



マナーのプロが教える…

「卒業」のマナー

この春、ご親戚やご友人のお子様で「卒業」なさる方はいらっしゃいますか？人生の節目となる「卒業」では、心からお祝いしてさしあげたいですね。そこで今回は、お祝いする立場の方には「贈り物のヒント」を、そして、卒業なさる方へは「感謝の気持ちの伝え方」について書かせて頂きます。

▶▶▶卒業生へ

春からも学生の方への贈り物は

新しい学校では、制服、鞄、靴、文具など、一から揃えなくてはならない物がたくさん出てきます。したがって、『図書カード』や『文具券』、または『現金』を差し上げて、ご入用の物を買って頂くのもよいでしょう。大学生になる方へは、自分ではなかなか買う機会のない『高級ボールペン』や『万年筆』をプレゼントするのも素敵ですね。

春から新社会人の方への贈り物は



スーツ、ネクタイ、バッグ、靴など、こちらも揃える物が多いですね。ですから贈り物も『現金』や『商品券』、『ギフトカード』が定番となっているようです。身内の方への贈り物でしたら、『腕時計』や『パールのネックレス』など、何代か受け継がれてきた品や大切にしてきた逸品を譲り渡す、というのも粋な贈り物でしょう。嬉しさとともに、「一人前の大人として認められた」という思いで、もらった方もきっと気持ちが引き締まることでしょう。

品物以外のお祝い



品物ではなくとも、『お手紙』や『カード』、また、『電話』や『メール』でお祝いの気持ちを伝えるのもお勧めです。

卒業生より▶▶▶

お礼の伝え方は

卒業する本人がお礼の電話や手紙を書きましょう。手紙には、卒業式や入学式などの写真を添えると、なお喜んで頂けるでしょう。もちろん、取り急ぎお礼のみお伝えし、後日写真をお送りしても宜しいでしょう。お祝いの品の有無に問わらず、卒業を迎えるまでにはご家族、先生方を始め、たくさんの方々のサポートや愛情があったことを忘れないようにして下さいね。ぜひ、ご自身から直接、感謝の気持ちを伝えて下さい。



新社会人の方なら

初めてのお給料でプレゼントを差し上げる。これにはどなたでも感激して下さることでしょう！

執筆 講内えみ先生

キャンセル待ちの出る「ハッ！とさせる美しい立居振舞い講座」「また会いたいと思わせる話し方講座」が好評のセレブリティマースクール『ライビューム品川（<http://www.livium.co.jp>）』代表。現在放送中のフジテレビドラマ『サキ』で主演の仲間由紀恵さんの所作マナー指導など、マナー専門家としてメディアでも活躍中の先生です。

噛むかむ お料理レシピ

カリカリ 水菜サラダ

材料 (2人分)

水菜	80g
ごぼう	50g
a { ごま油	大さじ2
塩・こしょう	各少々
ぎょうざの皮	2枚
松の実	5g

栄養価 (1人分)

エネルギー	175kcal
食物繊維	2.9g
塩 分	0.8g

噛むかむ
ワンポイント

カリカリ、サクサク、シャキシャキなど、歯触りのよい食材は咀嚼を増やしてくれます。このような食材を数種類合わせることで、さらに咀嚼回数が増やせるでしょう。

作り方

- 1 水菜は3~4cmの長さに切る。ごぼうは細切りにして水にさらした後、フライパンで炒って水分を飛ばし、aを加えて炒める。
- 2 ぎょうざの皮は5mm幅に切ってオーブントースターでカリカリになるまで焼く。
- 3 1を和えて器に盛りつけ、2と松の実をトッピングする。