



小野寺 ^{りな} 梨奈さん（織笠・22）

てくれると嬉しい
と語り「施設が皆
さんの憩いの場にな
るように、一生
懸命おもてなし
たします」と力を
込める彼女。本町
の魅力を一層引き
立てる彼女のおも
てなしに、お客さ
まが満足する顔が
浮かんでくるよう
です。

おもてなしで憩いの場に

ことし9月、うみね
こ商店街にオープンし
た宿泊施設で働くのは
小野寺梨奈さん。主に
フロント業務を担当し
ています。

高校卒業後、一度は
別の職に就きましたが、
観光振興へ興味を持ち、
山田町に訪れるお客さ
まをおもてなししたい
という気持ちから、こ
の仕事を選びました。

「笑顔での接客を心
掛けています」と話す
小野寺さん。取材時に
お客さまが来店した際も、輝く
笑顔で対応していました。職場
については「オープニングス
タッフとして入ったため、分か
らないことが多く大変ですが、
その分、団結していますね」と
スタッフの絆を強調します。

お客さまから温かい言葉をい
ただくことが多いそうで「多く
の方とコミュニケーションをと
れることが楽しいです」と仕事
の喜びも感じていました。

休日は、家族や友人と好きな
歌手のライブコンサートに出掛
け、楽しんでいきます。

鉄路が復旧し、多くの人が来

キッチンスタジオ No.107 ハーモニー

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。今
回は、鶏肉と野菜の相性が抜群の「鶏肉の八幡巻き」
です。

【材料（6人分）】

鶏もも肉…2枚 ゴボウ…1/4本 ニンジン…1/4本
インゲン…6本 油…適量 タコ糸…2mくらい
・A しょうゆ…50cc 酒…50cc みりん…50cc
砂糖…大さじ3 水…100cc

【作り方】

- ① 鶏肉は身の厚い部分に包丁を入れて開き、厚さを均一にして余分な脂肪も取り除く。
- ② ゴボウ、人参は鶏肉の長さに合わせて7～8mm角の棒状に切る。インゲンは両端を切り落とす。
- ③ 鶏肉の皮目を下にして、ゴボウ、ニンジン、インゲンを置き端から巻いていく。
- ④ 巻き終わったら、崩れないようにタコ糸でしっかりとぐるぐる巻きにする。乱切りにし、水に浸しておく。
- ⑤ 熱したフライパンに油をひき、鶏もも肉を転がしながら表面にこんがり焼き目をつける。
- ⑥ Aの調味料を鍋に入れて火にかけ、沸騰したら⑤の鶏肉を入れて、弱火～中火で15分くらい煮て火を止め、そのまま味をしみ込ませる。
- ⑦ 冷めたら、タコ糸を外して切り分ける。

鶏肉の八幡巻き



1人当たり…エネルギー 285Kcal、塩分1.3g

◆ポイント◆

しっかりと冷めてから切ると崩れにくいですが、おせち料理にも、お弁当のおかずにもお勧めです。