

特集 2つの秘訣でうまくいく！ 今こそ「お金の不安」を手放そう

物価高騰が続く中、老後のお金に対する不安から「節約疲れ」に陥る人も。ベストセラー『正しい家計管理』の著者・林總さんが提唱する、家計管理の秘訣「やりたいことを真剣に考える」「やめることを決める」の2つをまんがでわかりやすく紹介します。さらに、2つの秘訣を実践し、お金の不安を手放つことに成功した人の暮らしぶり、使っていない畑や空き家の活用法や処分方法など、不安解消の知恵が満載です。

別冊付録

からだにいい鍋

冬の家庭料理の定番といえば鍋料理。野菜をたっぷり使い、肉や魚もとれて栄養バランスにも優れているうえ手軽に作れる、家庭の強い味方です。そんな鍋料理に薬膳の考え方を取り入れたレシピを20品ほど提案します。鶏、豚、魚介、ダイズ製品に、ネギやハクサイなどの野菜など、身近な食材を組み合わせ、体によく飽きのこない鍋料理です。この冬は「からだにいい鍋」で元気に乗り切りましょう。



Facebook
やってます



新定価750円(税込み)



インスタ
やってるよ



新定価600円(税込み)

特集 押さえる要点がよくわかる！ これからの農政虎の巻

4月に次期「食料・農業・農村基本計画」が閣議決定され、さらに水田政策の見直しや次期酪肉近の見直しが進められる中、有識者などによる全体のポイント解説や課題の提示、さらには農家による座談会などをおして、それぞれの論点と今後の方向性について伝えます。また、「基本計画とKPI」「水田・畑作農業」「畜産・酪農」を3つの大項目に分け、中項目として「押さえておくべき農政項目」を示しわかりやすく紹介します。自身や地域の営農にかかわる政策がどのように進められているのかを理解し、農家としての課題に気づくことがたいせつです。だじな局面である今の農政の外観をつかみ、自身の経営に関わる部分において、課題にたいする解決策を深掘りします。

食&農企画

「ほっくい甘い！ 栗おやつ」

秋の味覚の栗を使って「栗きんとん」を作ります。作るのが難しいイメージがありますが、実は、栗をゆでて裏ごしし、砂糖やみりんなどを加えて甘く仕上げ、一口大に丸めるだけ。家庭で秋のおやつを楽しみましょう。

食&農企画

小島よしおの産地へGO! GO!

タレントの小島よしおさんが、石川県のJA小松市へ。今月は、ストックの農家を訪問します。地域のフレッシュミズの方たちとっしょにピンクや白、赤、黄色とカラーバリエーションも豊富で、ガーデニングやアレンジメントとして人気のストックを使った、フラワーアレンジに挑戦します。