



5月号読みどころ

表紙の人
松たか子さん



わたしが好きな
日本の味
みそ汁



・手芸・
すくも藍が
アクセント

3WAY 動画
UVパール
ネックレス
(P64~67)



ネックレス



ヘルシー食材「さかな」
をもっと手軽に、もっと
おいしく食べよう！

別冊付録
保存版
おさかな料理帖

〈特集1〉

おおぜいの前でも
だいじょうぶ！

心に残る
話し方の
基本



春は新たな場所で自己紹介や挨拶をすることが増える時季。なにをどう伝えれば、聞き手の心に残るスピーチになるのか、二人の専門家に基本から教えていただきました。

(P12~29)

〈特集2〉

検証でわかった！
最高の
フライド
ポテト



フライドポテトづくりは、ジャガイモを切って揚げるだけのシンプルな調理ですが、ひと手間で仕上がりが大きく変わります。おいしく作るコツと、楽しいアレンジレシピを紹介します。

(P34~45)

〈特集3〉

アイロンがけの
極意

苦手な人が多いアイロンがけ。洗濯家の中村祐一さんが手早く、きれいにアイロンをかける方法を伝授します。その美しい仕上がりは、驚くこと間違いなし！



(P52~61)

5月号からYouTubeで
読者限定動画を配信



スマホで誌面に掲載された二次元コードを読み取るだけで、記事に関連したYouTube動画を視聴できます。詳しくは10、11ページをご覧ください。



マークは、読者限定 YouTube 動画が視聴できる企画です。

● JA 関連記事 ●

SDGsを探しにいこう！ vol.13

だれもが安心して学べる世の中にした
ネットワークX支援XSDGs (P100~101)

新連載 JAビギナーズガイド 第1回

協同組合がたいせつにしていること
(P137~139)



関連動画を
YouTubeで公開中！



読者投稿募集

- 美輪明宏の人生相談 (P31)
- つながる ひろがる 絵手紙のわ (P62)
- 家の光童話賞 (P90)
- ザ・地産地消 家の光料理コンテスト (P136)
- 「ハッピーアワー」企画 (P155)
- 家の光 読者文芸(詩・短歌・俳句・川柳) (P157)
- クロスワードパズル (P158)
- 『家の光』読者アンケート (P159)
- ガーデニングなんでも相談 (P203)

農ライフのすすめ

初夏の
山椒仕事

爽やかな香りと
ピリッとした辛さ。



(P72~78)

日本一やさしいお金相談所

大学生活のお金事情 ②

奨学金を
親子で考えよう

(P124~127)

美輪明宏の
人生相談



ときにきびしく、ときにやさしく、あなたの沈んだ心に送る、愛のメッセージ。

(P30~31)

新型コロナウイルス感染症拡大を防ぐため、家で過ごす時間が長くなっています。

こんな時こそ『家の光』『ちゃぐりん』の記事活用で、おうち時間を楽しく過ごしましょう！

↓掲載記事と関連した動画がいっぱい！「家の光 YouTube チャンネル」。今月号から読者限定動画を配信！誌面の二次元コードを読み取り、ぜひご覧ください！！

