

tenohikari  
**家の光**

**6月号読みどころ**

表紙の人  
窪田正孝さん



わたしが好きな  
日本の味

エビの  
にぎりの  
寿司



・手芸・

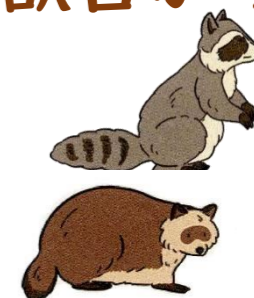


**マスク  
ケース**

通帳やお薬手帳、  
貴重品の収納にも！  
(P51~55)



農ライフのすすめ  
イノシシやシカだけじゃない！  
**獣害から畑を守る**

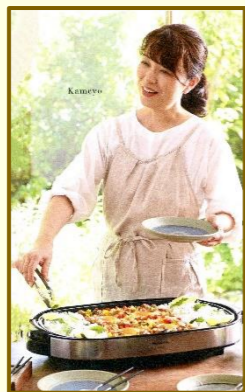


近年増加している中型獣による被害。  
対策を紹介します。(P73~80)

〈特集1〉

あんなのも作れる、こんなのも楽しめる

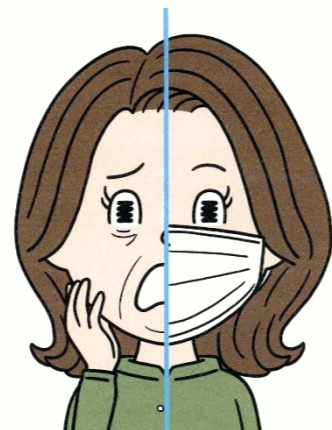
**もっと  
ホット  
プレート！**



ホットプレートの達人たちに簡単に作れる  
絶品レシピや活用アイデアを教えてください。  
(P14~29)

**表情筋を鍛えて脱！老け顔**

秘  
顔  
トレ



マ  
スク  
下  
の

長引くマスク生活で「マスク老け」のお  
それが！ マスクを着用したままできる  
顔のトレーニングを紹介。(P44~49)

● おすすめ学習企画 ●

SDGsを探しにいこう！vol.25

「働く場所」は自分たちで創出する  
地域経済×協同×SDGs

(P100~101)

ともいっく  
楽しく学ぶ JA共育ドリル 第2回

みんなと共考えればいろいろ解決！



組合員の役割とJAの特徴

(P139~141)

**農薬のこと、  
説明できますか？**

農薬はとても身近で  
役立ちますが、消費者  
のなかには偏見を持つ  
人も。改めて知り、考  
えてみましょう。



(P115~120)

〈特集2〉

**美輪明宏の  
人生相談  
二十周年**



二十一世紀の始まりとともに歩んできた、  
大人気の連載。反響の大きかったお悩みをお  
届けします。(P34~40)

さらっと解説！ みんなでおしゃべり！  
令和時代を読み解くキーワード

**アグリ  
ワーケー  
ション**



コロナ禍のなかで職場以外の場所での勤務  
を望む中で生まれた農業×仕事×休暇という  
スタイルを表すワードです。(P134~137)



マークは、読者限定 YouTube 動画が視聴できる企画です。

読者投稿募集

家の光童話賞	(P50)
つながる ひろがる 絵手紙のわ	(P62)
『家の光』読者アンケート	(P114)
ザ・地産地消家の光料理コンテスト	(P126)
「ハッピーアワー」企画	(P157)
家の光 読者文芸(詩・短歌・俳句・川柳)	(P159)
クロスワードパズル	(P160)
ガーデニングなんでも相談	(P203)



きゅうちゃ  
**こころ亭久茶の  
相続&マネー高座**

**デジタル遺品が  
トラブルに!?**

(P122~125)

新型コロナウイルス感染症拡大を防ぐため、家で過ごす時間が長くなっています。  
こんな時こそ『家の光』『ちやぐりん』の記事活用で、おうち時間を楽しく過ごしましょう！

↓掲載記事と関連した動画がいっぱい！



読者限定動画も配信！  
誌面の二次元コードを読み取り、  
ぜひご覧ください！！

