
<http://www.miyakoweb.jp/>

社内報のバックナンバーも見られるよ!!
<http://www.miyakoweb.jp/>

公式LINE
アカウント
始めました

友だち登録して、お役立ち情報をGET!!

facebook

twitter

優
1703006(02)

優良派遣事業者

働く人の笑顔創り
株式会社都工業
MIYAKO

本社/愛知県豊田市清水町2-79-1 田園オフィス TEL.0565-29-7077 (受付時間/平日9:00~17:00)

人間力
の、
時代。

都工業の 社内報

MIYAKO
MAGAZINE
Vol.201
2023.5

「スペースを空けておく」

皆さん、今月も一カ月の勤務ご苦労様です。
すっかり春になり、気持ちの良い陽気の日が多いです。ただこの季節代わりの時期は思い掛けず体調を崩しやすい時期でもあります。食事と睡眠に注意してしっかりと体調管理をして気持ちの良い春を過ごしましょう。

突然ですが、僕たちは欲しいものは両手を広げてこぼれない分しか手に入りません。ならば、イライラや怒りや怖れ、憤りを手に入れて置いておく無駄な空間は無い。正直や親切や信念、喜びや楽しいを受け入れる空間を常に確保しておこう。いらないものばかり手に入れてしまったら少し勇気を出して、どこかへ捨てる。僕が青春時代によく聴いた歌手がそう言っていました。それは何も気持ちや心だけの話ではありません。これを読んでるあなたが今座っている身の回り、部屋の中にもいらないモノや、いらなくなったのに捨てられないでいるモノがありませんか。僕は結構あります。

5月のGW連休を利用して、お部屋の断捨離やパソコンやスマホの中のデータやアプリの断捨離をしてみます。そうして空けたスペースに、新しいワクワクやドキドキが入ってくるように。

それでは皆さん5月上機嫌に!

(安本拡人)



安本拡人ブログ
★みやこマン★の「どんな時も、いつも上機嫌!」
<http://ameblo.jp/tatsu-blog/>

クリーンチェック のお知らせ

日程 **4月29日(土)**
時間 / 13:00~

上記の日程でお部屋のクリーンチェックに伺います。
自室は日頃の疲れをとる大切な場所です。幸福な女神はきれいな部屋を好むそうですよ



※クリーンチェックは順番に担当者が伺います。
時間の指定はできかねます。

TOPICS

連休はゆっくり休んで、連休明けに
元気な顔を見せてくださいな

GW長期連休の営業時間ご案内

4月28日(金)	6:00~20:00 通常営業	最終支払日
4月29日(土)	6:00~18:00 通常営業	13:00~16:00 クリーンチェック
4月30日(日)	6:00~18:00 通常営業	
5月 1日(月) 2日(火)	6:00~18:00 通常営業	
5月 3日(水) ~ 7日(日)	6:00~17:00 通常営業	在籍確認の連絡を午前中をお願いします



何かありましたら下記の連絡先まで 《TEL》 0565-29-7077 《Mail》 go@t-miyako.com

ヘルメットをかぶりましょう

2023年4月1日から道路交通法の改正により、
自転車に乗車する時のヘルメット着用が「努力義務化」となりました。自転車事故の際に亡くなる原因の6割が頭を打つことです。自分の命を守るために、ヘルメットを被りましょう。自転車保険の確認も忘れずに!



佳代さんのひとりごと

『最高です』

WBC侍ジャパンが世界一の快挙です。一人ひとり、どの選手も野球人として一流の選手たちです。彼らが一点でも多く取りチーム皆で勝ち進むんだとの強い意志が互いを刺激し勝ち進む姿を見せてくれました。私は野球音痴で野球のルールはよくわかりませんが私が見ているだけでもワクワク感動し目が離せません。彼らは野球人としてだけではなく大人としての振る舞いがテレビの画面を通じて

世界に映し出されました。準決勝戦でも「最後まで諦めない」姿を9回の裏で見せてくれ日本中を感動の渦に巻き込みました。3月22日のアメリカとの決勝戦でも奇跡の様な試合運びでアメリカに勝ち世界一を手に入れた侍ジャパンは野球ファンの人もそうでない人にも感動と勇気を与えてくれました。最後を投げた大谷選手はこころ一番、勝負に出る勝負師に野球の神様がおりてきたような素晴らしいプレーでした。大会MVPに輝いた大谷選手は「どんな時も最後まで諦めない、子供たちに伝えたいのはこのことです。」との言葉! 侍ジャパンは最高でした。(佳代)



HAPPY
BIRTHDAY

5月

5月の
おめでとう!
(日付順)

★02日 水野さん(HL) ★05日 長原さん(KS) ★05日 水野さん(3A) ★06日 喜古さん(KU)
★07日 喜藤さん(FTS) ★07日 谷澤さん(3A) ★07日 東さん(3A) ★11日 鉢(健)さん(KDS)
★11日 三浦さん(KU) ★12日 長尾さん(FE) ★16日 今松さん(DAS) ★17日 福躍さん(3A)
★17日 堀さん(FTS) ★19日 竹中さん(KU) ★19日 長山さん(DAS) ★20日 大楠さん(FE)
★21日 藤(友)さん(KU) ★23日 西村さん(FTS) ★23日 藤田さん(KRT) ★25日 木原さん(3A)
★27日 新井さん(KU) ★27日 岡田さん(SGR)