

**1冊で、家族みんなが元気に！**

JAグループの家庭雑誌

# 家の光

心と暮らしを豊かにする情報が満載

月刊誌『家の光』は大正14年(1925年)に、協同の心を家庭で育むことを目的とした雑誌として創刊されました。以来、日々の生活にうるおいを与え、農業やJAについて関心を高める雑誌として読み続けられています。料理や手芸といった生活記事はもちろん、家庭菜園、健康、童話やエッセイ、芸能、ニュース解説など、1冊あれば家族みんなが楽しめて、心と暮らしを豊かにしていく情報が満載です。

女優・石原さとみさんが表紙 1月号(12月1日発行)の読みどころは

## 特集 こんどこそできる ハッピー節約アドバイス

1年を振り返るこの時期にぴったりな、暮らしのむだを減らすためのアドバイスを紹介します。節約といつてもがんばったり、我慢しなければと思いがちですが、家族を巻き込んで節約上手になれば、楽しみながら実践できるというもの。これからの時期、家計簿記帳セミナーの話題としてもぴったりの企画なので、ぜひともご活用ください。



### バスタオルでつくる防災頭巾

JA新ふくしま女性部で考案した着替えやミニ巾着を縫い付けるアイデア防災頭巾の作り方を紹介します。

防災対策についてさまざまな情報がありますが、手作りアイデアでこんなにすてきなものは、なかなかないのではないのでしょうか。ミニ巾着袋になにを入れるか意見交換をしてみたり、そのほかに手作りできるものがないか話し合ってみたり、防災意識を忘れないためにも、ご家庭や仲間と作ってみてください

### 1月号付録 お料理カレンダー

毎年恒例の1月号別冊付録、今年は新たにエコレシピが加わりました。一年を通じて活用できるので、テキストとして仲間と調理してみてください。

お申し込みはお近くのJAまで

定価：普通月号 600円 付録月号(1・4・5・7・9月号) 880円、家計簿つき12月号 980円

※予告のタイトル・企画内容は変更することがあります 発行/JAグループ 社団法人 家の光協会

詳しい内容やお問い合わせは、家の光協会のホームページ <http://www.ienohikari.net> までお願いします