

フレッシュ
ウーマン

福 士 夏 実さん (大沢・19)

郷土芸能通じて地域貢献を

「勤め始めたころは不安もありましたが、先輩や窓口を訪れる地域の皆さんに優しく接していただき、自信を持つて仕事できるようになりました」とさわやかな笑顔で話す福士夏実さん。昨年6月から町内の漁協に臨時職員として勤めています。職場では窓口業務を担当。「お客さんとにかくに接する業務ですので、笑顔での応対、正確な事務処理を心掛けています」

「勤め始めたころは不安もありましたが、先輩や窓口を訪れる地域の皆さんに優しく接していただき、自信を持つて仕事できるようになりました」とさわやかな笑顔で話す福士夏実さん。昨年6月から町内の漁協に臨時職員として勤めています。職場では窓口業務を担当。「お客さんとにかくに接する業務ですので、笑顔での応対、正確な事務処理を心掛けています」

ついでには「将来を考えると、若いうちにいろんな技能を身に付けておきたいと感じています。自分の可能性を広げる意味でも介護関係などの資格取得に挑戦したいです」と新年を迎え社会人としてのステップアップを誓います。

キッチンスタジオ No.34

ハーモニー

このコーナーでは、町管理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でき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、手軽に作れるおせち料理「松風焼き(のし鶏)」です。

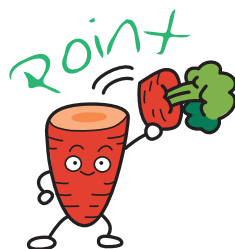
【材料(4人分)】

鶏ももひき肉…150g² 溶き卵…1個分 油…少量
木綿豆腐(水切りしたもの)…150g²
ニンジン…20g² タケノコ…30g² チーズ…20g²
生シイタケ…1と1/2枚 いり白ごま…大さじ6
④さとう…大さじ1と1/2 みそ…大さじ2
しょうゆ…小さじ1 パン粉…20g²

【作り方】

- ① ニンジン、生シイタケ、タケノコはみじん切り、チーズは小さめの角切りにする。
- ② 鶏ももひき肉をボールに入れ、粘りがでるまで手で練り、水切りした木綿豆腐を加えてさらに練る。④と①を加え、溶き卵を少しずつ加えながら、よく練り混ぜる。
- ③ フッ素樹脂加工の卵焼き器に油を薄く塗り、白ごまを全体に振る。②を入れてへらなどで押さえ、生地を平らに広げる。
- ④ アルミ箔でふたをし、ごく弱火で20分ほど焼く。
- ⑤ タオルを当てたバットなどの裏側にのせてひっくり返し、卵焼き器に戻し入れ、アルミ箔でふたをして裏側を5分ほど焼く。
- ⑥ まな板に取り出して粗熱をとり、扇の形に切り盛り付けける。

松風焼き(のし鶏)



ワンポイントアドバイス

野菜やチーズも入って口当たりもよく、やさしい味わいです。末広がり縁起の良い扇の形にしました。お弁当のおかずにもぴったりですよ。どうぞお試しください。