

家の光

表紙の人

草笛 光子 さん

5月号読みどころ



〈特集〉

暮らしの達人 大集合！



みなさんの身近に、「すごい、どうやってやるの」と思わず教えてもらいたくなる生活の技を持つ人はいませんか。今回の特集では、そんな全国各地の達人に、きらりと光る暮らしの技、たとえば福島県会津地方に伝わる「イモ床漬け」や、浄化槽とL字パイプを使った斬新な蚊取り法、女性組織の活動に使えるキッチン帽子の作り方などをご紹介します。みんなで暮らしの技を共有しましょう。(P14~30)

農ライフのすすめ 育ちに差がつく 夏野菜の植え合わせ

コンパニオンプランツ（共栄作物）という考えをご存知ですか。有名な例では、野菜の近くでハーブ類を育て、害虫を防ぐなどの方法があります。このように異なる種類の植物を植え合わせることで、組み合わせによって害虫や病気の予防、生育促進などの効果が得られるのです。これから育て始める夏野菜に焦点を当てて、植え合わせの相性やポイントをご紹介しますので、ぜひ試してみてください。(P66~71)

エダモンの 旅して産直レシピだモン！

ニンジンがうまうま！



香りがよくてやわらかい春のニンジンを使ったおいしいレシピを求めて、料理研究家の枝元なほみさんが、JA島原雲仙管内のニンジン農家の酒井さんのお宅におじゃましました。

酒井さんに教わるおいしいニンジンの選び方や、「ニンジンの天ぷら」などのレシピ、また枝元さんにご紹介いただく「ニンジンと牛肉のピリ辛炒め」や「キャロットピラフ」などのレシピを参考に、皆さんもニンジンの新しい食べ方に挑戦してみましょう。(P50~56)

農がたり

キャイ〜ン ウド鈴木 さん

「両親から学んだ農業は、人の生き方そのものですね」

お笑いコンビ「キャイ〜ン」のウド鈴木さんは、山形県鶴岡市で稲作を営む専業農家に生まれました。優しく明るいキャラクターで人気のウド鈴木さんは、どんな家族に囲まれて、どんな自然の中で育ったのでしょうか。

故郷の庄内平野での思い出や、子どもの頃から見えてきたご両親の農作業への姿勢から、どのようなことを学んだのかなど、テレビではめったに聞くことのできないウド鈴木さんの農業や家族への思いを聞かせていただきます。(P12~13)

第1別冊付録

このひと手間で
グンッとおいしくなる
おさらい料理教室



テレビなどでも活躍する料理研究家の石原洋子さんが、素材の選び方から、下ごしらえの仕方、調理と味つけの仕方まで、料理の基本的な工程でのコツを、それがなぜ必要なのかという理由を交えてわかりやすく解説します。

第2別冊付録

なるほどなっとく！
JA共済



JA共済設立の理念である共生＝共助の社会とはどのようなものなのかや、JA共済の今日的な意義・役割について、まんがでわかりやすく解説します。また、ライフステージ別に、JA共済の上手な活用術もご紹介します。

第60回記念全国家の光大会 関連企画

全国家の光大会 記事活用体験発表
志村源太郎記念賞

輝く～わたしたちのえんまん座～
飯國恵美子さん 島根県出雲市(JALまね管内)

飯國さんが活動するJAしまね女性部塩冶支部では、どのような活動をしているのでしょうか。発表された内容を、写真を交えてご紹介します。(P39~43)

第68回 家の光文化賞

未来に豊かな地域をつなぐ①

熊本県 JA菊池
積み重ねられる「きくちのまんま」

JAは地域を次世代につなぐため、どのような自己改革を進めるべきか、「家の光文化賞」を受賞した熊本県JA菊池での教育文化活動の内容と実績から探ります。(P138~141)

美輪明宏の 人生相談



—今月の愛のメッセージ—
魔界人と対決しているのです
(P36~37)

読者募集

- 第16回 ザ・地産地消家の光料理コンテスト (P29)
- つながる ひろがる 絵手紙のわ (P31)
- 美輪明宏の人生相談 (P37)
- わが家の実験 (P38)
- 第33回「家の光童話賞」作品募集 (P104)
- 「あなたとわたしの縁側ティータイム」 (P153)
- 「子どもの目」企画 (P153)
- 第18回「家の光読書エッセイ」募集 (P155)
- 家の光読者文芸 (P157)
- 『家の光』読者アンケート (P159)
- クロスワードパズル (P161)

JA自己改革 白熱講義 ⑩

福島大学
経済経営学類教授
小山 良太さん

大災害時に、
最後まで地域の味方であり続ける
のが協同組合なのです。
(P132~133)

「家の光メールマガジン」 配信を始めました！

hikari_mm@q.bmv.jp までメールを
お送りいただくと、自動で配信の登録
ができます。

