



表紙 高杉 真宙 さん

今年二十七歳になりました。十三歳から俳優を続けてきて、社会人としてもっと知らなきゃいけないことがあると思いついて、二〇二一年に、独立して会社を設立。今もいたらないことが多いですが、徐々に厚みを増していきたいです。そのために「ぶつう」でありたい。感覚としてぶつうであろうと心がけています。

・手芸・トリック・オア・トリート!!
ハロウィーンをお菓子飾りを楽しむ



両親とのわだかまりを解きたい

あなたの沈んだ心に送る
愛のメッセージ

美輪明宏の人生相談

特集1
一生、自分の足で歩きたい! 今日から始める
ウォーキング



特集2
おいしく食べる技教えます!
ジャガイモの絶品おかず



ズボラ編集部員の悩みを解消!
家計簿Q&A



楽しく学ぶ
JA共育ドリル



JA女性組織
について(その②)

農ライフの
すすめ

お待ちかね!
栗の季節です

