

"Ienohikari"

# 家の光

## 10月号の主な内容

定価 922円 (税込み)

よくわかる  
SDGs講座  
YouTubeで公開中!



### 特集1 こんなときどうする？ もしものときの危険回避術

自然災害や車の交通トラブルなど、身近に潜む危険や被害のリスクをシチュエーションごとに、その回避術や正しい対処法について、クイズ形式で楽しく解説・紹介します。

### 特集2 女性農業者が輝くための提言

女性の活躍する場面は増えていますが、農業において、よりいっそう「女性が活躍する農村」にするためには、どうすればよいのでしょうか。地域で活躍する女性農業者から、建設的な提案をしてもらいます。

### 特集3 栄養満点 風味抜群 ニンジン新レシピ

「船橋にんじん」の産地、千葉県J Aいちかわ管内の生産者を、料理研究家のきじまりゆうたさんが訪ね、ニンジンが主役の常識を超える新しいニンジン料理を創作します。

### 女性大学等の応援企画 ストールの巻き方レッスン

あなたの見た目を大きくアップさせる、ストールの使い方を教えます。身近なファッションアイテムだけに、意外なルールにびっくりするかもしれません。

読者特典

## YouTubeでの 動画配信がますます パワーアップ！



誌面に掲載の  
二次元コードを  
読み取って  
お楽しみください！



定価 618円 (税込み)



インスタ  
やってるよ



定価 492円 (税込み)

### 特集 直売所を、とことん生かす 地域にもたす食の循環

J Aグループが率先して発信する「国消国産」は、国民が必要とするものはその国でつくることが望ましいという、マーケットインに基づく考え方です。そして、地域の生産者と消費者が対話して、よりよい食の循環を生み出す拠点となりうるのが、直売所です。農業者の所得増大と、地域住民の持続可能な生活の両立をめざし、直売所をどう活用すればよいのでしょうか。実践事例をもとに考えます。

農業・地域・JAを担うリーダーの雑誌



### 食&農企画

### ちゃぐりん あぐりスクール & サツマイモスイーツに挑戦

まんが「あぐりスクール」では、サツマイモの収穫を体験しながら、サツマイモの歴史について学びます。食育レシピでは、サツマイモの自然な甘みと食感をいかして作る「スイートポテト」作りにチャレンジ。市販の焼きいもを使ったり、バニラアイスを混ぜたりしながら、かわいいカタチのスイーツに仕上げます。

