

8月号読みどころ

家の光

IE no HIKARI



表紙の人
大地真央さん

特集

わたしにちょうどいい
スマホ

Android (アンドロイド) 13

iPhone (アイフォーン)

ライフ

この4つだけでも暮らしがぐっと便利に!

暮らし役立 検索、メモ機能

川島裕子ちゃん

特集

わたしにちょうどいい
スマホライフ

(P12~31)

メイプル超合金
安藤なつさんと学ぶ

認知症

知れば心が
軽くなる

介護現場歴
20年!

介護や認知症に気負わずに向き合える
ヒントを、介護福祉士の資格を持つ
お笑い芸人の安藤さんと学びます。

(P52~57)

〈連載〉 農ライフのすすめ
完全熟に至福の味!
鉢植えでブドウを育てよう

ブドウを育てよう

完全熟に至福の味!
鉢植えでブドウを育てよう

(P73~80)

魚のモビールを作ります。
トイレットペーパーの芯を使って、



(P66~69)

<別冊付録>

どっさり採れてもだいじょうぶ!

キュウリとナスの
食べつくしレシピ

たくさん採れると料理がマンネリ化したり、使いきれずに傷ませてしまったり…。そんなキュウリとナスを飽きずに、むだなく味わいましょう。主菜、副菜、漬け物、保存食とさまざまなレシピを紹介します。



● おすすめ学習企画 ●

ひと目でわかる! 食と農のいま 第12回

地産地消の一步先へ

(P136~137)

JA・協同組合がよくわかる!

(P142~143)

阿高あやのなるほどレッスン 第12回



联合会や中央会は
なにをしているの?

読者投稿/参加募集

- 『家の光』読書体験手記 (P84)
- つながる ひろがる 絵手紙のわ (P92)
- 『家の光』8月号アンケート (P97)
- ザ・地産地消家の光料理コンテスト (P105)
- 家の光 読者文芸(詩・短歌・俳句・川柳) (P107)
- 「あなたとわたしのハッピーアワー」企画 (P111)
- 脳トレワールド (P113)

シニア世代は必読!

みんなのお金相談所

<今月のお題>

相続手続きのスケジュール。
遺産分割はどう進めて
いくの?



(P156~159)

第40回
今日も明日も
おかげさんで



「もったいない」から
おいしい喜びに
つながりました (P162)

音羽山観音寺 住職 後藤 密榮

戦争を忘れない
声なき声を
聴く



(P42~51)

脳トレ レクリエーション編 第4回

チームで協力して
バトンをつなぐ
一列棒リレー



(P70)

今月の
10分
あつたら
やってみよう