

* のマークは「家の光YouTubeチャンネル」が視聴できる企画です。

小説『魔界転生』の主人公・柳生十兵衛を今年再演することに。エンターテインメントは限られた時間とはいえ、確実に現実逃避できる媒体です。自由に行動できない今だからこそ、観客のみなさんに、ある種の精神的な解放感を楽しんでいただけると確信しています。

年齢を重ねていくうちに、洋服をたくさん欲しいとは思わなくなったけれど、おいしいものをたくさん食べたいという欲求は尽きることがないそう。心身の健康のバランスを保つためにも、食事はたいせつにしているそうです。

夢をかなえる

**じぶん時間で**

１００歳まで健康に歩ける

足づくりのセルフケア

**これで あなたも！**

**足爪美人**

吉永小百合 ＋ 広瀬すず

**限られた命に寄り添って**

**対 談**

手作りのドライフラワーをきれいに飾る

**ドライフラワーフレーム**

ＪＡビギナーズガイド

**ＪＡが**

**たいせつに**

**していること①**

**令和の絶品漬け物**

最高の味わい 最強の健康食

* 購読のお申し込みはお近くのＪＡへ

表紙 **上川 隆也**さん

６月号

「認知症のある母の介護」

あなたの沈んだ心に送る

愛のメッセージ

美輪明宏の人生相談

今月の人生相談

**・手 芸・**

**特 集３**

**特 集１**

**特 集２**