



# 第9回 入選作品スライド集

令和7年7月

(一社) 家の光協会 読書・食農・記事活用促進部

# 目次

## 最優秀賞

- 「地域をつなぐ『家の光』の力～JAしまね出雲女性部の挑戦」

島根県 JAしまね 濱村 美紀さん

## 優秀賞

- 「きっかけは…家活！」

秋田県 JAあきた白神 桂田 真智子さん

- 「まさに教本！困った時の『家の光』」

神奈川県 JAあつぎ 露木 美里さん

## 佳作

- 「次世代へつながる活動を目指して！」

愛知県 JAあいち中央 野口 よしみさん

- 「教育文化活動を通じた組織の活性化とJAのファンづくりについて」

福岡県 JA福岡市 山口 幸一郎さん

# 「地域をつなぐ『家の光』の力～ JAしまね出雲女性部の挑戦～」



**JALしまね出雲地区本部  
企画総務部ふれあい福祉課  
濱村 美紀**



# 『家の光』は「活動の教科書」

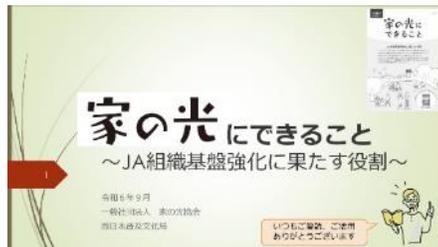
## ☆令和6年度長期愛読者拡大運動

- ・女性部支部に新規目標の新設
- ・支店職員との同行訪問等による支店目標の設置
- ・女性部員による家の光普及活動と共済紹介の依頼



各ブロックごとに教育セミナーを開催！！  
女性部員と職員が一緒に参加し  
学んだこと！

- ・なぜ『家の光』を普及するのか
- ・家の光にできること
- ・JA支店の地域活動と事業成果の関連性
- ・JA教育文化活動による好循環



活動そのものは  
収益を生まないが  
継続して取り組む  
ことで 事業利用に  
つながる



# 家の光活用研修会を実施しました！

おもてなしプロジェクトの  
プレゼントにも活躍♡

楽しく椅子フラ(^\_^)♪



出雲女性部学習企画

## 家の光活用研修会

JALまお出雲女性部では、女性部の「教科書」である「家の光」を使った研修会を企画いたしました。

「家の光9月号」に掲載されている「みんな大好き！みその力」についての学習や、「家の光5月号付録カラダ運りマック」の「椅子フラ」で体を動かして、「ちぎらん2月号」掲載の「紙コップで作るミニバスケット」をご紹介します。

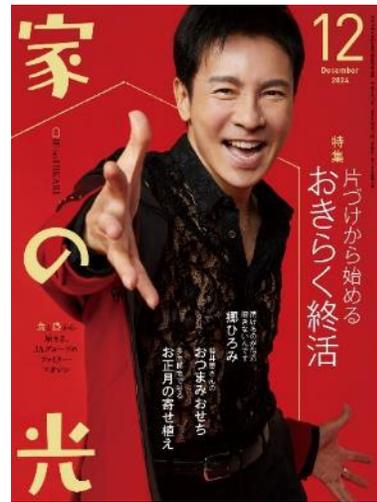
今後の地域・女性部活動の参考に、ぜひご参加ください！！

- 日時** 令和6年8月29日(木)  
午前の部：9:30~11:30  
午後の部：13:30~15:30
- 場所** JALまお出雲地区本部4階 401会議室
- 内容** 家の光活用研修会 講師：家の光協会 稲村沙織氏  
\*「みんな大好き！みその力」  
\*椅子に座ったままフラダンス  
\*紙コップで作るミニバスケット
- 持参品** 家の光9月号、飲み物、定規、はさみ  
※家の光をお持ちでない方は、当日販売いたします(9月号 税込922円) 購入される場合は、お申込みの際にお知らせください。
- 募集人数** 午前の部 対象地区(中部・河南・南部)合計40名  
午後の部 対象地区(東部・西部)合計40名





# おもてなし活動



# おせち料理教室



# フレミズ活動!

参加者募集中  
ちゃぐりんフェスタ

楽しもう!! フレッシュミズ出雲親子活動!!

女性部特製焼き肉のたれと、「ちゃぐりん8月号掲載「野菜もりもりバーベキューぐし」を作り、ラピタ屋上星空ガーデンで美味しくたくさん食べよう!

日時 令和6年9月28日(土)  
第1部 15:30~17:30  
第2部 17:30~19:30



場所 第1部 ラピタ2階 緑 調理室  
第2部 ラピタ屋上星空ガーデン  
住所: 出雲市今市町 87

参加費 750円(小学生)・食材持ち込みプラン  
1,500円(大人)・バーベキュープラン(お肉付き)

※「食」「農」「暮らし」「子育て」といったキーワードを軸に活動しているJAしまね女性部フレッシュミズ部会\*の活動に興味のある方なら、どなたでもご参加していただけます。

持ってくるもの

エフロン・三角巾・子供用包丁(あれば)

JAフレッシュミズとは・・・  
おおむね45歳前後までの子育て世代を中心とした女性の活動です。  
活動を通して、食と農を学び、みんなが笑顔になるよう地域貢献に取り組んでいます

※フレッシュミズ部員以外の方は、  
先着5家族様限定(小学生16人1名)  
(いっぱいになり次第締め切ります)

フレッシュミズ部員以外の方の参加大歓迎!  
仲間作りを楽しもう!!

【主催】JAしまね出雲女性部フレッシュミズ部会  
【締切】令和6年8月30日(金)

<お問い合わせ・申し込み>  
JAしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課  
電話 0853-21-6013 : 担当 濱村



ちゃぐりんを使って楽しく  
学習しました!!



**第10回出雲女性部まつり・家の光大会(500人以上が集まり盛大に開催)**



**J<sub>A</sub>しまね出雲地区本部 珍部本部長から長期愛読者拡大運動にて、  
女性部員と連携し目標達成女性部支部・支店を表彰**

## 《まとめ》



- ☆「地域社会におけるJAの存在感を高める活動を『家の光』で」
- ☆「女性部活動を通じて、組合員教育や地域貢献を実現し、JAの役割や価値を伝える」
- ☆「地域の女性たちを豊かにし、JAへの関心を高めるための重要な手段として『家の光』を活用した取り組みを！」

# きっかけは…家活！



J Aあきた白神  
桂田 真智子

# 頼りとなったのは 『家の光』記事!



新聞紙でスリッパ  
を作りました!

記事を活用し研修会をしたり、女性部員  
と関わる中で共通の話題になったりする  
ことも…

担当2年目には…  
娘がちゃぐりん8月号をヒントにトマトを  
研究し発表しました。



自分で育てたミニトマ  
トの甘さを調べたよ!





経済部

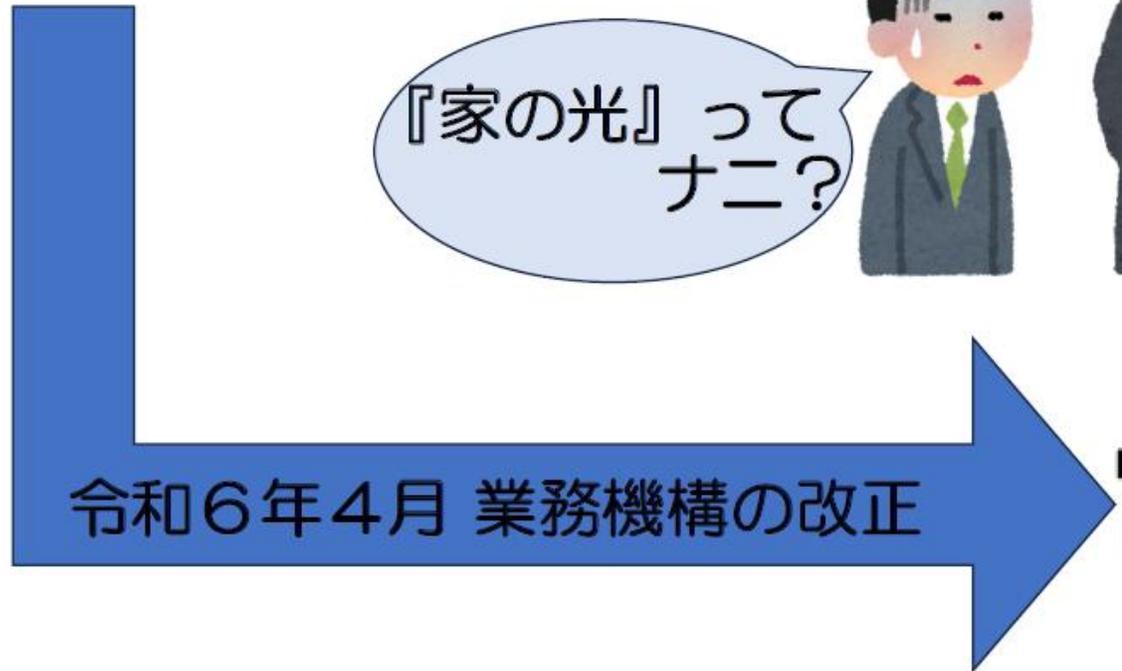


どうしよう…  
やっっていけるかな…



『生活指導』って何？

『家の光』って  
ナニ？



令和6年4月 業務機構の改正

営農部



# JAあきた白神健康寿命 100歳プロジェクト

ノルディックウォーキング体験会in大瀧村



# 澁城西小学校5年生を対象に じゃがいも収穫体験



毎年ちやくりんを  
寄贈しています

少しずつですが定期購読にもつながっています！

# 助けあい組織いきいき会存続の危機



会員がたった2人に…  
全然いきいきしていない！！



今では会員が18名になり  
いきいきしています♪



# 8月



## ☆ちやくりんフェスタ初開催

### 「JAちやくりんフェスタ」参加者募集!

「ちやくりんフェスタ」とは、JAの組合員や地域住民の子供達に、食べ物や農業の大切さを知ってもらいながら、ふれあう場所づくりを目的としたイベントです。JAあきた白神本店農業部 消費企画課へ面接お申し込みいただくか、お電話でも受付いたします。お申込みは7月31日まで。

開催日 令和5年8月5日(火)

場 所: JAあきた白神本店2階 会議室1 (旭代市一本木4-7番地)

時 間: 10:00～ お昼ご飯を食べて終了(13:00を予定)

内 容: 料理『夏野菜を使って料理をしてみよう』

工作 ①牛乳パックでペンケース ②ソルトキャンダル

③飛び上がる元気なおばけ・スイカのうちわ

この中から1つ選択し、お申込みください。

昼食『みんなで作った料理を一緒に食べよう』

対象者: あまた白神管内にお住まいの小学生 30名

※お子様のみの参加可・保護者・祖父の参加可

参加費: 1,000円(料理・工作材料費、参加記念品含む)

※付き添いの方は500円(駐車・工作材料費)

持ち物: 飲み物、筆記用具、はさみ・カッター・のりなど



ちやくりんとは、  
新しい企画、独立つばねや子ども達のすこやかな成長を支えている、JAグループの子ども向け食農教育総称です。

【お問合せ・お申込み】  
JAあきた白神 消費企画課 74-8345 東館田出 枝田・和橋



女性部は頼りになります。



# 12月

☆冬期講座やくらしの活動では  
私なりの活用法を紹介



「家活」を通じた活動で職場のメンバーも一致団結!  
これからも新しい事に積極的にチャレンジします!!



# まさに教本！ 困った時の『家の光』

JAあつぎ 清川支所経済課 露木 美里



JAあつぎ マスコットキャラクター

ゆめみちゃん

# 困った…そんな時の『家の光』



## グラスサンドアート(2021年7月号)



夏らしいグ  
ラスサンド  
アートが完  
成!

夏休みのお孫さんも参加!  
誌面を参考に模様を描き、  
作品を完成させました



## みつろうラップ(2022年9月号)



みつろう  
ラップを知  
らなかった  
…!勉強に  
なった!

SDGsを意識し、余っ  
ていた布や洋服、ハン  
カチなどを使いました



# 大好評の講習会となりました！



## 手まりストラップ(2023年8月号)



教え合いながら作業を進めました

細かい作業が多く、完成した時の達成感はひとしおでした！



## ウォールプランツ(2023年9月号)



素敵な作品が完成！さっそく飾りました

口コミで話題となり、部会活動としても実施しました！



# 多忙の令和6年度… たくさん助けてもらいました！



スマホストラップ  
(2024年3月号)



オニヤンマのお守り  
(2024年6月号)

編み方を変えると  
オニヤンマが違う  
模様にも！アレンジ  
も楽しみました

自由にデザインできる！  
布でモチーフを作っても面白い♪

米袋バッグ  
(2024年9月号)



お正月の寄せ植え  
(2024年12月号)





# 思わず目を引くチラシと作品展示！



購読していない人にも見てほしい！  
募集チラシには誌面を大きく印刷

完成した作品は店舗内、  
女性部イベントなどで展示してPR

**家庭雑誌『家の光』を活用！★家の光 TIME★**  
家の光掲載のお正月の寄せ植えを作ります！持ち物は材料費のみ。箱を使った多肉植物の寄せ植えを1点作る予定です。  
ご友人・ご家族様も参加できますので、お気軽にご参加ください！

- 日時 12月20日(金)10:00~12:00
- 場所 清川支所大会議室
- 材料費 家の光年間購読者 500円  
※対象者  
令和6年8月号~令和7年7月号までの年間購読者
- 女性部員/女性部体験登録者 800円
- ご友人・ご家族様 1,000円  
※女性部ふれあい体験は、当日登録可。  
詳細につきましては 担当から説明します。
- 申込締め切り 令和6年12月9日(月)  
※材料をまとめて購入するため、申込締め切り以降のキャンセルはご連絡ください。やむを得ない場合はご連絡ください。清川支所 ☎288-1336(担当:露木)



店舗内には作品と、  
掲載されている『家の光』も置いてPR

『家の光』誌面の写真はインパクトがあるため、必ず入れています！

女性部イベントでは、  
各地区から作品が集まり、  
積極的な情報交換も！



これからも『家の光』とともに、魅力的で楽しい女性部活動を進めていきます!!



# 多忙の令和6年度… たくさん助けてもらいました！



スマホストラップ  
(2024年3月号)



オニヤンマのお守り  
(2024年6月号)

編み方を変えると  
オニヤンマが違う  
模様にも！アレンジ  
も楽しみました

自由にデザインできる！  
布でモチーフを作っても面白い♪

米袋バッグ  
(2024年9月号)



お正月の寄せ植え  
(2024年12月号)



# 年間購読者向けの『家の光』クイズを毎月実施！

『家の光』協会HPより、「読みどころ」「『家の光』読書会&活用のおてびき」を取得



2月号読みどころ  
家の光  
HE no HIKARI

（特集）  
すっきりおなか  
おなかの悩み  
おなかをスッキリさせるには？

2ステップでラクに！  
味つけ冷凍おかず  
冷庫用保冷袋に  
余量入れて  
冷凍もOK！

野菜の種プレゼント  
合計1000人に当たる！

美編明史の人生相談 (P13)  
私の人生を変えた『家の光』  
のなるを、ひかるを、動物のわ  
(P113)  
『家の光』2月号アンケート  
「あなたとわたしのハッピーアワー」企画  
(P120)  
家の光 読書文庫(詩・短歌・俳句・川柳)  
(P127)  
暮らしのヒント  
フレミズ戸部会編 (P171)

家畜飼料の自給率  
今日も明日も  
おかげさんで  
昔懐かし豚の味、  
いろいろで一服しましょ  
有明山園畜産 執筆 監修  
(P192~193)

家の光創刊100周年 シリーズ 百年を生きて  
101歳 農業の光輝  
開後の大地を  
今日も耕して  
津田卓志 著  
津田卓志 著  
津田卓志 著  
(P48~52)

マッコウク  
第22回  
パンチンダーの夢に  
テトラ形 (P78)

読みどころの裏面に  
クイズと解答用紙を印刷し、  
生産組合回覧と女性部回覧で配付

答えは本誌の中に！  
家の光クイズ

① ぽっこりおなかを改善させる方法の一つは有酸素運動をすることである。○か×か？

② ぽっこりおなかを隠すためにはオーバーサイズの服を着ると良い。○か×か？

③ 冬にサーキュレーターを使うことで暖房効率が上がり、電気代を節約することができる。○か×か？

④ 長野県に果樹園で景観や風情を楽しみながら食事ができる農家レストランがある。○か×か？

⑤ 家畜飼料の自給率はここ30年で大きく上がっている。○か×か？

⑥ 世界では人口増加が続いており、将来的に食料の争奪戦が加速する可能性がある。○か×か？

\*\*\*『家の光』2月号クイズ解答用紙\*\*\*

☆提出期限は3/7まで！

○×をご記入ください。

クイズに挑戦してみませんか？  
全問正解者には素敵なプレゼント☆

今月のプレゼントは・・・

エコープ 回鍋肉の素

※プレゼントは、別の内容に変更になる場合がございます。ご承知ください。

1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_  
4. \_\_\_\_\_  
5. \_\_\_\_\_  
6. \_\_\_\_\_

氏名: \_\_\_\_\_  
住所: \_\_\_\_\_  
電話番号: \_\_\_\_\_

JJA受付日: 令和 年 月 日 ( )

★『家の光』2月号からのクイズです！！  
★応募対象者：『家の光』年間購読者様  
★提出方法：ご記入後津川支所に持参ください。  
※女性部、生産組合の方は今回又は次回の回覧にてご提出いただけます。  
★プレゼント受け取り方法  
提出を締め切った後（次回回覧回収後）、全問正解者の方にはご自宅にプレゼントをお届けいたします。

『家の光』クイズには42名が参加し、  
うち約30名は毎月提出しています！

② ぽっこりおなかを隠すためにはオーバーサイズの服を着ると良い。○か×か？  
X  
体脂肪を減らす。

③ 冬にサーキュレーターを使うことで暖房効率が上がり、電気代を節約することができる。○か×か？  
P123 部屋の空気をよく循環させる。  
0  
部屋の空気をよく循環させる。

⑤ 家畜飼料の自給率はここ30年で大きく上がっている。○か×か？  
P160  
X 30年間のほとんど変化なし

⑥ 世界では人口増加が続いており、将来的に食料の争奪戦が加速する可能性がある。○か×か？  
P158~159

毎月楽しみ！  
勉強になる！

今回のクイズは  
難しかった...

# 思わず目を引くチラシと作品展示！



購読していない人にも見てほしい！  
募集チラシには誌面を大きく印刷

完成した作品は店舗内、  
女性部イベントなどで展示してPR

**家庭雑誌『家の光』を活用！★家の光 TIME★**  
家の光掲載のお正月の寄せ植えを作ります！持ち物は材料費のみ。箱を使った多肉植物の寄せ植えを1点作る予定です。  
ご友人・ご家族様も参加できますので、お気軽にご参加ください！

- 日時 12月20日(金)10:00~12:00
- 場所 清川支所大会議室
- 材料費 家の光年間購読者 500円  
※対象者  
令和6年8月号~令和7年7月号までの年間購読者
- 女性部員/女性部体験登録者 800円
- ご友人・ご家族様 1,000円  
※女性部ふれあい体験は、当日登録可。  
詳細につきましては 担当から説明します。
- 申込締め切り 令和6年12月9日(月)  
※材料をまとめて購入するため、申込締め切り以降のキャンセルはご連絡ください。清川支所 ☎288-1336(担当:露木)



店舗内には作品と、  
掲載されている『家の光』も置いてPR

『家の光』誌面の写真はインパクトがあるため、必ず入れています！

女性部イベントでは、  
各地区から作品が集まり、  
積極的な情報交換も！



これからも『家の光』とともに、魅力的で楽しい女性部活動を進めていきます!!



令和6年度

## くらしの相談員活動報告

『次世代へつながる活動を目指して!』

碧南南部ブロック  
野口 よしみ



# 令和6年度の活動テーマ

- ◇「対話から繋ぐ」そして「意志反映・参画」
- ◇「碧海そだち」を基軸とした「食」「農」「健康」

## 《目標》

- ☆イキイキレディース・フレミズの活性化
- ☆次世代へ地元農産物のPR



# イキイキレディース

## 〔家活グループ オニオンズ〕



「きぬあかり」でうどん作り



「かっぽう着」作り



防災料理



きゅうりのサンドウィッチ

## 〔フレミズの森〕

魚のさばき方講習会



ペットボトルピザ作り



キッシュ作り



# 〔がやワクメンバー〕

## 支店まつり

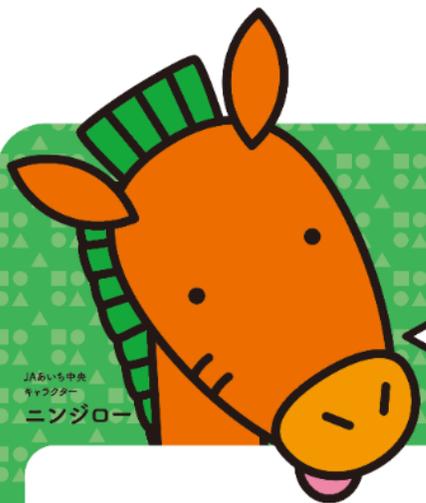
しそジュース作り



おしるこのふるまい



# 食農教育



「好き」を育みたい  
にんじん



にんじんジュースで乾杯！



## 人参の播種



## 収穫

## 講習会



にんじんゼリーのデモンストレーション



〇×クイズで学習



試食タイム♪



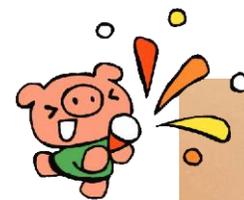
## 〔活動の結果〕

☆オニオンズ 家の光購読者 3名増

☆エコキャップ回収運動 前年比243% 優勝!!

☆フレミズの森会員LINE登録

7名⇒28名 登録率65%



## 〔次年度の課題〕

☆次世代の育成 フレミズからリーダーを育成

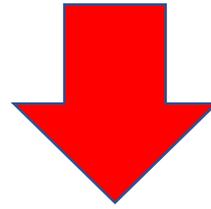
☆職員の組織活動への参加



教育文化活動を通じた  
組織の活性化と  
JAのファンづくりについて

JA福岡市 食農福祉課 山口

◆ JAの目的 =  
組合員や地域住民の願いを組合員と  
役職員の「**協働活動**」によって**実現**する事



組合員の多様化により「**協働**」の意識が薄れつつある

→家の光三誌を活用した**教育文化活動を通じて**、  
JAへの参加・参画を促す仕掛けづくりを実施

# ◆ ジョワカレッジ



# ◆ サークル活動発表会



# ◆ちやぐりんキッズフェスタ



# ◆ディスプレイコンテスト

**副賞付き 令和6年度 『家活』ディスプレイコンテスト**

**女性部・フレッシュミズ・支店担当者  
みんなで支店活動を盛り上げましょう！**

昨年度、皆様のご協力のもと大盛況となった「家活ディスプレイコンテスト」  
♪今年度も実施いたします♪

支店を訪れたお客様が「家の光」を手にとって下さったり、女性部活動やサークル活動の作品に興味を持って頂いたり、活気あふれる支店活動の一助となることは間違いありません！！

今年度も女性部、フレッシュミズ各組織の部員の方々、また支店職員とのさらなる交流も図っていただきながら、組織活性化と部員拡大につなげていただきたいと思います。また、このコンテストを通じて、女性部、フレッシュミズだけでなく、ご来店のお客様へお声かけのきっかけ作りとなり、JAのファンづくり、JAのイメージアップへとつなげていただきたいと思います

「やっぱりJAっていいね♪」って思ってもらうきっかけを作りましょう！

**①家の光紹介コーナー**  
店頭が目立つところに見本誌や手作りPOP、今月の読みどころを飾りPRしてください。

**②支店活動紹介コーナー**  
支店活動で制作した手芸品やその作り方、活動状況の写真などを展示し、女性部・プレミ活動のPRによる部員拡大を目指します。

**①と②を総合的に審査いたします**  
下記の通り優秀支店を決定し、『令和7年度女性のつとめ』にて表彰いたします。

- ・最優秀賞(1店舗)  
賞状・副賞 20,000円相当
- ・優秀賞(2店舗)  
賞状・副賞 10,000円相当
- ・アイデア賞(1店舗)  
賞状・副賞 5,000円相当
- ・家の光年間増部賞(1店舗)  
賞状・副賞 5,000円相当



## ◆ J A と取引のある 企業への「家の光」普及推進 とりくみ

- ・ 女性部員や個人の方 → 高齢化により **人数が減少** ・ 活字ばなれ 購読部数の減少

- ★取引企業** → ① 企業であり **安定的で継続した購読** になりやすい
- ② 所属する方だけでなく、**店舗・病院・美容室の待合室などの** 冊子として設置頂く ことで、通常の書店では取り扱っていない **家の光を** 一般のお客様に見ていただく機会 にできる

今後も家の光を活用した様々な活動を通じて  
J A のファンづくりを進めて参ります！