

“Ienohikari”

家の光

8月号の主な内容

定価 629円 (税込み)

よくわかる
SDGs講座
YouTubeで公開中!



特集1

もっと楽しくおいしく 夏のクッキングアイデア

火を使わないでおいしく作れるレシピ、大量の夏野菜を短時間においしく調理するコツ、夏の体調をアップさせるための食材選びと調理のコツなど、暑い時期のクッキングに役立つ、とっておきアイデアの数々を紹介しします。

特集2

消費者との 新しいつながり方

新型コロナウイルス感染症の拡大で農村に足を運び、豊かな地域資源に触れる体験をすることが難しくなっています。オンラインを通じた農業体験や農泊が増えています。消費者の心をつかむコンテンツや、わかりやすく心に残るアプローチを探り、国内需要を掘り起こすヒントにつなげます。

特集3

息も心も楽になる 呼吸筋ストレッチ

呼吸筋とは、肺を動かす筋肉のこと。年齢とともに呼吸機能は衰えてくるので、呼吸筋を鍛えるトレーニングが大切です。呼吸機能の改善や不安の軽減に効果がある、呼吸筋ストレッチ体操のやり方を解説します。



読者特典

YouTubeでの 動画配信がますます パワーアップ!



誌面に掲載の
二次元コードを
読み取って
お楽しみください!



定価 618円 (税込み)



インスタ
やってるよ



定価 576円 (税込み)

特集

農業・農村幸福論

地域というキャンバスに、未来を描く

グリーンツーリズムや農泊を通じて、伝統的な生活体験や地域の人との交流を提供、トークイベントやワークショップ、アトリエなどさまざまな情報発信の場として、農家や農村が注目されています。事業に取り組む地域づくりのキーパーソンは、舞台となる地域の未来をどう描いているのか。実際の事例を取材して、地域活性化のヒントを探ります。

農業・地域・JAを担うリーダーの雑誌

地上 facebook



別冊付録 小島よしおといっしょに学ぼう!

第1付録

「田んぼの生きもの発見ブック」

「生きもの絵描き歌」や「田んぼの生きものダジャレ」、「食物連鎖じゃんけん」などを盛り込み、一人でも大人数でも楽しめる、ゲーム性を備えたワークブックです。

第2付録 「JAのお仕事体験」

農家や地域を元気にするために、大きな役割を果たしているJAのお仕事について、子どもたちが楽しく学べるように、小島よしおさんが誌上でJAの仕事を体験します。



どちらも動画付き