

暮らしに役立つ
ファミリー誌
家の光
IE no HIKARI
家の光
11
二階堂ふみ
特集 人生はいつからでもリスタート
ニッポンのネギ大好き！
"地域のチーズ"が、国産チーズを盛り上げる
食と農から始まる、JAグループのファミリー・マガジン
家の光
10
鈴鹿央士
特集 もう、転ばない！
住まいと体に安心をどうする祭り
プランターで寄せ植え菜園
家の光
9
つかず離れず、ちょうどよく
家の光
8
スマホライフ
購読（月払い）誌代（税込）
誌名 定価
家の光 900円
地上 750円
ちゃぐりん 600円
お申し込みはお近くのJAへ



家の光はこんな雑誌です
IE no HIKARI
『家の光』の4つのたいせつなテーマで構成
食と農
家の光料理カード
畑の時間
ローカルホッとナビ
農ライフのすすめ
農業と漁業のいい関係
協同
協同組合ってなんだろう？
暮らし
手芸
ポシェット
家族
親と子の童話
ぼくたちライバル
特集
夫婦のあり・なし座談会
みんなのお金相談所
高尾美穂のらくヨガ
ゆっきー先生のスマホ相談室
別冊付録
毎月
バラエティ豊かなテーマでお届け
防災レシピ
自律神経整えガイド
家庭菜園お助けBOOK
脳トレ パズル36