



卵と豆腐でお腹にやさしく、朝からたっぷりたんぱく質がとれます。



(材料)	(1人分)	
ご飯	150g	だしの素
卵 M サイズ	1個	薄口しょうゆ
絹ごし豆腐	50g	みりん
水	150ml	刻みネギ
		小さじ 1/3
		小さじ 1
		小さじ 1
		適量

エッグい豆腐雑炊

【作り方】

- ① ボウルに卵を割り入れ、溶きほぐす。
- ② 鍋に水、だしの素、薄口しょうゆ、みりんを入れて加熱し、沸騰したらご飯と豆腐を入れる。その際、豆腐は、適当な大きさにつぶす。
- ③ 再沸騰したら、溶き卵を回し入れる。
- ④ 卵が半熟に固まったら、刻みネギをちらしてできあがり。

※1人分あたり

355
Kcal



=人権尊重社会の実現をめざして=

シリーズ
人権を
考える 58

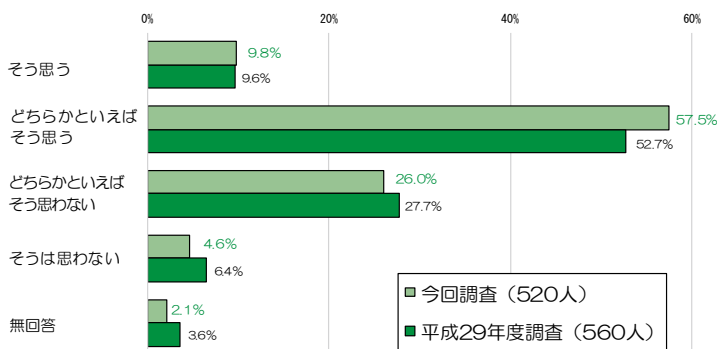
誰もが違いを認め合える明るい安来市へ

～市民意識調査の結果をお知らせします①～

安来市では、昨年7～8月にかけて、18歳以上の市民1,500人を対象に、「安来市人権に関する市民意識調査」を実施しました。人権全般、女性、子ども、高齢者、障がいのある人、

同和問題など、様々な人権課題について調査しました。協力いただいた皆さん、ありがとうございました。結果について、今月号から複数回に分けてお伝えします。

今の安来市は、人権が尊重される社会になっていると思いますか。(一つのみ回答)



平成29年度の調査と比較して、「どちらかといえばそう思う」が増え、「どちらかといえばそう思わない」「そう思わない」が減りました。「思わない」理由としては、「無関心な人や他人事と思う人がいる」「自分勝手に他人の事を考えない人がいる」などの回答がありました。

問い合わせ

人権施策推進課 ☎23-3095