



気軽に話し合おう

みんなで考えよう



6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

34～40ページ  
「美輪明宏の人生相談  
20周年」より



大人気連載の20周年を記念したメッセージと、これまでの  
お悩み相談の中から反響の大きかったものをお届けします。

人生ではしばしば困難にぶつかります。移り変わる時代を生  
き抜いてきた美輪さんからの愛のメッセージが、そんな時に参  
考になるのではないのでしょうか。

印象に残った部分を発表し、皆さんで話してみましよう。



## 気軽に話し合おう

44～49ページ  
「マスク下の(秘)顔トレ」より



マスク生活も早2年が過ぎました。つい口呼吸になっていたり、表情が緩んでいたりしませんか？

まずP.44の「マスク老け」に該当するかを全員でひとつずつ考えてみましょう。そして、トレーニングはやり方が正しくなければ効果が期待できません。じっくりやり方を確認しながら、マスク装着したままで思いきりやってみましょう。



## 気軽に話し合おう

130～133ページ  
「がんを生きるということ  
第1回」より



がん治療中の緩和ケア医、大橋洋平さんとがん経験者のエッセイスト岸本葉子さんの対談による短期集中連載です。

2人に1人がかかる「がん」。家族や自身で罹患経験がある人の方が多いでしょう。あなたはどうでしょうか。

記事を読んで思ったことをひとりひとり話してください。発表者以外はじっくり聞きましょう。



気軽に話し合おう

152～153ページ  
「教えて! フレミズ調査室  
その6」より



テーマは「あなたの考え方は『ポジティブ』? 『ネガティブ』?」。あなたはどうでしょうか? この場で挙手制のアンケートをしてみましょう。皆さんの結果と読者アンケート結果は違っていましたか?

記事を読みあげながら、ワイワイと話してみましょう。



## 気軽に話し合おう

163～173ページ

「悩める農家の味方

農を助ける動物たち」より



農業の現場でがんばっている動物たちを紹介します。訓練を受けた犬やタカが害獣、害鳥対策で成果を出しています。また、エコな除草ができるヤギにも注目が集まっています。そんな動物たちは、農業の手助けだけでなく、その存在で広報活動もしてくれています。農園の看板猫がまさにそうです。

それぞれの事例の感想を話し合いましょう。

みんなで考えよう



63～67ページ

「第63回全国家の光大会  
志村源太郎記念賞

『光ちゃんの自己改革』より



今年3月に開催した第63回全国家の光大会にて、記事活用の部の最優秀賞を受賞した宮城県 JA加美よつば管内 内海光子さんの体験発表です。

内海さんは、自己改革について『家の光』で理解を深め、地域のために組織と自分自身に対する改革を掲げ、行動しました。皆さんで読んでみましょう。

みんなで考えよう



94～95ページ  
「新たな食料安全保障のゆくえ」  
より



現在、世界規模で食料、飼料、生産資材の価格が高騰しています。気候変動やコロナ禍に加え、ロシアとの取引停止の可能性が不安要因です。こうした危機をふまえ、農水省と自民党では食料安全保障に関する検討をしています。

日本の食料安全保障の基本と今の情勢を知り、自分たちでできることを考えましょう。



みんなで考えよう



115~120ページ  
「農薬のこと、  
説明できますか？」より



「『有機』の方が安全で栄養豊富で味も良い」と誤解が広がっています。栄養と味の面で違いは証明されていませんし、安全面でも、正しく使用すれば問題ありません。

記事を読み、今の農薬が「どういう」もので「なぜ」必要かを分かりやすく説明できるようになりましょう。説明したことがある人は、その経験を共有してください。

みんなで考えよう



139~141ページ

「楽しく学ぶ JA<sup>とも</sup>共<sup>いく</sup>育ドリル」  
第2回より



今回のテーマは「組合員の役割とJAの特徴」です。協同組合であるJAを所有（出資）し、運営し、利用するのは組合員自身です。

記事を読み「共に考えてみましょう」の部分について考え、思いついたことを具体的にひとりずつ発表しましょう。

みんなで考えよう



148～151ページ  
「まんがルポ  
みんなでできた! JA女性組織」  
より



JA愛知東女性部の事例紹介です。まず、Aコープ閉店から間もなく朝市を開催しました。そこに集う人の流れを止めたくないという思いからです。さらに「JAプラザ」として再始動した同施設で「認知症カフェ」の取り組みを始めました。

あなたのJA管内に遊休施設はありますか? その活用について考えてみましょう。



表紙は 壇れいさん



## 7月号の お知らせ

<特集1>

### ねこ背改善ストレッチ

体の不調は、ねこ背が原因かも!?空いた時間に手軽にできるストレッチを紹介します。

<特集2>

“いつか”では始まらない——

### 「代替わり」キックオフ!

<別冊付録>

身近なものが生まれ変わる

### 布と紙のやさしいハンドメイド

SDGsにつながる手作り作品25点を紹介。

生活にも取り入れやすく、贈り物にもぴったりです。



# 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」

Blank area for writing notes.