

特集 「いつも」使えて「もしも」に役立つ **あると安心防災**

防災に関する意識調査をみると、災害の備えの必要性を感じている人は全体の7～9割に上るものの、実際に備えができていると答えた人は全体の2～3割程度にとどまります。日常と非常の垣根をなくして、ふだんしていることや使っているものをそのまま災害時にも役に立てる考え方「フェーズフリー」が広がるなか、災害時の特別な準備ではなく、すでにあるものになにか工夫をしてできる、日々の生活にも非常時にも役立つ実践的なアイデアを紹介します。

別冊付録 **もしものときの**

「防災アクション」クイズブック

地震や水害などが頻発する日本。いざという時にどんな行動をとればよいのでしょうか。人命救助のタイムリミットの目安とされる発災後72時間に起こるさまざまな状況を想定し、命を守るための13の「防災アクション」を防災のプロ・浅野竜一さんに教えてもらいます。命を守るための正しい行動をクイズ形式で、危険な行動を「NG行動」として紹介。家族や仲間と楽しみながら防災意識を高めましょう。



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 **地域農業を強くする！**

J A青年組織と女性農業者の新たな共創

いまだJAの組織では男性は青年部、女性は女性部に所属することが通例となっており、経営を担っている女性農業者にとっては、青年部の活動で行っているような経営面・農業技術面の研修を受ける機会に恵まれていない一方、ここ数年、都道府県単位のJA青年大会やブロックの青年大会、全国青年大会でも、女性の発表者が見られるようになり、全国各地でJA青年組織に加入する女性農業者が増えてきています。共に農業技術や経営を学び、活動を通じて地域に貢献することで、多様性が増し、ますます地域の農業は強くなるはずです。そこで、JA青年組織に加入している女性農業者や活動を共にするJA青年組織を尋ね、組織の魅力や意義、青年組織に期待していることなどをお聞きします。

食&農企画

「ごちそうクリスマスサラダ」

毎年、クリスマスの献立に悩んでいませんか？そこでおすすめなのが、見た目も華やかで、作り方も簡単な「ツリーサラダ」です。誌面では、栄養価が高く、みずみずしいブロッコリーをツリーに見立てて、赤いミニトマトや黄色いパプリカ、卵などのクリスマスカラーの食材を飾り付ける方法を紹介します。また、サーモンやイクラなど、ちょっと贅沢な食材を加えれば、より一層華やかに。お皿にのせた瞬間からパーティー気分が高まり、作る時間も食べる時間も笑顔があふれるはずですよ。

食&農企画

みんな大好き！おかわりレシピ

野菜をたっぷり使った、とびきり美味しいレシピが登場。「オムライス」、「ジャガイモとリンゴのサラダ」、「タマネギとベーコンのスープ」の作り方を石原洋子さんに教わります。