

農ライフのすすめ

野菜の種プレゼント

春から栽培したい

20種を1000円！



楽しく学ぼう

JA共育ドリル

くみこく

新規就農と
JA青年組織



他人との距離感をつかむのが苦手です

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

特集2

夫といても意味がない？

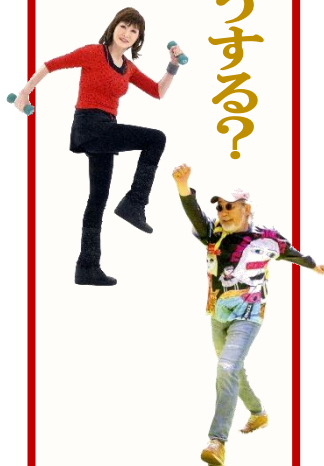
夫婦のイライラ処世術



特集1

元気で長生きの分かれ道、あなたはどっち？

60歳からの体づくり



・手芸・

小物ストッカー



家の光

2月号



表紙
山本 リンダさん

「さあ運動するぞー」というより、
毎日が付いたら体を動かしている感
じです。いつでもどこでも少しでも！
「ながらちよこトレ」で、あと10年は
歌って踊れそうです。