



特集1

やり方ひとつで大違い！ 驚きの楽ピカ掃除テク

大掃除シーズンをまえに、家じゅうをピカピカにきれいにする凄技アイデアを紹介しします。どのアイデアも、目からウロコの斬新な方法でありながら、一般に多くの方がやっているやり方より格段に楽で汚れもきれいに落ちます。それを証明するため、それぞれ2つのやり方をしっかりと比較検証し、その結果も紹介しします。

特集3

ご飯がすすみすぎる 手作りふりかけ

新米のシーズンにあわせ、ご飯がモリモリと食べられる極ウマふりかけを紹介しします。どれも、身近な材料で作れるものばかりで、味も見た目も千差万別。「こんなふりかけがあるの？」とびっくりする珍品（でも、おいしさも格別）も多数登場しします。お楽しみに。

特集2

AI時代の未来予想図

人工知能、ドローン、自動運転技術などによって、わたしたちの暮らしは大きく変わろうとしています。現在、実用化が検討されている技術と未来の生活を、イラストを使って絵本風にまとめて解説しします。とくに、人口減少と少子化が進む農村の暮らしと農業の未来予想図に焦点を当てて紹介しします。

ハッピーマイライフ運動関連企画

家計簿ビギナーのための超簡単記帳講座

家計簿をつけ続けるのが苦手という人やビギナー（初心者）が、無理なく記帳できる方法を紹介しします。「毎日書かなくても大丈夫」「つける項目は少なくてオッケー」など、ハードルをできるだけ下げながら、ポイントを押さえてお金の管理ができるアイデアが満載です。



定価 668円 (税込み)



定価 483円 (税込み)

《別冊付録企画》

ポリシーブックに盛り込みたい 農家のためのSDGs読本 ——オレたちがすべきこと、できること

SDGsが国連において採択されてから4年が過ぎ、認知度がしだいに高まる一方、理解するのが難しいという声を聞きます。

そこで、SDGsを基礎から学び直し、各分野での実践事例などを通じてわたしたち農業者やJAがすべきこと、できることを考えます。

また、JA全青協による『地上』盟友皆読運動と連動させ、青年農業者やJA青年組織がSDGsの達成に向けて行動するための一助になることを意識して、誌面を構成しします。

リーダーにならば



LINEスタンプ「地上マンとゆかいな仲間たち」も好評発売中！

干して食べよう 収穫の秋

ダイコンやシイタケ、ショウガなど、干しておくことで栄養価もぐんと高まり、便利に使える食材があります。乾燥している時季にぴったりの手作り乾物の作り方と、料理への使い方のほか、常備しておく便利な乾物の紹介もしします。

伝統芸能を守り、引き継ぐ

下仁田町・獅子舞の子どもたち



群馬県下仁田町で農業を営む瀬間馬三さんは、秋の多忙な農作業のかたわら、地元の小学生たちに獅子舞を指導しています。子どもたちは先輩の姿を見ながら獅子舞に憧れ、厳しい練習にも励んでいます。伝統を守る獅子舞保存会のみなさんの思いと、伝統を引き継ぐ子どもたちの姿を追います。