



鳥居 かい 海 さん (大沢・20)

## 「お客様を大切に」の精神で

「お客様を大切にすることを心がけています」と仕事への姿勢を話すのは鳥居海人さん。昨年5月から、町内のガス会社で働いています。

仕事の内容は、主にガスの検針や配送で、仮設住宅を訪れることが多いとのこと。豊間根から大浦までを数日に分けて回っています。何気ない会話をしてくれるお客様が多いそう、仕事で嬉しう

たことを聞くと「顔を覚えてもらった時です」と照れながら答えてくれました。

入社して2年目、職場では一番の若手で「皆さん優しいです」とニコニコ。可愛がられている様子でした。現在は、一人前になるため、ガスを取り扱うために必要な資格を勉強中。一人で町内を回れるようになりたいと抱負を語ります。

掲載する写真を撮る時、面倒見の良さそうなお客の人から上着を渡され「笑顔でな！」の声掛けにはハニカミ笑顔。その様子からは普段の鳥居さんの姿が

垣間見えます。

質問に一言一言  
悩みなながらも、真  
剣に答えてくれた  
鳥居さん。その姿  
からは、優しい人  
柄が滲み出ていま  
した。「お客様を  
大切に」の精神で、  
一人前になること  
を夢見て頑張っ  
ている鳥居さんで  
した。

## キッチンスタジオ ハーモニー

No.89

このコーナーでは、町栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんが手軽に作れるお弁当や郷土料理、旬の食材を使った料理などをご紹介します。夏バテ予防にさっぱりと食べられる「豚しゃぶと茄子のみぞれ酢醤油びたし」です。

### 【材料 (2人分)】

なす…2本 豚ロース薄切り(しゃぶしゃぶ用)…120g 大根おろし…80g 大葉…2本 みょうが…お好みで ネギ…10cm しょうが…1かけ 白ごま…小さじ1 ごま油…大さじ1と1/2  
・A【酢…大さじ1 しょうゆ…大さじ2 水…大さじ2】

### 【作り方】

- ① ネギとしょうがはみじん切りにし、Aの材料を耐熱容器の中で合わせて500Wの電子レンジで1分チンして冷ましておく。
- ② なすはピーラーでしま模様になるように皮をむき、2等分の長さに切る。さらに厚さ1センチメートルになるように縦に薄切りし、水につけておく。
- ③ フライパンにごま油を熱し、なすを加えふたをして蒸し焼きにする。焼けたら皿に盛り付ける。
- ④ 鍋にたっぷりの湯を沸かし、豚肉を茹でて氷水にとり、水けをきっておく。
- ⑤ なすの上に豚肉を盛り付け、水けをきった大根おろし、斜め切りにした大葉とみょうがを乗せ、

### 豚しゃぶと茄子のみぞれ酢醤油びたし



1人あたり…エネルギー 322Kcal、塩分1.5g

①を回しかけて出来上がり。

### 【ひとくちポイント】

だんだん暑くなってきましたね。豚肉には夏バテを防ぐビタミンB1が豊富に含まれています。ビタミンB1には摂取した栄養をエネルギーに変える働きがあり、不足するとエネルギーが十分に作られず、バテてしまいます。夏場は特にビタミンB1を消耗しやすいので、豚肉や玄米、大豆、ほうれん草、ゴマなどを積極的に摂取しましょう。