



第6回 入選作品集

令和4年7月
(一社) 家の光協会 普及企画部

目次

最優秀賞

- ・ 立ち止まりたくない！ 新たな挑戦は『家の光』とともに
神奈川県JAあつぎ 依知支所 経済課 齋藤 美穂 3

優秀賞

- ・ 家活から繋がっていく仲間づくり
愛知県JAあいち中央 安城北部ブロック 新安城支店 坂田 由里子 9
- ・ 「家の光ディスプレイコンテスト」に参加して
福井県JA福井県 春江支店 共済課 笹原 久美子 15

佳作

- ・ 『家の光』は私の道しるべ
山梨県JA南アルプス市 営農指導部 生活指導課 五味 広子 21
- ・ “在宅家活”で気づいた家の光の良さ
静岡県JAしみず 営農部 営農企画課 萩原 靖子 27
- ・ それぞれの個性が光る活動を！！
愛知県JAあいち中央 安城西部ブロック 安城西支店 岩井 ゆかり 33

立ち止まりたくない！
新たな挑戦は
『家の光』とともに

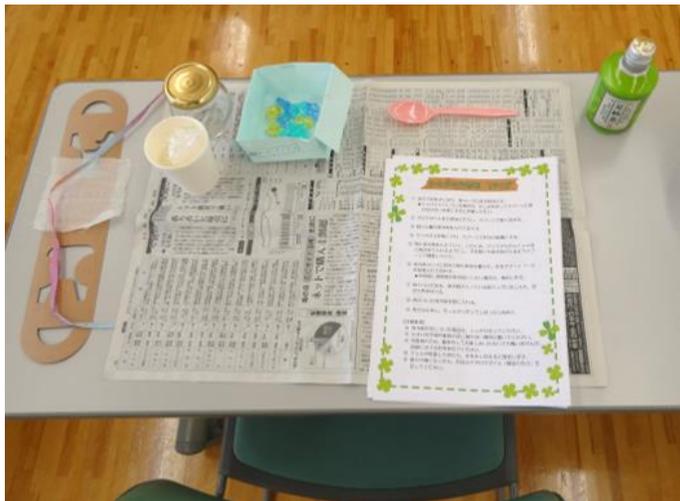
JAあつぎ 依知支所 経済課 齋藤 美穂

「ふるふる芳香剤」講習会

絵の具を使って
好きな色に染めました♪



★道具は1人1セット用意★



★会場は距離を取って★



依知支所



★2ヶ所に分けて開催★

依知南支店



12 つくる責任
つかう責任

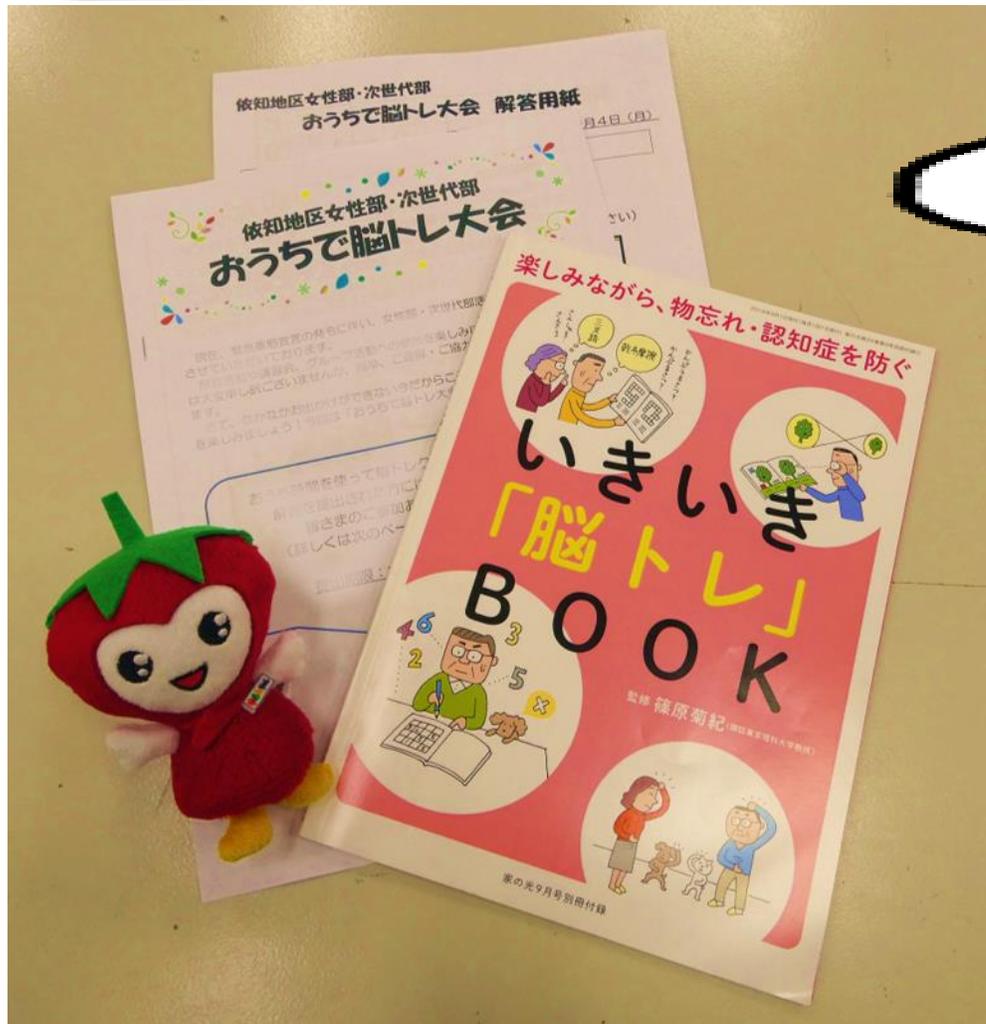


自宅にたまりがちな
保冷剤を再利用！！
SDGsの目標12
「つくる責任つかう責任」
にもつながっています♪

NEW 「おうちで脳トレ大会」を開催！



	7	3		4	1		9	2
2		9	5		3	4		7
8	4		2	7		5	6	
	1	8		2	6		5	9
3		5	7		8	6		4
6	2		9	3		1	7	
	5	7		6	4		8	1
4		6	1		2	7		5
1	3		8	5		9	4	



次も期待してます！
おうち時間が楽しめた！

- ～MENU～
- ・間違い探し
 - ・アナグラム
 - ・クロスワード
 - ・数独
 - ・ダブレット
 - ・四角に切れ！
 - ・漢字抜け熟語

(自由記述)
「おうちで脳トレ大会」への意見、感想をお聞かせください！

いい刺激になった！

間違い探しが難しかったとコメント多数！



★回覧を通して配布・回収しました★

NEW

「家の光」クイズを実施!

★2022年1月号に同封して購読者へ★

購読者のみなさまへ
感謝の気持ちを
込めて...



JA あつぎ『家の光』購読者特別企画
『家の光』クイズ
≡クイズに答えて≡
プレゼントに応募!!

日頃の感謝の気持ちを込めて、『家の光』をご購読いただいた
皆様に『家の光』のバックナンバーから出題するクイズを
いただき、応募者の中から抽選で素敵な賞品を

クイズは2021年の
冊子から4問出題!
参加しやすい○×形式
にしました!

『家の光』クイズ
『家の光』2021年8月号から11月号より出題 (○か×かお答えください)

Q1 8月号より出題
「SDGs を考えながら暮らしてみたい」で紹介している「家族みんなで家事に取り組むこと」は、SDGs の「ジェンダー平等を実現しよう」に当てはまる。

Q2 9月号より出題
「畑の時間」では、タマネギ栽培は植え付け時の苗の大きさが重要と説明している。

Q3 10月号より出題
「手芸 ひまわりぼうし」では、傘の布を使って作る帽子を紹介している。

Q4 11月号より出題
「味も香りも抜群!キノコを食べ尽くす」では、基本的にキノコは冷凍保存できないと紹介している。

応募方法

- 上記の『家の光』クイズを解く
- 下記応募欄にクイズの解答と必要事項を記入
- お近くの JA あつぎ支所店または本所2階組織文化部に提出
または、下記メールアドレスに応募欄の内容を入力して送信
※QRコードを読み取るとメールアドレスが表示されます

応募期間 令和3年12月15日(水)~令和4年1月14日(金)
※応募は1購読につき1回限り

④抽選で賞品が当たる
※当選は、賞品の配送をもって当選案内に代えさせていただきます
※賞品のお届け時期は、1月末から2月上旬を予定
問合せ先 本所 組織文化部 024-624-6961

『家の光』クイズ応募欄

	Q1	Q2	Q3	Q4
クイズ解答 ○か×を記入				
氏名			電話	
住所	〒			
参加アンケート	『家の光』を活用した講座で参加したいものは? ※該当にレを記入して <input type="checkbox"/> 手芸講習会 <input type="checkbox"/> 料理講習会 <input type="checkbox"/> 家庭菜園講習会 <input type="checkbox"/> 掲載講師による <input type="checkbox"/> その他()			
『家の光』に関するご意見・ご感想				

2等 JAあつぎ6次化商品詰め合わせ 50名様
あつぎせせらぎ米を使った商品「ぬれかり煎」と
厚木産小麦を使った商品「厚木地粉うどん」の詰め合わせ

3等 家の光協会提供保冷温ランチバッグ 50名様
コンパクトサイズで使いやすいランチバッグ
※4色の内いずれか1つ(色は選べません)

※賞品は都合により変更となる可能性があります

「家の光に関するご意見・ご感想」欄には

- ・SDGsの説明がわかりやすい!
- ・料理の種類が豊富で役立つ!
- ・「畑のじかん」が参考になる!
- ・記事にある手芸や料理の講習会をしてほしい!

など、購読者の愛読ポイントや意見あり!
今後の家活にも役立ちます♪

NEW 「第19回 ザ・地産地消

家の光料理コンテスト」への応募



レシピ
考案中...



19作品
★応募★

J Aあつぎ女性部 8地区

目的別グループ
食と農を考える会～サザ工会～



丁寧に
盛り付けて
いきます！



♪アイデアを出し合いながら作成しました♪

★ 19作品中4作品が入賞★

地場産農畜産物の良さを
改めて感じることができました♪



👑スイーツ部門 佳作👑

JAあつぎ相川地区
女性部部長会考案

AIKAWAタルト



👑家庭料理部門 佳作👑

食と農を考える会
～サザエ会～考案

ビタミン・フラワー
酢っ豚とん



👑JA全国女性組織協議会創立70周年記念賞👑

清川地区女性部部長会考案

茶めして(試して)みて!!
「清川茶めしの
肉巻おにぎり」



食と農を考える会
～サザエ会～考案

根菜香る
カボチャ挟み揚げ



家活から繋がっていく仲間づくり



安城北部ブロック
坂田 由里子

【現在の状況】

子育て世代はJA事業や
女性組織活動に馴染みがない



「フレミズの森」の立ち上げ

JA あいち中央 安城北部ブロック
フレミズの森
会員募集中

仲間をひろげよう！ 果実って楽しいことをしましょう！！

活動内容 JA あいち中央 安城北部ブロック 女性部会（55歳まで）
社会文化活動の中心「生活に役立つ」様々な体験や知識を
共有して、楽しく暮らそうと活動します。
（野菜栽培やハンドメイドなど）

会 費 年会費は無料
イベントなどに参加費が必要になります。

申込方法 申し込み用紙を、
各支店窓口までお申し込みください。
お電話でも、一斉にお申し込みいただけます。

What's
フレミズ？
フレミズとは、JA あいち中央 安城北部ブロック 女性部会が主催する、
生活に役立つ様々な体験や知識を共有して、楽しく暮らそうと活動する
女性のためのコミュニティです。

JA あいち中央 安城北部ブロック
JA あいち中央 安城北部ブロック 女性部会
〒487-0808 安城町 三ツ木 1-1-1
TEL: 0564-72019

お名前	フリガナ	お申し込み	お申し込み

フレミズの森 会員申込書

【目標】

- ① 「フレミズの森」会員獲得によりイキイキレディース
会員の増加
- ② 家活を取り入れた組織活動でJAを知ってもらう
- ③ 『家の光』推奨による新規購読獲得

【活動経過とその成果】

① 「フレミズの森」 会員獲得により イキイキレディース会員の増加

簡単！時短パン



野菜の勉強会と
ハロウィンスイーツ



クリスマスリース



フレミズの森会員
20名獲得

有意義で楽しいと
実感し会員登録へ

【活動経過とその成果】

② 家活を取り入れた組織活動で JAを知ってもらおう



UVパール
3WAYネックレス
(2021年5月号)



多肉植物の寄せ植え
(2019年6月号)



裏地付きバッグ
(2017年9月号)



小さな切り絵
(2020年9月号)



ガラスサンドアート
(2021年7月号)

◆ 組織活動はJA事業利用のきっかけになった

◆ 『家の光』は本の内容をもう一步踏み込んで紹介していくことも大切

【活動経過とその成果】

③ 『家の光』 推奨による新規購読獲得

朝礼スピーチ

- ◆ 『家の光』 記事
を取り上げてもらう



- ◆ 家の光コーナーの設置
- ◆ 支店独自のキャンペーン



新安城支店



三河安城北支店



『家の光』新規獲得実績	
新安城支店	16冊
三河安城北支店	11冊
<hr/>	
合計	27冊

【さらなる効果】

- ◆フレミズの森会員が親子企画や別の講習会に参加のほかアクトに投稿
- ◆しんあんレディースはサークル活動の作品展開催

親子企画



SDGsで
学ぼう！へらそう！食品ロス！

しんあんレディース



小さいスプーンやピックが入る
ポケット折り紙
(2018年6月号)

【次年度の取り組み】

- ◆「フレミズの森」の活動を続け定着させる

有益な知識や体験を共有し、仲間づくりを後押しすることで女性組織活動の活性化を図り、JA理解者づくりに努めていきます。

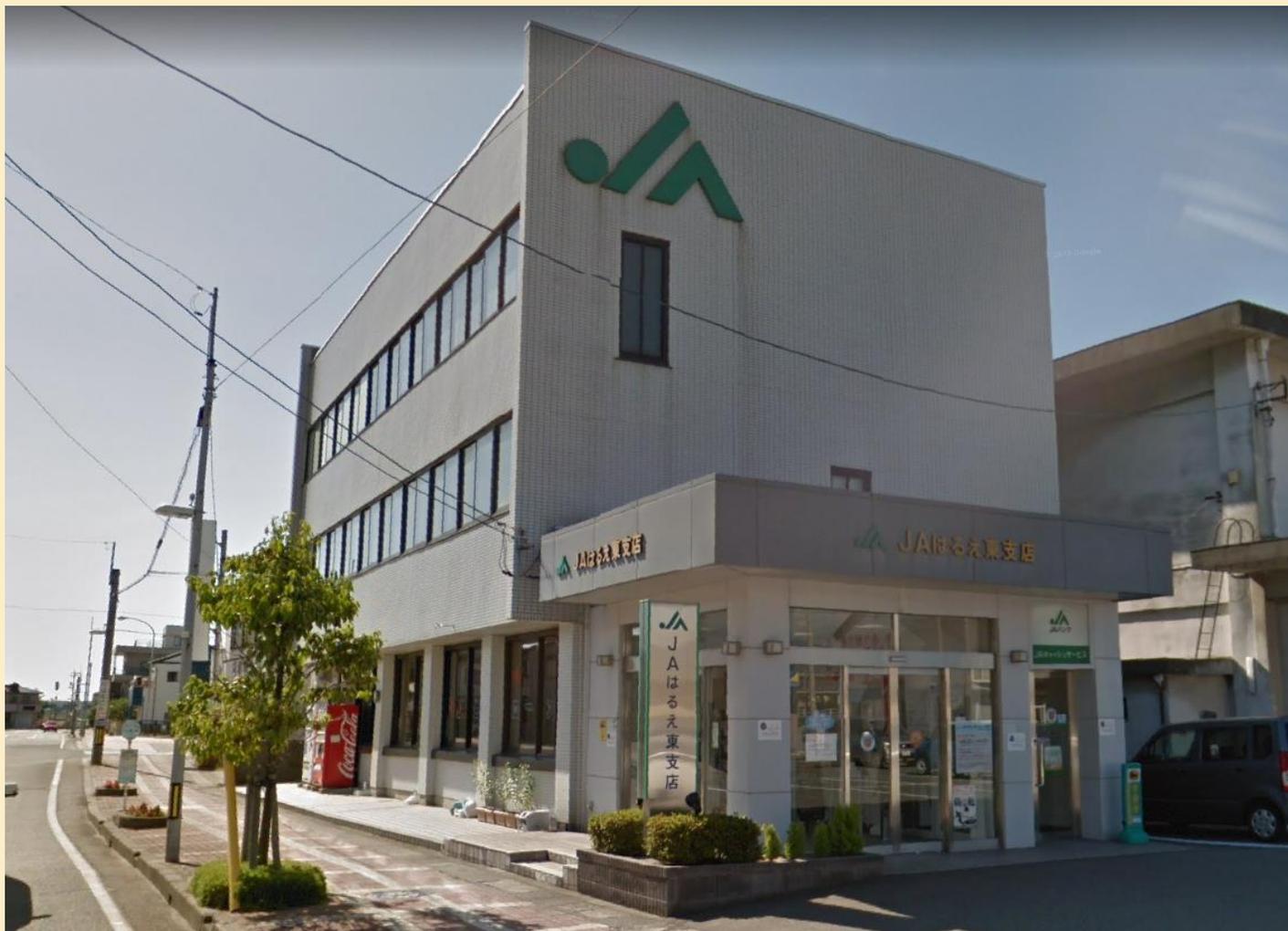
フレミズの森



「家の光ディスプレイコンテスト」 に参加して

JA福井県 春江支店
笹原久美子





春江東支店
(令和4年1月24日から
春江支店に統合)

組合員の方よりも準組合員、
員外の方の来店が多い支店です。

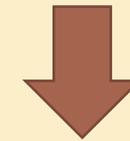
JAバンクのかわいいマスコットの力を借りて、
複合的に展示をする！



さらに季節を感じる
デザインを背景に、
何度も来店される方でも
飽きないディスプレイを
心掛けた。

『家の光』販売促進に向けて

- お客様が座って待っている場所の展示
- 目につくようなディスプレイ
- 「応援うちわ」の展示
- “推し” “ハッシュタグ” などの文字



窓口での話題の**きっかけ**となり

「家の光」→「家計簿」→「家計」→「貯蓄」へ

別の事業領域へ**波及**していった



子供達も興味を持ってくれるディスプレイ



※ちゃぐりんフェスタ
クッキーアイシング教室

- マスコットを使って子供達の興味を持っていただく。
- 若い親世代の方には『ちゃぐりん』をてがかりに会話。
- JAから管内小学校へ『ちゃぐりん』を寄贈しているので一緒にいる子供さんが「学校にある、読んでいる」と言ってくれる。

JAの女性部活動などにも

つながってくる

「家の光ディスプレイコンテスト」に参加したことで…

職員みんなが『家の光』に興味を持つようになり、お客様（外）だけでなく、職員（内）に対しても「家の光」の意識付けができた。

ディスプレイを見たお客様の会話から、別の事業へ波及することができた。



『家の光』を自分自身も読み返し、今まで気づかなかった魅力を再発見することができた。



一緒に来た子供達への興味を持っていただき、親世代のJA活動参加につなげる架け橋となった。

『家の光』という年間を通してディスプレイできるツールを、お客様に自信をもっておすすめできるようになったことで、組合員・地域住民の方に信頼されるJA職員として、より力を身に付けられるようになった。

『家の光』は私の道しるべ



山 JA南アルプス市
JA MINAMI-ALPS CITY

五味広子

女性大学 9月学習会

食べる
楽しみを
諦めない!

口に入れたものをうまくのみこめなくなる
「嚥下障害」は、加齢や体力の衰えに伴い、
だれにでも起こりうることです。
自覚症状のないまま進行するケースが多く、
放置すると思わぬ病気に発展するおそれがあります。

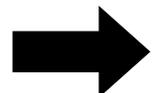
シニアの食事お悩み解決

嚥下障害って
どんな症状?

食べ物をそしゃくしてのどへ送り込む力、舌や頬の筋肉の衰えや唾液の量の減少などさまざまな要素が原因となり、のみこみにくくなる状態です。誤って食べ物や唾液が気管に入る「誤嚥」や、誤嚥が原因で肺炎を起こす「誤嚥性肺炎」になるリスクが増すほか、食事の量や摂取する食品の種類が減ることで、低栄養や脱水症状に発展するおそれもあります。



JA南アルプス市 Aコープ白根店



参加記念品・介護食にもなるレトルト粥

女性部役員研修

「食品ロスを減らすワザ」



担当支所・本所ロビーボックスを設置と女性部による食品回収



集めた食品をフードバンク山梨への食品寄付



『家の光』を活用した 女性部手芸グループでの 「新聞紙エコバッグ教室」



出来上がったエコバッグを
Aコープ店にお届け



女性部員が増加！
女性組合員が増加！



女性部員のアイデアで作った エコバックに貼るチラシ



出来上がったエコバック



エコバックと一緒にAコープ店に 置いたチラシ

JA南アルプス市女性部員募集

一緒に楽しい活動しませんか??

活動内容

- ガーデニング
- みそ作り
- ウオーキング教室
- 手芸教室
- しめ縄作り
- グラウンドゴルフ大会など!!

活動の様子

お問い合わせ先
JA南アルプス市 営農指導部 営農指導課
TEL 055-283-713
担当 五味・萌生

この継続した活動で
女性部の輪が広がりました！

毎月の『家の光』を見て今度は、何をしようかとワクワクします！



“在宅家活”で気づいた 家の光の良さ

JALみず 営農部営農企画課
萩原 靖子

“在宅家活”の取組み



↑ 部員に回覧と店内に掲示。



↑ 店内に掲示。



高齢者福祉施設に寄贈したり朝市で販売して大変喜ばれ、地域貢献もできました!





事務局会議で 手芸キット体験！

これをきっかけに、多くの
支部で手芸キットを使った
“在宅家活”が広がりました。



キットを使った在宅家活 展示の様子

女性部清水支部 在宅運動

季節の野菜で瓶詰め作り

「家の光」2020年8月号より

- ★ 瓶詰め作りにご参加・ご協力いただいた皆様ありがとうございました
- ★ 瓶詰めにしなかったみなさまも、三保産のトマトを美味しく召し上がっていただけましたか？
- ★ お配りしたレシピ以外にも、輪漉けや甘酢漬けにしたり他の野菜を加えたりとアレンジをお楽しみいただいた方もいらっしゃいました。
- ★ 写真を撮ってくださったみなさま！どれもとても美味しそうです。ありがとうございました
- ★ 「在宅運動」として、次の企画を思案中です。次回もお楽しみに！！

支部長 山田真子

女性部蒲原支部 在宅運動

「手ぬぐい、端切れで作る ほっかむい」

家の光 2017年9月別冊付録

今年度はコロナウイルス感染拡大防止の為、蒲原支部 在宅運動としてほっかむいを作成しました。作成して頂いたほっかむいは清水農協 蒲原支店へ作品展示中です！
☆是非ご覧下さい☆

取組み結果の回覧や展示も、事務局自ら工夫して制作するようになりました！

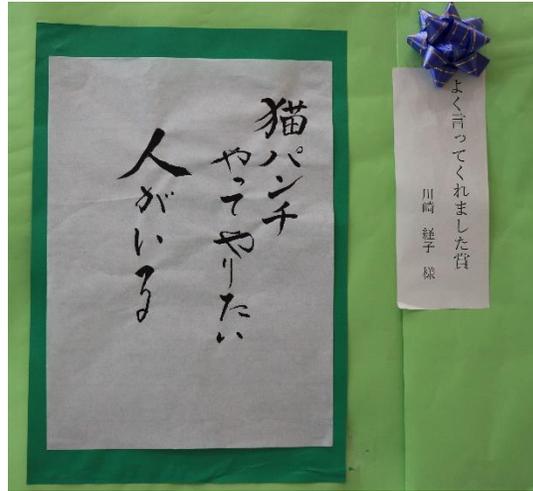
両河内地区特産品販売所

鉾からビーズに持ち替えたら老眼でうまく通せない！手のマッサージをする
といいと思いました。 中山計枝

プレスレットはかわいくて素敵
作るのは楽しかった
モップは役に立ちそう 望月文代

川柳に挑戦！

部員・JA・地域で取り組んだ“在宅家活”



↑ 2021年度展示の様子。

JA 11

家の光「読者文芸」川柳作品[佳作]
女性部 袖師支部の鈴木さん

JAしみず女性部袖師支部の鈴木信枝さんの川柳が家の光6月号「読者文芸」の佳作に入選しました。
昨年、同支部ではSDGsを学習し、コミュニケーションの大切さを再認識。部員同士の交流のために開いた「川柳大会」で詠んだもので、鈴木さんは「サプリメントのコマーシャルを見ていたときの素朴な疑問を詠んだ」とのこと。
矢入喜恵子支部長は「コロナ禍が続いていますが、川柳を通じた「仲間づくり」を続けていきたい」と喜びを共にしていました。

佳作
サプリメント
あれこれ飲んで
どれが効く
鈴木信枝

作品が掲載された「家の光」6月号を紹介する鈴木さん(右)と矢入支部長(左)

『家の光』に投句したら、
「読者文芸」川柳の部で
賞をいただきました！

(JAしみず広報誌への掲載記事)

家の光 川柳コーナーに入賞

女性部袖師支部が「家の光」に応募した川柳が入選に選ばれ、1月号に掲載されました。
部員同士や地域住民、職員との交流を図ろうと、袖師支店が8月に開いた川柳大会に集まった作品を応募したところ、金融窓口の菅井真花さんの作品が入賞。菅井さんは「お酒は飲めないのですが、実際に飲むのはジュース」と笑い、矢入喜恵子支部長は「入賞できてよかった」と話し、喜びを分かち合いました。

入選 帰宅後の 冷えた一杯 生き返る
袖師支店 菅井真花

■ 作品が掲載された「家の光」1月号を手に、喜びを分かち合う菅井さん(右)と矢入支部長

家活の広がり

購買品のポップとして『家の光』を活用。



2021年4月号「フラワーリース」を応用したクリスマスリース作りを事務局が提案。

女性部で作って、店内に展示しました。



令和3年度 暮らしの相談員活動報告

「それぞれの個性が光る活動を!!」

安城西部ブロック 岩井 ゆかい



「自由に!!」私流の仲間作り



☆☆ ヒンメリ ☆☆☆

楽しそうな会話から
知らない人同士も
仲間になります!!



素敵なそれぞれの
個性が光る☆
オンリーワンの作品が
出来上がります!!



☆☆ UVパールネックレス ☆☆☆



☆☆ グラスサンドアート ☆☆☆

堅苦しい会議の場も楽しくなる!!



短時間で出来る
「家活」を取り入れる



☆☆ がやがやワクワク会議 ☆☆☆

会話の弾む機会を作る
ことは癒しの時間☆

☆☆ みのりの会 会員勉強会 ☆☆☆



子連れでも安心な「フレミズの森」

登録無料・参加は拘束しない

気軽さが受け

会員**70名!!**



☆☆ 野菜の勉強会 ☆☆



一緒に出来て
嬉しいね~!!

子育て中のお母さんにも
気楽に参加できる環境
づくりに心掛ける✿



☆☆ 簡単時短パン ☆☆



ハンドメイドに集中してストレス解消

材料は、バイキングスタイルで!!



☆☆ クリスマスリース ☆☆☆



リボンや松ぼっくり、
ドライフラワーなど選びたい放題だよ!!
何を使おうか、迷うね



個性豊かなクリスマスリース



できることを考えて!!

アイデアを
持ち寄り
自由に活動🌸



☆☆ 西歩女会『天竜峡』☆☆

☆☆ ピーチ会『デンパーク』☆☆



活動で
できる人
が

したい
時に

したい
事を

したい
やり方
で

皆で
行う

現地集合!!
地元の公園で
ウォーキング



☆☆ 親子フラ教室 ☆☆☆

初歩の操作
から勉強!!



☆☆ スマホ教室 ☆☆☆