

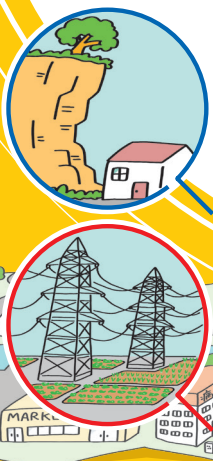
つながりは最強の備え

知る、備える、助け合う

炊き出しのノウハウ



みんなの防災 みんなと防災



防災ウォーキング



家の光

IE no HIKARI

『家の光』
12月号
購読申込
受付中!

『家の光』12月号普及活用全国特別運動

お申し込みはお近くのJAへ 定価 ●900円(税込)

切り取り線

購読申込書 12月号

◎希望する支払方法を○で囲み、
その他必要事項を記入してください。

年 月 日

JA 御中

家の光 12月号を購読します。

ふりがな

お名前

〒 □□□-□□□□

ご住所

電話番号

()

支払方法	<input type="radio"/> JA口座より振替
	<input type="radio"/> 現金

●ご記入いただいた個人情報は、注文以外の用途には使用いたしません。

◎家の光家計簿ご希望の方は別途お申し込みが必要です。
下記右枠内に○印をご記入ください。

『家の光』家計簿 申込欄



みんなの防災 みんなで防災

日ごろの備えと地域のつながりでたいせつな人を守るため、JAの役割にも目を向けながら、組合員・家族・地域で無理なく取り組める冬の防災の工夫を紹介します。「いま、できること」からいっしょに始めてみませんか。

JAや女性組織だからこそできること

◎「炊き出し」の実践

限られた水や燃料でおこなう災害時の炊き出しについて、JAや女性組織のノウハウをもとに、大量調理の流れや衛生対策を紹介します。冬に喜ばれる温かいメニューの工夫も。



避難所にやさしい光を

◎折り紙ランプシェード

周囲に配慮したやさしい光で、夜を過ごせる折り紙ランプシェードの作り方を紹介。A4用紙2枚で簡単に作れ、折りたたんで持ち運べます。



“歩いて確認し、書いて備える”減災の取り組み!

◎「防災ウォーキング」と「減災カード」

地域の危険箇所や避難ルートを歩いて確認する「防災ウォーキング」を、JA女性組織の体験レポートとともに紹介。さらに、歩いて得た気づきや家族の必要情報を1枚に整理できる「減災カード」の作り方も掲載します。



A4サイズの紙

一枚の紙にまとめて、いつでも見られるように折りたたんで持ち歩く

“身につける防災”で避難行動をスムーズに

◎着て持ち出す「防災ベスト」の備え

必要なものをすぐ持ち出せる「防災ベスト」を紹介。1日をしのぐ必需品をベストにコンパクトにまとめ、いざというとき慌てない備えを提案します。

●ポケットに入れる物(一例)●



『家の光』12月号 別冊付録

別冊付録もテーマは防災!

「在宅避難」を想定し、確認すべきポイントを解説。節水テクニックに加え、今ある食材と備蓄品で作る料理1週間分を紹介します。



★湯せんの方法

①鍋に水を煮立て、2.5Lの水を入れる。②の角切りのポリ袋を2枚重ね、ふたをずらしてのぞき、10分加熱する。

③凍らせた200gのコマツクを1個ずつ入れ、大きめの気泡がはららいたまげんする。ふたをずらしてのぞき、10分加熱する。

④ポリソースとコマツクを鍋を煮立たせ、②の角切りのポリ袋を2枚重ねてのぞき、10分加熱する。途中で上下を返し、さらに10分加熱する。

⑤ポリソースを鍋に注ぎ、ふたをし、火を止めて煮立て10分加熱する。

1日め

ガスコンロとガスボンベ、水、ポリ袋で作ります!

ガスコンロとガスボンベ、水、ポリ袋で作ります!

※本誌・別冊付録のタイトル・内容・デザインは、変更することがあります。

今年度も増刊号として家計簿のみの販売をします



2027年 家の光 **家計簿** (日記付き)

(『家の光』12月号に別冊付録としては付きません)

『家の光』増刊号 (11月1日発売)

定価 **660円** (税込)

※ご購入希望の方は、裏面申込書「家の光家計簿 申込欄」に○をご記入ください。

農と食、人と地域をつなぎ、共に「未来」を描く

JAグループの食農教育をすすめる子ども雑誌



地上

定価 ● 750円 (税込)



ちゃびりん

定価 ● 600円 (税込)

