



シウガの風味が絶妙なアクセントになって、シイタケのうま味と合います。

シイタケとサバ缶の ふたみ 二身焼き

※1人分あたり

152
Kcal

塩分
0.3g

原木栽培のシイタケは春と秋に多く出回り、春は身が締まっていて凝縮したうま味があります。

(材料) (4人分)
生シイタケ……………8枚
サバ水煮缶…1缶(120g)
卵白……………1個分
片栗粉……………大さじ2
シウガみじん切り……………大さじ1



今月は広瀬支部の皆さん

マヨネーズ…大さじ1と1/2
とろけるチーズ…大さじ2
小麦粉…大さじ1と1/2

【作り方】

- ① ボウルにサバ水煮缶(缶汁は切る)、卵白、片栗粉、シウガのみじん切り(チューブでもよい)を入れ混ぜる。
- ② シイタケの軸をとり、軸部分をみじん切りにして①に入れ混ぜておく。
- ③ シイタケのかさ部分に小麦粉をふり、②をつめる。
- ④ ③の上にマヨネーズとチーズをのせ、オーブントースターで10分程度焼く。シイタケの大きさで焼く時間を調整。焼き具合が気になる場合は、先に600Wのレンジに1～2分かける。フライパンで焼いてもよい。

シリーズ 人権を 考える③⑥

パワハラ防止法を 知っていますか??

この10年間で個別の労働紛争相談におけるハラスメント(いじめ・嫌がらせ)の件数は2倍以上に増え、令和元年は全国で約8万7000件。全ての相談で8年連続トップです。安来市人権に関する市民意識調査においても人権侵害を受けたと回答した人のうち「職場で」と回答した人が最も多くなっています。

職場でのハラスメントは、働く人が能力を十分に発揮することの妨げになることはもちろん、個人としての尊厳や人格を不当に傷つける等の人権に関わる許されない行為です。また、企業にとっても、職場秩序の乱れや業務への支障が生じ、貴重な人材の損失につながり、企業イメージにも悪影響の生じる大きな問題です。

令和2年に施行された「パワハラ防止法(改正労働施策総合推進法)」が、令和4年4月か



◀その言葉や行動、もしかしてパワハラかも! (写真はイメージ)。

ら中小企業も対象となりました。事業主はパワハラを行ってはならない旨を周知・啓発することや、相談窓口を設け適切に対応すること等が定められました。

働く人自身も、上司・同僚・部下をはじめ取引先等と仕事をしていく中で関わる人たちをお互いに尊重することで、みんなでハラスメントのない職場にしていくことを心がけましょう。

問い合わせ

人権施策推進課 ☎23-3095