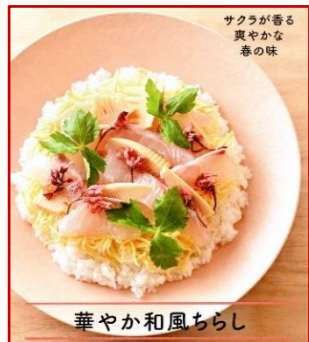




4月号読みどころ

〈特集1〉

春らんまん ハッピーおうちずし



華やか和風ちらし



甘辛鶏の洋風ちらし

春のお祝い事や花見などの行事にぴったりの、さまざまな「ずし」を紹介します。
(P12~29)

表紙の人
戸田 恵子



〈特集2〉



もう、耕さずには
いられない！
(P32~43)

・手芸・

ネコとチョウチョの マグネット



100円ショップで
手に入る樹脂粘土
土で作ります。



(P58~61)

● おすすめ学習企画 ●

発見！SDGsのアイデア 第17回

テーマはリメイク・リターン・リマインド！
被災地のブルーシートが大変身
(P98~99)

楽しく学ぶ JA共育ドリル 第24回

みんなと共に考えればいろいろ解決！

JA組合員の役割

(P137~139)

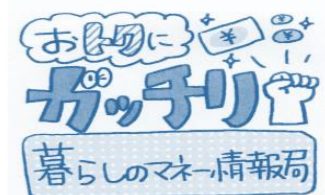
読者投稿募集

- 美輪明宏の人生相談 (P9)
- つながる ひろがる 絵手紙のわ (P30)
- 高尾美穂のらくヨガ (P47)
- スマホ道場 (P49)
- 家の光童話賞 作品募集 (P111)
- 『家の光』4月号愛読者アンケート (P114)
- 教えて！ フレミズ調査室 (P149)
- 「あなたと私のハッピーアワー」企画 (P157)
- 家の光 読者文芸(詩・短歌・俳句・川柳) (P159)
- クロスワードパズル (P161)

別冊付録 ひと目でわかる 家庭菜園カレンダー& 人気の夏野菜ガイド



昨年大好評だった家庭菜園カレンダーに、今年は人気夏野菜ガイドをセット。2冊あわせて野菜作りをサポート！



第10回 習慣から見直しを！

丸山流 得節約術

(P150~153)

侵入窃盗にご用心!!

わが家を守る防犯術



「侵入窃盗」とは、住居に侵入し金品を盗む犯罪です。

(P50~55)

〇×で見直して

ヘアケアの悩み を解決！



(P62~65)

今日も明日も おかげさんで

第12回

つないできた輪が とぎれないように

音羽山観音寺住職 後藤 密榮 (P209)



で暮らしに“ゆとり”と“刺激”を！
意外と長い「10分間」。集中して何かに取り組んだり、ゆったりと過ごしたり。『家の光』の記事を活用して、毎日の暮らしに“ゆとり”と“刺激”を！

今月の10分あったら
やってみよう
唇ストレッチ&
にゃーお発声法 (P67)

