

第147回(令和8年7月) 日本語ワープロ検定試験 4級問題(速度一模範解答)

わたしたちが生きて	この地球には、とても	寒い場所があります。	北極と南極はその代表	40
で、どちらも雪と氷の	世界が広がっています。	これらは、似たよう	なものと思われがちで	80
すが、実はさまざまな	違いがあるようです。	まずは自然の様子から	比べてみましょう。前	120
者は海の水が凍って浮	かんでいる状態で陸地	はありません。その厚	さも数メートルほどと	160
いわれており、思っ	ていたよりも薄い印象が	あります。それでは、	もう一方はどうでしょ	200
うか。こちらは大陸で、	降り積もった雪が固	まってできた氷の層が	広がっています。その	240
厚さは平均で2000	メートル、最も厚いと	ころでは4000メー	トルを超えるとされて	280
おり、富士山よりもさ	らに高いのです。また、	地球上の氷のおよそ	9割がここにあるそう	320
で、これまでで最も低	い気温を記録したもの	この場所です。こうし	たことから、北極より	360
寒い理由が分かります。	。↓			372
また、すんでいる動	物にも違いがあるよう	です。北極は海を中心	とした地域ですが、周	412
りに陸地があるため、	両方に適応した生き物	が見られます。それ	に対して南極は、大陸	452
あるものの氷に包まれ	ており、動物の多くは	海を中心に暮らしてい	ます。	485

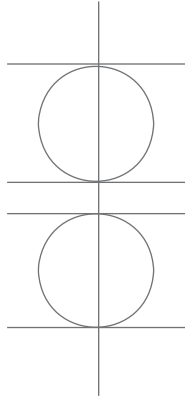
第147回(令和8年7月)日本語ワープロ検定試験 4級問題(文書作成-模範解答)

行頭

中央

行末

○小田 由香里○様
0~1字 1~2字



令和8年7月5日

会田企画株式会社←→
1~3字

中央
モニター試写会のご案内

拝啓○仲夏の候、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

○さて、このたび当社では、来年度に公開を予定している新作映画のモニター試写会を開催いたします。当日は、上映前後にアンケート調査でご意見を伺い、今後の宣伝活動および作品作りの参考にさせていただく予定です。

○つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、この機会にぜひご来場くださいますようお願い申し上げます。

敬○具○
0~2字 1~2字

中央
記

1~4字 均等割付 1~3字

1.	開催日	8月16日(日)
2.	時間	13時から16時まで
3.	会場	プライムシネマ記念館 2階
4.	詳細	同封のチラシをご参照ください。

以○上○
0~2字 1~2字

一字空白

第147回(令和8年7月) 日本語ワープロ検定試験 3級問題(速度—模範解答)

同じ料理を食べているはずなのに、体調や気分によって今日はやけにおいしいと感じたり、何だか味がぼんやりするなと思ったりした経験はありませんか。特に、風邪をひいたときや疲れているときには、いつも好んで口にしているものでも、あまりおいしく感じられないことがあります。こうした体験は、その感じ方が単純な仕組みではないことを示しています。↵	40
わたしたちが普段感じている味は、口の中だけで決まるものではなく、脳がさまざまな感覚を合わせて判断した結果だとされています。舌は、甘味や塩味、酸味などの基本的な情報を受け取る役割を担っていますが、それは感じ方全体の一部に過ぎません。香りや温度、食感や見た目、さらに体調や気分などが加わることで初めて、おいしい、まずいという評価が生まれるのです。↵	80
中でも、これに大きく関わっているのが、においです。これは味覚と強く結び付いており、食べ物を口にした際の印象を大きく左右するものだといわれています。鼻が詰まると味が分かりにくくなるのは、においの情報が脳にうまく届かなくなるためなのです。これには、鼻から直接感じるものと、かんだり飲み込んだりした際に口の奥から抜けてくるものの2種類があります。特に后者は、その食べ物の個性をはっきりとさせ、味わいに深みを加える働きをしています。このように、味とは脳が五感を総動員して生み出している感覚だといえるでしょう。↵	120
	160
	166
	206
	246
	286
	326
	339
	379
	419
	459
	499
	539
	579
	590

第147回(令和8年7月)日本語ワープロ検定試験 3級問題(文書作成-模範解答)

行頭	中央	行末
		令和8年7月5日
階段状 ○桜井グランド株式会社		
0~1字		
代表取締役○多田 政志○様		
1~2字		
		階段状
		株式会社睡眠工房
		代表取締役○石田 さちこ
		1~2字 1~3字
	中央・一重下線	
	寝具の選び方講座のご案内	

拝啓○盛夏の候、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

○さて、このたび当社では、寝具の選び方講座を開催することとなりました。快適な眠りのために、自分に合ったものを見つけるコツや、知っておきたい基礎知識などをご紹介します。

○つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、この機会にぜひご参加くださいますようお願い申し上げます。

敬○具○
0~2字 1~2字

中央
記

1~4字	均等割付	1~3字
1.	開催日	8月22日(土)
2.	開催会場	森山センタービル セミナー室
3.	定員	15名
4.	講座内容	

上の見出しは、中央揃え。

時間	内容	担当
9時~10時	寝具の基礎知識	佐藤
10時~11時	自分の体の形を知ろう	森
11時~12時	マットレスのメリット	川西

以○上○
0~2字 1~2字

第147回(令和8年7月)日本語ワープロ検定試験 準2級問題(速度一模範解答)

お皿やカップを買った際に、その裏にボーンチャイナと書かれているのを目にすること	40
があります。これは、18世紀に英国で発明された磁器の一種で、原料の粘土に牛の骨を	80
焼いて作った灰を加えたもののことをいいます。こうした製品の基になったものは、3世	120
紀ごろの中国で生まれたとされていますが、これが後に貿易会社を通じて欧州に伝わりま	160
す。英国の王族たちは、この乳白色で温かみのある磁器に夢中になり、自国でも作ること	200
はできないかと研究が進められていきました。こうした背景から、その名には中国発祥で	240
あることが表現されているのです。↓	257
さて、当時の英国では、白さを生み出す鉱物を手に入れられないことが、大きな課題と	297
なっていました。そこで代わりとなるものを探す中で、動物の骨を焼いて作った灰を混ぜ	337
ると、柔らかく温かみのある色合いが生まれることが分かりました。さらに、これは美し	377
いだけでなく、薄く作っても割れにくく欠けにくいというメリットも備えており、国内各	417
地でさまざまな製品が作られるようになっていきました。↓	444
その後、世界へと広がり、日本でも生産されるようになりました。現在では牛の骨の灰	484
に含まれる成分と同じような働きを持つ、リン酸カルシウムという化合物を加えて作られ	524
ており、これが一定量含まれているものだけが「ボーンチャイナ」と呼ばれます。↓	562
近年では、製造技術の改良によって、品質の安定や大量生産が可能となり、日常使いの	602
アイテムとしても広く利用されるようになりました。かつては高級品として扱われていた	642
ものですが、用途や価格帯の幅が広がったことで、より身近な存在へと変化してきている	682
のです。	686

第147回(令和8年7月)日本語ワープロ検定試験 準2級問題(文書作成-模範解答)

行頭	中央	行末
		春手発第32号 令和8年7月5日
階段状 ○西田市シニアクラブ 0~1字		
会長○木島 1~2字		
武士○様 1~2字		
	中央・網かけ 編み物講座体験会のご案内	
		階段状 春風手芸教室 代表○松井 1~2字
		利香子 1~3字
一字空白		
拝啓○仲夏の候、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。		
○さて、このたび当教室では、本年9月より新しく始まる四つの編み物講座の体験会を開催いたします。本体験会は、すべての講座を1日でご体験いただける内容となっており、編み物が初めての方でも気軽にご参加いただけます。		
○つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、皆様お誘い合わせのうえ、この機会にぜひご参加ください。		
○なお、ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。		
	中央 記	敬○具○ 0~2字 1~2字
1~4字	均等割付	1~3字
1. 開催日	8月22日(土)	
2. 参加費	500円(材料費込み)	
3. 会場	梅本中央公民館 集会室	
4. 申込方法	同封のチラシをご参照ください。	
5. スケジュール	上の見出しは、中央揃え。	
網かけ		
		セル内の上下の文字位置は、中央にあること。
		以○上○ 0~2字 1~2字

時間	講座名	講師
9時30分~10時00分	かぎ針の使い方を知ろう	田村
10時00分~11時00分	指編みで人形を作ってみよう	
11時00分~12時30分	レース編みの基本を学ぼう	長谷川
13時30分~14時30分	大きなパッチワークに挑戦	

第147回(令和8年7月)日本語ワープロ検定試験 2級問題(速度－模範解答)

お店で買い物をした	際に、食品の鮮度を保	持するため、保冷剤を	入れてくれることがあ	40
ります。特に夏場には	その機会が多くなるた	め、気が付くと冷蔵庫	にいっぱいたまってい	80
た、なんてこともあり	ます。今や暮らしに欠	かせないものの一つで	すが、どのように作ら	120
れているのでしょうか。	。↓			132
保冷剤と聞いて頭に	思い浮かべるのは、ビ	ニールや不織布の袋に	入った軟らかいもので	172
しょう。その中身の9	割以上は水です。これ	は冷えると周囲の熱を	奪う性質があるため、	212
食品などを冷やす役割	を果たします。しかし、	それだけでは液体の	まま流れやすく、袋	252
の中で片寄るなど、扱	いにくくなっていま	す。そこで、大量の	水を吸い込み内部に閉	292
じ込める性質を持つ素	材が加えられています。	これを混ぜることで	ゼリー状になり、水は	332
袋の中で形を保つよう	になります。その結果、	漏れにくく冷やす力	を安定させることが可	372
能となり、繰り返し使	いやすい保冷剤になる	のです。↓		397
それ以外にも、この	素材はさまざまなか	ろで使われています。	代表的なものとしては	437
紙おむつや猫砂など	です。その他にも、農	業や園芸で用いられる土	壌保水剤をはじめ、医	477
療現場で血液などを固	めて処理する用途にも	使われています。↓		506
余った保冷剤は、他	に幾つかの使い道があ	ります。例えば中身を	器に出して、臭いが気	546
になる場所に置いてお	くと吸い取ってくれま	すし、ユーカリなどの	精油を混ぜれば、虫よ	586
けとしての効果も期待	できるそうです。また、	中身を乾燥させて、	新聞紙などと一緒に袋	626
に入れると、簡易トイ	レとして使うこともで	きます。その他、常温	に戻したビニール製の	666
ものは、40度ほどの	お湯に浸しておくと、	カイロの代わりになる	そうです。↓	702
捨てる際は、中身を	排水口などに流さない	ようにしましょう。排	水管が詰まる恐れがあ	742
ります。基本的には、	可燃ごみとして扱われ	ることが多いですが、	自治体のルールを確認	782
しましょう。				788

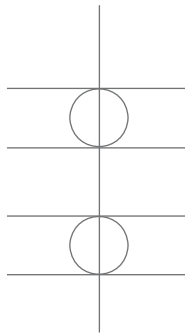
第147回(令和8年7月)日本語ワープロ検定試験 2級問題 (文書作成-模範解答)

行頭

中央

行末

階段状
○藤山台中央子供会
0~1字 会長○森本 みき○様
1~2字 1~2字



中央・罫み線

親子で楽しむ園芸講座のご案内

階段状
白川園芸センター
所長○近藤 真由美
1~2字 1~3字

白園セ発第22号
令和8年7月5日

一字空白

拝啓○仲夏の候、貴会ますますご発展のこととお喜び申し上げます。

○さて、このたび当センターでは、植物や自然に興味を持ってもらうことを目的とした、親子で楽しむ園芸講座を開催いたします。当日は、寄せ植えやリース作りなどを実際に体験していただけます。

○つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、貴会の皆様にご紹介くださいますようお願い申し上げます。

敬○具○
0~2字 1~2字

中央
記

1~4字 均等割付 1~3字
1. 開催日
2. 会場
3. 詳細
4. スケジュール

8月15日(土)・16日(日)

白川園芸センター A教室

同封のチラシをご参照ください。

上の見出しは、中央揃え。

日にち	時間	講座内容	定員
15日	11時~12時	寄せ植えを体験しよう	各15名
	14時~15時	オリジナルブーケ作り	
16日	9時~10時	リースを作ってみよう	
	11時~12時	肥料作りに挑戦	

二重線

※定員になり次第締め切り ← 表の左右を越えないこと。

5. 申込方法 8月10日(月)までに、下記の参加申込書に必要事項をご記入のうえ、当センターまでお送りください。

中央、文字のあきを同じにする。

以○上○
0~2字 1~2字

きりとり線

中央・網かけ

参加申込書

希望講座名

保護者名

参加人数

電話番号

線の長さをそろえる。

セル内の上下の文字位置は、中央にあること。

第147回(令和8年7月)日本語ワープロ検定試験 準1級問題(速度一模範解答)

長い耳や大きな瞳、 10 の人に親しまれている 50 やすい点も特徴です。 90 には一定の知識が必要 130 き幾つかのポイントを 170	ふわふわの毛並みが特 20 動物です。体臭が少な 60 しかし、ウサギは大変 100 で、事前に理解してお 140 紹介しましょう。↵ 170	徴のウサギは、しぐさ 30 いことや静かな性質な 70 繊細で接し方が難しい 110 おくことが大切です。そ 150 れでは、知っておくべ 179	もかわいらしく、多く 80 ど、生活環境になじみ 120 生き物です。飼育の際 160 それでは、知っておくべ 179
ウサギといえばニン 189 牧草です。このように 229 な갑니다。新鮮なも 269 きさの割にたくさんの 309 う。必要に応じて、補 349	ジンのイメージがあり 199 堅い繊維質の牧草を与 239 のをいつも食べられる 279 水を飲みます。毎日新 319 しいものに替えて、飲 359 助食品を活用するの 379	ますが、主食はイネ科 209 えることで、歯や胃腸 249 ようにしておくのが基 289 んだ量を確認しましよ 329 よいでしょう。↵ 367	のチモシーと呼ばれる 219 の病気を防ぐことにつ 259 本です。また、体の大 299 んだ量を確認しましよ 339 よいでしょう。↵ 367
彼らはとても繊細で、 377 ぎてしまうことです。 417 こともあります。また、 457 ともあるので注意が必 497 に毛が抜けるので、毎 537	ストレスに弱い動物 387 抱かれるのが苦手な場 427 く、温度管理が十分で 467 必要です。なお、手入れ 507 日行うようにしましよ 547	です。よくあるのが、 397 場合も多く、水にぬれる 437 ないで熱中症になるこ 477 はブラッシングが中心 517 う。↵ 550	かわいいからと触りす 407 と体調を崩してしまう 447 ないと熱中症になるこ 487 で、特に春と秋は大量 527 う。↵ 550
睡眠時間は8時間ほ 560 いることが多いよう 600 非常に強い彼らには、 640 屋の一角で自由に動き 680 を選ぶことも、スト 720	どで、明け方と夕方に 570 リードを付けて屋 610 かえって負担になるこ 650 回れるようにすると 690 スを減らす工夫の一 730	動きが活発になります 580 外を散歩させることも 620 ことがあります。運動不 660 いでしょう。物音や人 700 です。↵ 734	が、日中や夜中は寝て 590 ありますが、警戒心が 630 足が心配なときは、部 670 の出入りが少ない場所 710 です。↵ 734
また、最も注意した 744 出産で複数の子が生ま 784 も、野生の個体では春 824 そのため、迎え入れる 864	いの繁殖力です。生 754 まれるため、繁殖が進 794 ごろだとされています 834 際には、こうした特性 874	まれるまでの期間が約 764 やすいという特徴があ 804 が、飼育下においては 844 についても理解してお 884	1か月と短く、1回の 774 ります。時期について 814 年中可能となります。 854 おくことが大切です。 893

第147回(令和8年7月)日本語ワープロ検定試験 準1級問題(文書作成-模範解答)

行頭

中央

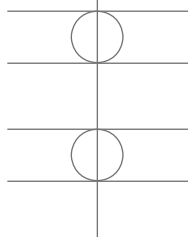
行末

ヒ西発第18号
令和8年7月5日

階段状

○大島市立北部児童館

0~1字 館長○久田 麻衣子○様
1~2字 1~2字



階段状

ヒラタスーパー西店

店長○宇佐美 幸一
1~2字 1~3字

中央
職業体験のご案内

拝啓○仲夏の候、貴館ますますご隆盛のこととお喜び申し上げます。平素は、格別のお引き立てを賜り、厚くお礼申し上げます。

○さて、このたび当店では、市内在住の小学生を対象とした職業体験を下記のとおり開催いたします。店内だけでなく、バックヤードなどの裏側も見学できる貴重な機会となっております。

○つきましては、貴館ご利用の皆様にご紹介くださいますようお願い申し上げます。

○なお、持ち物などの詳しい内容は、別紙をご参照ください。

敬○具○

0~2字 1~2字

中央
記

1~4字 均等割付 1~3字

1. 開催日 8月17日(月)・18日(火)
2. 参加費 無料
3. スケジュール

上の見出しは、中央揃え。

日にち	時間	内容	定員
17日	9時~10時	裏側見学ツアー	10名
	10時~11時	野菜の袋詰め	
18日	13時~14時	商品の陳列	
	14時~15時	レジ業務体験	

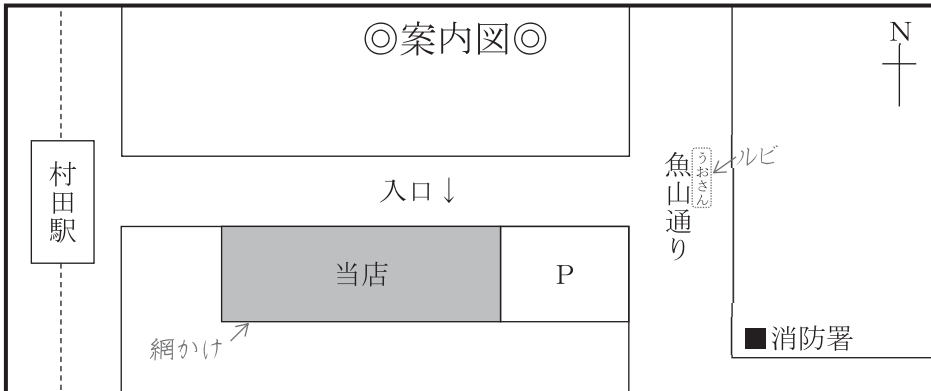
網かけ

4. 申込方法 8月10日(月)までに、同封の返信用はがきまたはお電話にてお申し込みください。

5. 電話番号 050-3184-9759 担当:河合

6. 店舗所在地 ヒラタスーパー西店
大島市久保田町4-19

◎案内図◎



・文字の縦書き・横書きは変えない。
・けい線のみ、それぞれ図形ごとにミスをとする。
・線種は問題のとおりとする。ただし、太さは問わない。道の幅は問わない。

以○上○
0~2字 1~2字

第147回(令和8年7月) 日本語ワープロ検定試験 1級問題(速度一模範解答)

近年、日本の夏は、記録的な猛暑に見舞われることが多く、その暑さは年々厳しさを増	40
しています。こうした気温の変化に伴い、さまざまな問題が起きていますが、その一つに	80
米の生育への影響が挙げられます。人気の品種であるコシヒカリは受粉した後、粒が大き	120
くなる時期に高温が続くと、白く濁ったり中心部が割れたりなど、品質に影響が出やすく	160
なるといいます。さらに、こうした状態は見た目が悪くなるというだけでなく、収穫量が	200
減ってしまう可能性も高くなるのです。↓	219
そこで現在進められているのが、高い温度に耐える性質を持たせるための品種の改良で	259
す。前述のコシヒカリにおいても大学などを中心に、暑さに強いタイプのものが開発され	299
ています。各地の研究機関や産地でも同じような取り組みが行われており、これらを作付	339
けする面積も年々広がっています。↓	356
さらに、もう一つの動きとして注目されているのが、二毛作を進化させたものです。従	396
来の手法は、春に田植えをして夏に刈り取りした後、秋には別のものを植えて育てるとい	436
う2種類の異なる作物を栽培するというもので、労力やコストがかかることから、近年あ	476
まり行われなくなっていました。これに対し、今注目されている手法では、まず春に田植	516
えをして苗を育て、いったん夏に稲を刈り取ります。その際、ある程度の長さを残したま	556
まにすると、そこから若い芽が発生し、秋になるともう一度収穫をすることができます。	596
この仕組みの最大のメリットは、年間の総量を増やすことができ、土地をより有効に活用	636
できる点でしょう。植え直す必要もないため、それらにかかる労力やコストも抑えること	676
ができるようになり、効率の良い手段としても評価されているといえます。↓	711
これは、温暖化を逆手に取った栽培技術ともいえます。気温の高い状態が続く期間が長	751
くなったことで、稲を育てる期間にも余裕が生まれ、田植えの開始を早めたり、収穫の時	791
期を遅らせたりすることができるようになったのです。気温の上昇は本来、農作物にとっ	831
て大きな問題となるものですが、それを発想の転換によって乗り越え、新たな可能性を生	871
み出した好例ともいえるのではないのでしょうか。改良にはその他にもさまざまな課題があ	911
りますが、環境の変化に向き合いながら工夫を重ねていく姿勢が、これからの農業を支え	951
ていくのだと、心強く感じずにはられません。	973

第147回(令和8年7月)日本語ワープロ検定試験 1級問題(文書作成-模範解答)

行頭	中央	行末
階段状 ○株式会社サンリスト 0~1字		橋デ発第36号 令和8年7月5日
代表取締役○酒井 勇○様 1~2字 1~2字		階段状 橋田デザイン事務所 代表取締役○佐野 真奈 1~2字 1~3字
	中央・網かけ 広告写真講座のご案内	

拝啓○仲夏の候、貴社ますますご発展のこととお喜び申し上げます。
 ○さて、このたび当事務所では、仕事で撮影に関わる方に向けた広告写真講座を開講することとなりました。撮影の基本的な知識だけでなく、写真選びや編集の仕方、カメラマンへの指示の出し方など、理想の写真を撮るための細かなスキルまで学ぶことができます。
 ○つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、貴社の皆様にご紹介くださいますようお願い申し上げます。
 ○なお、会場へお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

敬○具○
0~2字 1~2字

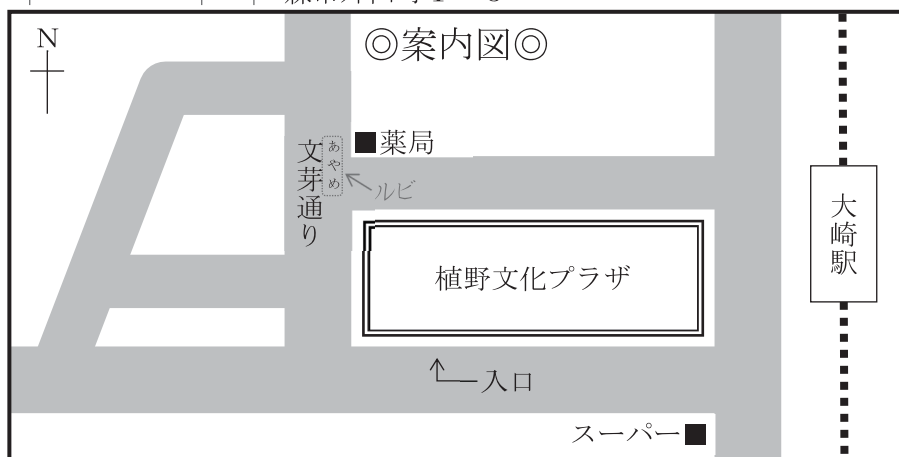
1~4字 均等割付 1~3字

1. 開 講 日 8月20日(木)・21日(金)
 2. 定 員 30名 ※定員になり次第締め切り
 3. 受 講 料 各日7,000円
 4. スケジュール 上の見出しは、中央揃え。

日にち	時 間	内 容	講 師
20日	9時~10時	広告写真の役割について	瀬戸 和子
	10時~12時	良い写真の選び方とは	
21日	13時~15時	伝わる指示の出し方	山川 優
	15時~16時	編集のポイント	

※詳細は別紙をご参照ください。←表の左右を越えないこと。

5. 申 込 方 法 8月12日(水)までに、同封の返信用はがきにてお申し込み
 ください。
 6. 場 所 植野文化プラザ Aルーム
 森市外山町1-5



・線種は問題どおり、太さは問わない。ただし、道路の太さは既定値より太くする。
 ・文字の縦書き・横書きは変えない。
 ・けい線のみ、それぞれ図形ごとにミスをとする。

以○上○
0~2字 1~2字

第147回(令和8年7月) 日本語ワープロ検定試験 初段問題(速度－模範解答)

日本の医療現場は、	それに従事する多くの	人々の長時間労働によ	って支えられてきまし	40
た。彼らは患者さんの	診察や治療に加えて、	書類作成やパソコンで	の入力作業など、事務	80
仕事に多くの時間を割	かなければならないこ	とも課題でした。さら	に、勤務の実態が把握	120
しにくく、慢性的に人	手が不足していること	もあり、一人一人にか	かる負担がとても大き	160
いことが原因として挙	げられます。↓			177
この問題を少しでも	改善するために、20	24年4月から始まっ	たのが、医師の働き方	217
改革です。これは、彼	らが健康を保ちながら	仕事を全うできるよう	に、職場の環境を整え	257
ていく取り組みです。	過度な労働を防ぎ、安	全で質の高い医療を安	定して提供していくた	297
めの重要な制度といえ	ます。そして、この改	革の柱として掲げられ	ているのが、医師の残	337
業時間に上限を設ける	という取り組みです。	診療業務に専念できる	ようにするため、負担	377
を少しでも減らすとい	うことが、この制度の	重要なポイントなので	す。↓	410
こうした改革の中、	特に期待されている職	業があります。それは	、医師事務作業補助者	450
です。ドクターズクラ	ークとも呼ばれ、医師	の負担軽減を目的とし	て、2008年4月に	490
厚生労働省が、この職	種を診療報酬の加算評	価対象としました。要	するに、彼らを支える	530
重要な役割として、そ	の必要性が公式に認め	られたということです。	前述のように時間外	570
労働の規制が強化され	たこともあり、需要が	より高まったとされて	います。↓	605
主な仕事は、医師の	パートナーとして業務	をサポートすること	です。具体的には、彼ら	645
の指示の下で記録作業	を代行したり、診断書	の作成を手伝ったり、	検査結果をシステムに	685
登録したりします。こ	うした仕事を引き受け	ることで、彼らは本来	の業務に専念できるよ	725
うになるのです。また	、診察の前後に患者さ	んの話を聞いたり、入	院や検査の手順を分か	765
りやすく説明したりす	ることもあり、安心し	て治療に臨めるよう	にサポートする大切な役	805
割も担っています。な	お、この仕事は「医師	以外からの指示では動	けない」という特徴も	845
あります。↓				851
現在、この仕事に特	定の資格は必須ではな	く、多様な経歴を持つ	人が現場で活躍してい	891
ます。今後も需要の拡	大が見込まれる職種で	あり、業務内容は多岐	にわたりますが、専門	931
的な知識を要すること	も少なくありません。	そのため、研修制度や	通信講座などを活用し	971
て基礎的な知識を身に	付けておくことが推奨	されています。		998

第147回(令和8年7月) 日本語ワープロ検定試験 初段問題(文書作成I-模範解答)

行頭 階段状 ○相場工業株式会社 0~1字 経理部長○藤井 正人○様 1~2字 1~2字	中央 中央・囲み線	行末 三労福発第53号 令和8年7月5日 階段状 三波労働福祉協会 会長○矢野 春樹 1~2字 1~3字
---	-------------------------	---

給与計算基礎セミナーのご案内

拝啓○盛夏の候、貴社ますますご発展のこととお喜び申し上げます。

○さて、このたび当協会では、給与計算についての新任者向けセミナーを開催する運びとなりました。給与計算の仕組みや方法から、労働基準法改正による変更点についても学ぶことができ、講義だけでなく演習を通して理解や知識を深めていただけます。

○つきましては、下記のとおりご案内いたしますので、ぜひご検討くださいますようお願い申し上げます。

○なお、当日は電卓を必ずお持ちください。

敬○具○
0~2字 1~2字

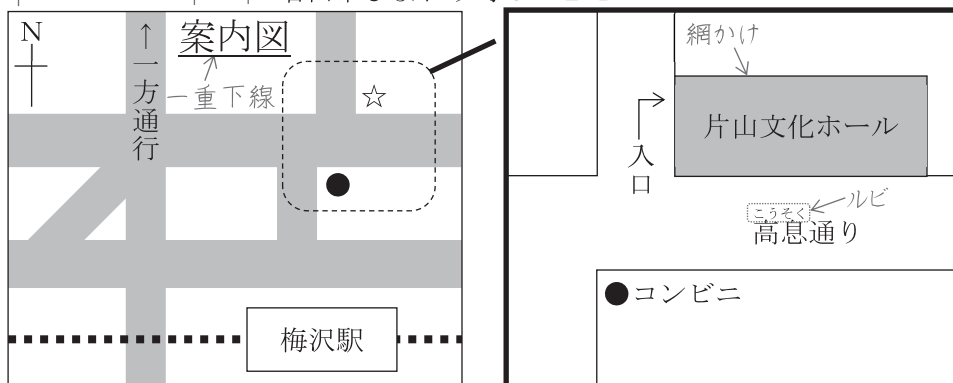
1~4字 均等割付 1~3字	1. 開催日 8月20日(木)・21日(金) 2. 定員 30名(定員になり次第締め切り) 3. スケジュール
-------------------------------------	--

上の見出しは、中央揃え。

日 時	区分	内 容	担当
20日	講義	給与の仕組みを知る	長谷部
		計算に必要な知識と書類	
	演習	給与・賞与の計算	森下
21日	講義	年末調整の流れ	
		法改正について	

※詳細は別紙をごらんください。← 表の左右を越えないこと。

4. 申込方法	8月7日(金)までに、同封の申込書またはお電話にてお申し込みください。
5. 問い合わせ先	TEL 050-9931-5748
6. 開催場所	片山文化ホール 小ホール 名田市ひまわり町3-24



以○上○
0~2字 1~2字

一字空白

セル内の上下の文字位置は、中央にあること。

・文字の縦書き・横書きは変えない。
・線種は問題どおり、太さは問わない。
・ただし、道路の太さは既定値より太くする。
・けい線のみ、それぞれ図形ごとに1ミスをとする。

・文字の縦書き・横書きは変えない。
・線種は問題のとおりとする。
・ただし、太さは問わない。
・道の幅は問わない。
・けい線のみ、それぞれ図形ごとに1ミスをとする。

レタスについて

レタスは、シャキシャキとした食感が魅力で、どんな料理とも相性がよく万能な野菜です。一口にレタスといっても、葉が重なって球状になっているものや茎が太いもの、葉が立ち上がるように成長するものなど数多くの種類があり、用途や風味もさまざまです。

水分量が多いので、栄養が少ないと思われるがちですが、食物繊維をはじめ、葉酸やカリウムなど、大切な成分が豊富に含まれています。古代ローマなどでは、安眠をもたらす野菜として、紀元前から食べられていたという記録もあり、薬としての役割もあったそうです。

うれしい効果

免疫力アップ

不眠解消

貧血予防

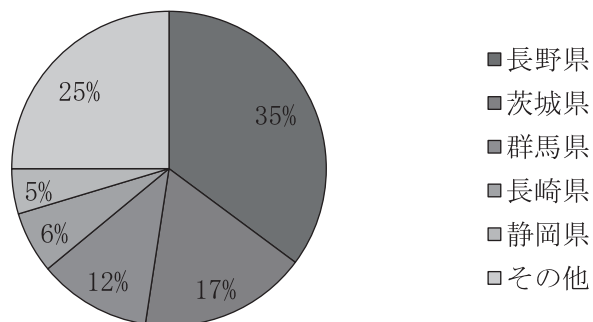
日本国内の収穫状況

レタスの収穫量

県名	収穫量
長野県	178,000
茨城県	87,300
群馬県	58,700
長崎県	32,100
静岡県	23,500
その他	126,600
合 計	506,200

※単位：トン

収穫量の割合



レタスの基礎知識

選び方のこつ

外側の葉に弾力とつやがあり、芯の切り口が白色のものを選ぶと良いでしょう。新鮮なレタスは葉の色が濃すぎず、巻きがふんわりとしています。持ったときに軽く感じるものも新鮮な証拠です。

保存方法

芯の部分につまようじを3本ほど差し込み、ラップで包んで、冷蔵庫の野菜室で芯を下にして保管しましょう。調理の際は、使用する直前に水で洗い、手でちぎると変色が抑えられます。

生で食べてもおいしいですが、加熱調理をすることで、効率よくたくさんの食物繊維をとることができます！