マナーのプロが教える…
バッグや鞄のお作法

今回は**「バッグや鞄の置き方のマナー」**について、シチュエーションごとにお伝えさせていただきます。
改まった席や、優雅なレストランなどで行っていただくと、ステキな大人に映りますので、ぜひご確認下さいね。

レストランに着いたら

食事の際、席の横に大きなバッグや紙袋が置いてあるのは、優雅なお食事の空間にふさわしくありません。ある程度のランクのレストランでは、必ず**"クローク"**が用意されていますので、**他のお客様からの見映えも考え、食事の時に不要な荷物は預けておくのがマナーです。** 尚、女性の場合**"手ぶらはNG"**です。大きな荷物を預ける場合は、必ず小さ目のバッグやポーチなどを持ってお席に進みましょう。

席に着いたら

ハンドバッグなどの置き場所に困ったことはありませんか？ **ハンドバッグはご自身が座っている椅子の背に置くのが一般的ですが、隣の椅子が空いている場合は、そちらに置いてもよいでしょう。** ただし、**普段床に置いている大きめのバッグを、椅子の上に乗せるのはマナー違反です。**その際はご自身の椅子の脇に置きましょう。 また、椅子の背にぶら下げるのも×。お店側のサービスの邪魔になりますし、見映えも悪いのでご注意下さい。

一瞬でも…

テーブルの上にバッグを置いてしまうことってありませんか？ ランクの高いお店になるほど、テーブルはお皿同様と見なされますので、**バッグをテーブルの上に乗せないようにしましょう。**バッグの中の物をさがす時や、立ち上がった時などに一瞬乗せるのも避けて下さいね。

訪問先でも

ビジネスでの他社訪問、また、プライベートでのご自宅訪問でも、バッグの置き場所には配慮が必要です。**いつも床に置いているバッグやブリーフケースは、訪問先の椅子やソファを汚してしまいます。**絶対に椅子の上には乗せないようにして下さいね。

●執筆●
諏内えみ先生
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ナースクール『ライビウム品川（http://www.livium.co.jp）』代表。 今年３月まで放送されていたフジテレビドラマ「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
チーズ焼きもろこし

材　料（2人分）

- とうもろこし……1本
- ⓐ 粉チーズ……大さじ2
- ⓐ みりん……大さじ1
- ⓐ 濃口しょうゆ……小さじ1

栄養価（1人分）
エネルギー／122kcal
食物繊維／2.6ｇ
塩　分／0.5ｇ

作り方

1. とうもろこしは皮をむいて３等分の長さに切り、更に縦半分に切る。
2. ⓐを混ぜる。
3. フライパンで1を蒸し焼きにし、火が通ったら2を塗り、焦げ目がついたら器に盛りつける。

噛むかむワンポイント

とうもろこしは、噛めば噛むほど味の出てくる食材なので、ゆっくりよく噛んで食べましょう。
茹でたものをそのまま食べるのも美味しいですが、今回のように味をつけると、お酒のおつまみにもなりますよ。

クイズの答え 4 1ヶ月に1回

歯ブラシの毛先が広がってしまうと、しっかりプラークを落とせないばかりか、歯ぐきも痛めてしまいます。したがって、月に１回は歯ブラシを交換するようにしましょう。