



気軽に話し合おう

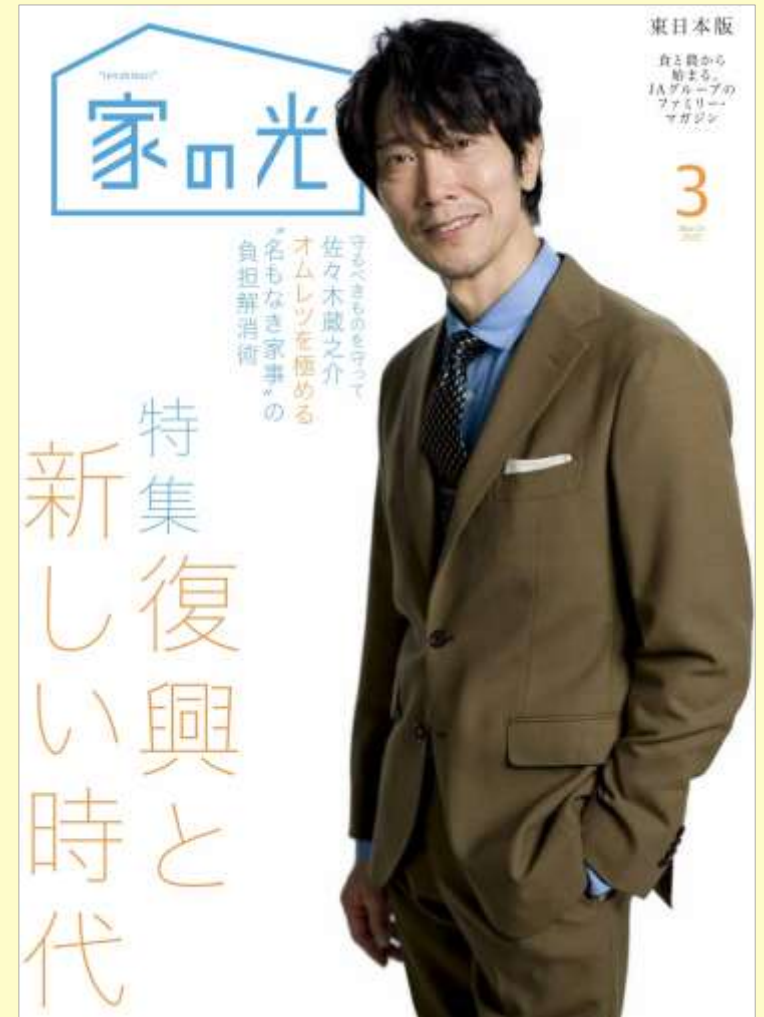
みんなで考えよう



3月号

読書会のでびき

JA女性組織版



(一社)家の光協会





気軽に話し合おう

36～43ページ
「心も体も楽になる！
“名もなき家事”の解決法」より



トイレットペーパーの交換など、なぜかいつも自分ばかり…
そんな“名もなき家事”を家族のひとりだけが担うのを見直そ
うという企画です。リストを参考に、特に苦痛な家事について
別の家族を担当になってもらう、あるいは楽なやり方に変える
など、見直してみましよう。ひとりずつ変えたい家事について
発表してみましよう。



気軽に話し合おう

46～47ページ
「防犯おじさんが教える
田舎の防犯 第9回」より



恐ろしい事件は都会も田舎も関係なく起こりうる時代になってしまいました。大切な子どもたちを地域で守っていきたくいですね。危険な場所、危険がない人、それらは大人が判断して示してあげる必要があります。

あなたが地域の子どもたちに対して、心がけていることは何でしょうか？ または、危険を感じた経験でもかまいません。



気軽に話し合おう

54～59ページ
「ひと目でわかる！
爪の健康チェック」より



乾燥する季節は爪が割れやすかったり、二枚爪になったりと荒れが気になります。爪の状態から、その原因と対処法をご紹介します。体のSOS症状が表れることもあるので、家族の健康チェックにも役立ちます。

指先のケアでこだわっているところはありますか？



気軽に話し合おう

72～79ページ
「“危険を見抜く目”を養おう
ストップ！ 農作業事故」より



農作業事故は、注意不足が原因ではありません。危険を予測して適切な対策を施さないと防げないそうです。

記事はクイズ形式で危険察知能力を試すことができるので、皆さんで挑戦してみましよう。あなたの周りにも、いつか事故しそうな場所、あるいは対策をした場所がありますか？



気軽に話し合おう

121~123ページ
「農業者年金に
加入しませんか？」より



全女協の洞口会長と田中理事による農業者年金に関する対談記事です。農業者だけが加入できる年金制度について、加入中の洞口会長がわかりやすく解説しています。

農業は長く続けられる仕事ですが、収入面を年金で十分備えられれば、大きな安心がえられます。ライフプランの工夫などと併せて話し合ってみましょう。

みんなで考えよう



27～29ページ
「復興と新しい時代 インタビュー
あの苦い経験を、
繰り返さないために」より



原発事故当時は「放射線被曝」にばかりとらわれていましたが、避難者の苦しみや損失も大きく、改めて振り返る必要があります。差別や、YouTubeなどの偏った情報の影響で過激な思想を持つ人など、現在のコロナ禍にも通ずる問題です。

公害や疫病は、いつかまた発生する可能性があります。当事者の立場に立つことの大切さを考えてみましょう。

みんなで考えよう



93ページ
「脈々と受け継がれる男女同権」
より



500年前にスペインに統治されてから現在まで変わらないという、グアムの先住民、チャモロ人の男女や家族の在り方についてです。男性の社会的地位が高い傾向にある日本とは社会構造自体が異なり、男性が家事・育児をすることが当たり前なのだそう。記事を読むと、温かい家族像が浮かびあがってきます。

みんなで考えよう



100~101ページ
「SDGsを探しに行こう！
Vol.22」より



鹿児島県 鹿屋市串良町の柳谷地区は、子育て世帯のUターンが増えています。これは町内会「故郷創世塾」の活動によるものです。福祉だけでなく楽しいだけでもない、活動の多彩さが地域の魅力を押し上げています。そして、こういった活動は、時間はかかりますが身を結ぶことも分かります。あなたが興味をひいた活動について話し合ってみましょう。

みんなで考えよう



115～121ページ

「そこそこ幸せ、のはずなのに…」

『老後の不安』はどこからくるの？」より



お金、健康、孤独…誰しも老後について、何かしらの不安を抱いています。記事では、精神科医・産業医である奥田弘美先生が『不安の根っこ』をひも解きます。じっくり読んで自分と照らし合わせてみましょう。

J Aの周りには、いきいきとしたシニアが多いのではないのでしょうか。お手本にしたい人は誰ですか？

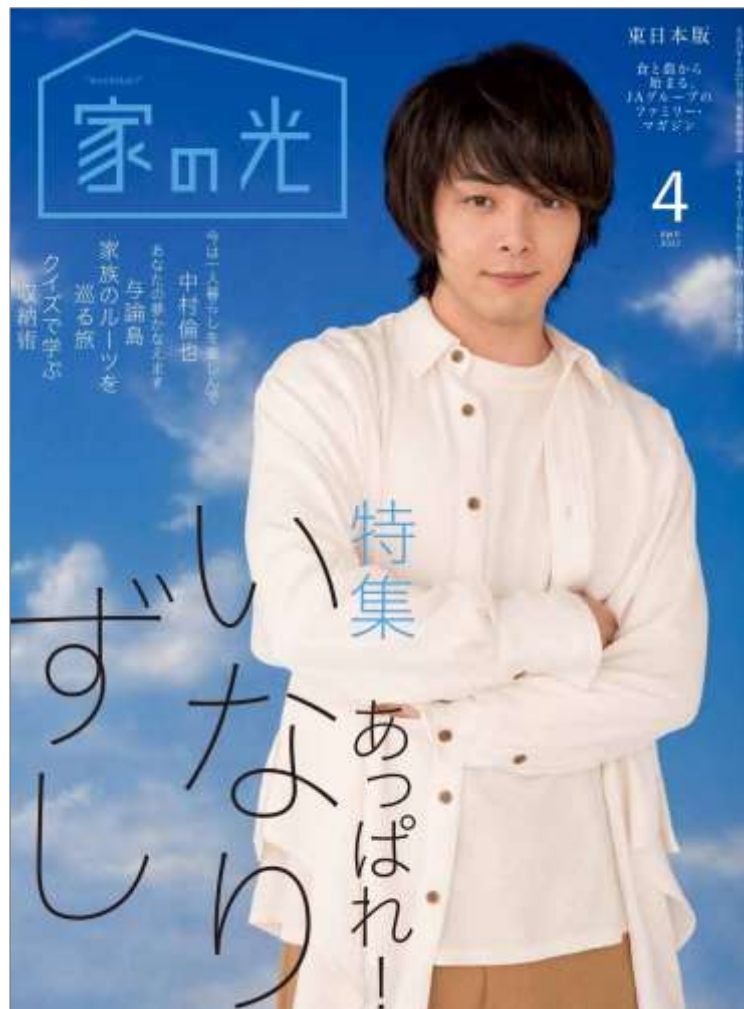
みんなで考えよう



136ページ
「キーワードで学ぶ
JA女性組織ヒストリー 第7回」より

「粉石けん使用運動」が今回のテーマです。高度経済成長の弊害で水質汚染がすすみ、農協婦人会では水と土を守るため、合成洗剤から粉石けんへの切り替え運動を行いました。

この運動はSDGsそのものです。今あなたが気になっている環境問題はなんででしょうか。組織的に取り組めるか話し合ってみましょう。



表紙は 中村倫也さん



4月号の お知らせ

<特集1>

あっぱれ! いなりずし

味付けや具材など地域によって独自のスタイルで発展を遂げているいなりずし。基本の作り方のほか、ご当地いなりずしレシピをご紹介します。

<特集2>

クイズで学ぶ収納術

まちがった悪い収納をとりあげながら、専門家から効率的で合理的な収納法を紹介します。

<別冊付録>

「『なぜ?』がわかると腕が上がる!

家庭菜園の教科書」



読書会メモ

202 年 月 日

会合名：

参加者： 名

読んだ記事『家の光』 年 月号 ページ「

感想、意見、話し合った内容などを自由にメモしておきましょう」

A large, empty white rounded rectangle intended for taking notes during the book club meeting.

