



上林 葉菜さん(山田・25)

お客様に寄り添った接客を

「お客様の悩みに寄り添い、地域に寄り添える接客業にやりがいを感じています」と話すのは、町内のホームセンターに勤務する上林葉菜さん。入社6年目を迎え、現在は出納管理業務や品出し業務、レジ業務などを担当しています。

この仕事は、商品を販売するだけでなく、一人一人の要望に合わせた提案が大切。「最初は戸惑うこともありましたが、少しずつお客様の悩みに寄り添える接客業にやりがいを感じています」と話すが、少しづつお客様の悩みに理解し手助けできる様になり、今ではお客様とのコミュニケーションが楽しいです」とやりがいを感じています。

「この仕事は、商品を販売するだけでなく、一人一人の要望に合わせた提案が大切。最初は戸惑うこともありましたが、少しずつお客様の悩みに寄り添える接客業にやりがいを感じています」と話すが、少しづつお客様の悩みに理解し手助けできる様になり、今ではお客様とのコミュニケーションが楽しいです」とやりがいを感じています。

する上林さんです。

キッチンスタジオ
ハーモニー

No.175

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ちょびっとの塩でもおいしい料理、季節のおすすめや地元食材を使った料理などを紹介します。今回は、大人も子どもも大満足！栄養満点「春の行楽弁当」です。

春の行楽弁当



【材料(4人分)】

■レンコンのはさみ焼き

レンコン…150g² 鶏ひき肉…150g² ネギ…10g²
片栗粉…適量 ごま油…大さじ1
A {パン粉…25g² 酒…大さじ1/2 マヨネーズ…大さじ1/2 ショウガ…小さじ1/2 鶏ガラスープの素…小さじ1/2}

B {酒…大さじ2 しょうゆ…大さじ2 みりん…大さじ2 酢…大さじ1 はちみつ…小さじ1}

■枝豆と小エビの混ぜご飯

炊きあがったご飯…2合 桜エビ…10g² 冷凍枝豆…100g² 白だし…大さじ2

【作り方】

■レンコンのはさみ焼き

(1人当たりの栄養素 236kcal、塩分1.9g²)

- ①レンコンの皮をむき、5mm程度の厚さに16等分し、水にさらす。ザルにあげ、ペーパータオルで水気をよく取る。ネギはみじん切りにする。
- ②ボウルにひき肉、ネギ、Aを入れてよく練り、8等分に作る
- ③レンコンの両面に片栗粉をまぶし、2切れで②をはさむ。

④フライパンにごま油を入れて熱し、③を中火で焼き色がつくように焼く。裏返したら蓋をし、弱火で肉に火が入るまでじっくり焼く。

⑤ボウルにBを合わせて、④に加え、煮絡めたら火を止めて完成。

■枝豆と小エビの混ぜご飯

(1人当たりの栄養素 300kcal、塩分0.3g²)

- ①耐熱容器に刻んだ桜エビと白だしを入れ、ラップをし、600Wの電子レンジで1分間加熱する。
- ②①と解凍してさやから取り出した枝豆をご飯に入れて混ぜ合わせたら完成。