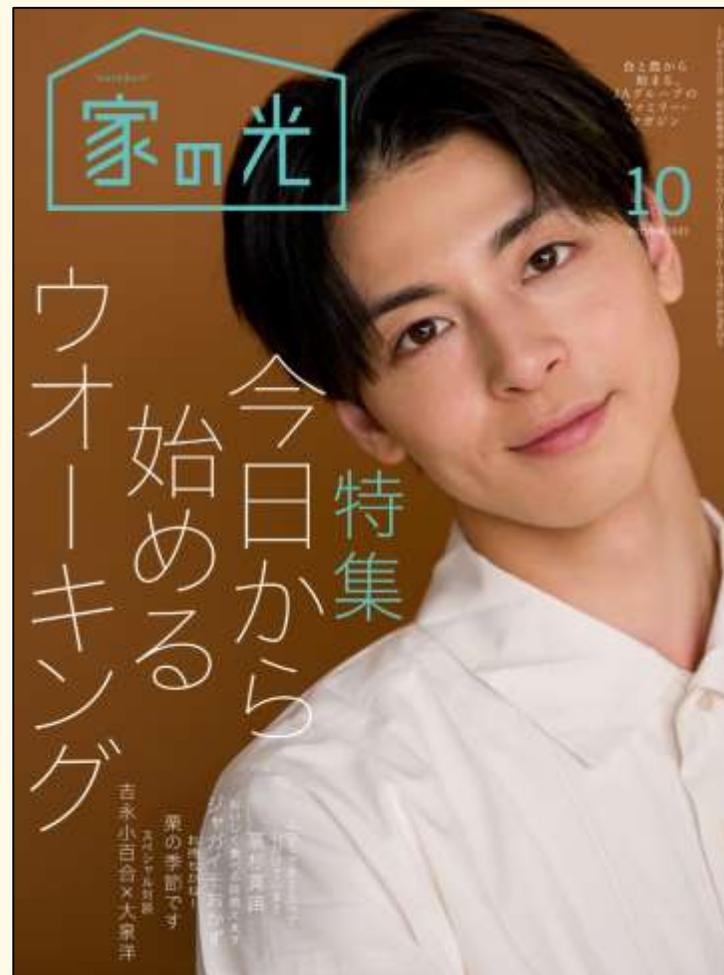




10月号

読書会&
活用のてびき



一般社団法人 家の光協会

↓記事の種類を下のように分類しています。



みんなで考えよう



つくってみよう



気軽に話し合おう



10分で記事活用

↓記事の内容を3行にまとめています。

○こんな人におすすめの記事です！

◎こんな内容の記事です！

●記事をこんなふうに活用してみませんか？

つくってみよう P. 38~47

「おいしく食べる技教えます!

ジャガイモの絶品おかず」



○ ジャガイモ料理のレパートリーを増やしたいあなたへ。

◎ 甘みが増して、ますますおいしくなるこれからの季節。肉じゃが、ポテトサラダなどよりおいしく作るための工夫を紹介しています。

● みなさんの自慢のジャガイモ料理はなんですか？
気軽に話しあってみましょう。

つくってみよう  P. 50~53

「ハロウィーンを楽しむ お菓子飾り」



- 季節のイベントを企画したいと考えているあなたへ
- ◎ 折り紙や色画用紙、フェルトで手軽につくれるハロウィーン飾りのアイデアを紹介しています。
- 女性部で作成し、学校や子ども食堂にプレゼントしてみたいかがでしょうか。子どもたちも大喜びすること間違いなしです。



気軽に話し合おう

P. 58~65

「ズボラ編集部員の悩みを解消! 家計簿Q&A」



○ 「毎年、家計簿記帳が続かない」と諦めていませんか。

◎ 気軽にできて効果も感じられる家計簿のつけ方を節約アドバイザーに聞きました。

● 記事をきっかけに家計簿記帳に挑戦してみませんか。また、既に行っている方は続けられる秘訣を披露してください。



気軽に話し合おう P.14~32

「今日から始めるウォーキング」



- 一生自分の足で歩きたい！ と思っているみなさん。
- ◎ 健康寿命を延ばすためにいますぐ始めたいウォーキング法のポイントやシューズの選び方を紹介しています。
- 18・19ページで自分の立ち姿勢・歩き方をチェックしてみましよう。一人で行うのではなく、だれかに見てもらうのもいいですね。



みんなで考えよう P.92~93

「GreenWatch ～肥料価格の高騰に新たな対策が～」



○ **JA職員**のみなさんにおすすめ。

◎ 国は肥料の自給率を高めようと対策を進めています。肥料価格の高騰など苦境に陥りながらも、化学肥料の低減に努める農家に支援が行き届くことが大切です。

● 交付金を受ける単位は原則、JAや農家で構成される地域協議会です。JAとして地域のためになにができるか、改めて考えてみましょう。



みんなで考えよう P.135～137

「楽しく学ぶ JA共育ドリル ～JA女性組織について～」



- JA職員または女性部のみなさんにおすすめ。
- ◎ JA女性組織の活動が広がり、進化してきた理由をわかりやすく解説しています。
- 『家の光』では全国のJA女性組織の活動を紹介しています。ぜひ、活用して全国の仲間の活動を学んでみましょう。



気軽に話し合おう P. 152~153

「ハッピーマイライフ体験文 最優秀賞受賞作品発表」



○ **女性組織**のみなさんにおすすめ。

◎ **最優秀賞に輝いた広島県JA尾道市 松村明美さんの作品**
を紹介しています。

● **作品を読んでなにを思いましたか？**
自身の体験も交えて、感想を話し合ってみましょう。



みんなで考えよう P.142~145

「まんがルポ みんなでできた！ JA女性組織」



○ JA女性組織活動のヒントを探していませんか？

◎ 山梨県JA南アルプス市女性部加エグループでは、コロナ禍をきっかけに次々と新たな商品開発に挑戦。若いメンバーも増え、女性部全体の活性化にもつながっています。

● みなさんの女性組織で挑戦したいことはありますか？
記事を参考に話し合ってみましょう。



10分で記事活用 P.66

「10分あったらやってみよう」



○ 会議・会合前のアイスブレイクなどでおすすめ。

◎ 古いカレンダーなど厚手の紙を使ったポケットファイルを紹介しています。

● レシートや診察券を入れるなど目的ごとに使うと便利です。
窓つき封筒で作ると中身が見えて確認しやすくなります。



答えは本誌の中に!
家の光クイズ



②

大きな栗をたくさん収穫するのに大切なことは、大木化させないことである。
○か×か?

②

交通事故の死者がもっとも多かったのは1970年の1万6765人。この数は日清戦争の戦死者数に相当する。
○か×か?

③

実エンドウは障害が出にくく、家庭菜園にうってつけの野菜である。
○か×か?

④

1日履いた靴は、両足でコップ約1杯分もの汗がしみこんでいる。
○か×か?

⑤

デンプンの含有量が多いジャガイモの方が、ほくほくとして荷くずれしやすい特徴がある。
○か×か?

⑥

一般的なガーデンシクラメンは耐寒性がなく、室内で鉢花として楽しむ花である。
○か×か?

家の光クイズ 解答

- | | | |
|---|--|---|
| <p>① ○ 〈P.74〉</p> <p>大木化して、日当たりや風通しが悪くならないようにするのが大切です。木が休眠中の冬季に剪定しましょう。</p> | <p>② ○ 〈P.129〉</p> <p>日清戦争の死者数に相当するため、交通戦争と呼ばれ、長らく社会問題になっていました。</p> | <p>③ × 〈P.196〉</p> <p>実エンドウは連作すると障害が激しく出ます。4、5年マメ科の野菜を作っていないところで栽培しましょう。</p> |
| <p>④ ○ 〈P.32〉</p> <p>湿気のこもった状況で履き続けるのは型くずれや劣化を早める一因に。靴は1日履いたら1日休ませるのが理想です。</p> | <p>⑤ ○ 〈P.40〉</p> <p>形をくずすポテトサラダ、マッシュポテトなどは『男爵』、煮物などで形を残したいときは『メークイン』が向いています。</p> | <p>⑥ × 〈p.202〉</p> <p>ガーデンシクラメンは耐寒性があるもので、温暖地では花壇などに地植えできます。</p> |

読書会メモ

202 年 月 日

会合名：

参加者： 名

読んだ記事 『家の光』 年 月号 P. 「 」

感想、意見、話し合った内容などを自由にメモしておきましょう



表紙は中島 健人さん



11月号の お知らせ

<特集1>

どう考えたらいいの？ 子どもの結婚

いま、未婚者の割合が増えています。

なぜなのでしょう。結婚観や家族観について考えます。

<特集2>

ウー・ウェンさんの 風邪を遠ざけるシンプル鍋

長ネギやハクサイなどの冬野菜を使い、体の課長を整える鍋物を紹介します。

<老後のお金>

どうなっていく？ わたしたちの年金

物価の上昇や高齢化社会に伴い、年金にたいする不安を抱える方も多いのでは。そこで年金についての素朴な疑問や基本をおさらいし、いまできることを解説します。