

6月号読みどころ

家の光

IE no HIKARI

表紙の人
新浜レオン



〈特集〉

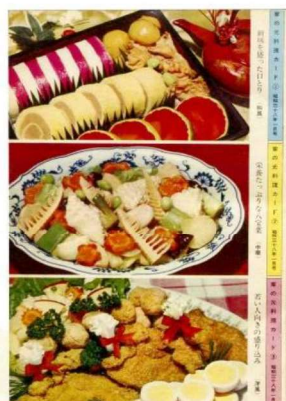


大人にこそ飲んでほしい 牛乳の魅力



子供のころは毎日のように飲んでいた牛乳。大人になってから、飲む機会が減っていませんか？
大人になった今だからこそわかる、作り手のこだわりや味わいなど、ご当地牛乳の魅力をミルクマイスターの解説とともにご紹介。

(P64~71)



「料理カード」からみえる 食卓の変化

創刊100周年記念連載
『家の光』と台所 第2回



(P52~57)

・手芸・



ミニチュア バスケット

(P58~62)

PPバンドで
作る

● おすすめ学習企画 ●

楽しく学ぶ JA共育ドリル 第38回

JA はどの分野で SDGsに
貢献しているのでしょうか？

(P157~159)

発見！ SDGsのアイデア 第29回

規格外野菜を高値で買い取り
だれもが食べられる野菜シート
に仕立てました

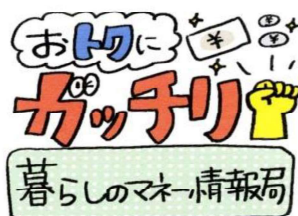
(P170~171)

読者投稿募集

家の光 100 周年ダンスコンテスト	(P6)
美輪明宏の人生相談	(P15)
つながる ひろがる 絵手紙のわ	(P88)
家の光童話賞	(P112)
『家の光』6月号アンケート	(P113)
「あなたとわたしのハッピーアワー」企画	(P125)
家の光 読者文芸(詩・短歌・俳句・川柳)	(P127)
ザ・地産地消 家の光料理コンテスト	(P128)
脳トレワールド	(P129)
フレミズ井戸端会議	(P169)



(P76~82)



第24回 歯を失うと医療費が上がる？

歯の治療費を 安くする方法

(P172~175)

今日も明日も

おかげさんで

第26回

ここにあるもので、

楽しく、

おいしく満たされる

音羽山観音寺 住職 後藤密榮

(P192~193)



毎日、みなさんのお役に立てることが、私の元気の源だから。(P16~19)

家の光創刊 100 周年
シリーズ 百年を生きて
102歳、薬剤師
幡本圭左さん

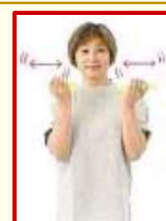
フリフリ体操編

第2回

インナーマッスルを鍛える

よこフリ

(P49)



今月の
10分
あつたら
やってみよう