

家の光

IE no HIKARI

1月号



表紙 石川 佳純 さん

好きなことをやるって、楽しいだけじゃないですよ。そんなときわたしは「今日をちょっとがんばろう」と自分を励まします。今日を、ちょっとでもがんばったら、明日につながる。そして、たまにはちょっと自分を甘やかす(笑)。

芸
手
IE no HIKARI
Handmade

厚手布で作る

JA女性手帳カバー



元彼のせいで結婚できないと言いつてですか？

あなたの沈んだ心に送る
愛のメッセージ

美輪明宏の人生相談



特集 もっと自分を好きになる

人生を楽しく生きる幸せ習慣



スイーツはもちろん、
料理や話題の
品種紹介まで

イチゴが とまらない！



重ねただけで
カフェデザートが完成
酸っぱいイチゴでも
おいしく作れます



— 思いを結ぶ —

水引の美



楽しく学ぶ

JA共育ドリル

ともいっく



地球温暖化と 持続可能な農業

別冊付録

らくくな体の動かし方ガイド付き
心も体もリフレッシュ！

高尾美穂のらくヨガカレンダー2025

