

6月号読みどころ

家の光

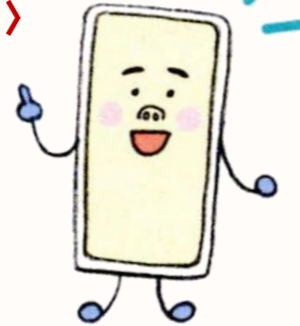
IE no HIKARI

表紙の人
草野剛



スマホとの上手な つきあい方

〈特集〉



スマホは「日常生活に欠かせない必需品になった」という人が増えた一方で、「なかなか使いこなせていない」と思う人も多いよう。一人一人が気持ちよく使える、スマホの使い方を考えてみました。(P18~47)

虫よけに効果アリ!? オニヤンマのお守り



アウトドアコードで作る、オニヤンマを模したブローチ。アブやブヨはその姿を見ただけで逃げてしまうとか!?(P61~65)

● おすすめ学習企画 ●

発見! SDGsのアイデア 第19回
牛の尿が乳酸菌の力を借りて
バイオ消臭液に
生まれ変わりました (P96~97)

楽しく学ぶ ともいっく JA 共育ドリル 第26回

みんなと共に考えればいろいろ解決!

JA の特徴① 地域との関わり
(P157~159)

読者投稿募集

- 美輪明宏の人生相談 (P17)
- 家の光童話賞 作品募集 (P66)
- つながる ひろがる 絵手紙のわ (P78)
- 『家の光』6月号アンケート (P113)
- 「あなたとわたしのハッピーアワー」企画 (P123)
- 家の光 読者文芸(詩・短歌・俳句・川柳) (P125)
- 脳トレワールド (P127)
- フレミズ井戸端会議 (P171)
- ザ・地産地消 家の光料理コンテスト (P178)

好評連載
心も体も上向きに
高尾美穂のらくヨガ
(P52~53)



結びを楽しむ編
第2回
古新聞を縛る
(P50)



今月の
10分
あったら
やってみよう

横山タカ子さんの 梅雨をのりきる サバ缶、 イワシ缶レシピ



調味は最小限、だし要らず、下処理も不要で、生魚より効率よく栄養をとれる、サバ缶、イワシ缶を使ったレシピを紹介。(P54~60)

夏の
お助けグッズ
大集合!

暑い
作業がたいへん

虫刺され
強い日ざし

作業を
ちよつとでも
快適に

お助けグッズ
大集合!

(P67~74)

今日も明日も
おかげさんで
第14回



梅仕事は初夏の楽しみ。
今年もおいしくなあれ
音羽山観音寺住職 後藤 密榮
(P192~193)