

2月号読みどころ

家の光

IE no HIKARI

表紙の人
松坂桃李



牛乳パックを活用！
クラフトバンドの眼鏡ケース **手芸**



● おすすめ学習企画 ●

楽しく学ぶ JA 共育ドリル 第34回

みんなと共に考えればいろいろ解決！

食料安全保障と JA①



(P157~159)



第20回 年間1万円減！
今日からできる
冬の光熱費節約術

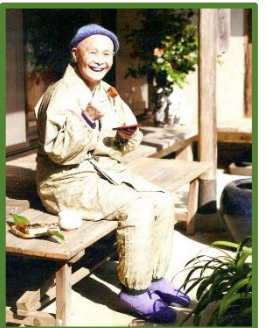
(P172~175)

読者投稿募集

- 美輪明宏の人生相談 (P13)
- 私の人生を変えた『家の光』 (P79)
- つながる ひろがる 絵手紙のわ (P111)
- 『家の光』2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 (P125)
- 家の光 読者文芸(詩・短歌・俳句・川柳) (P127)
- 脳トレワールド (P129)
- プレミズ井戸端会議 (P171)

今日も明日も
おかげさんで

第22回



昔懐かし母の味、
ういろうで一服しましょ

音羽山観音寺住職 後藤 密榮

(P192~193)

2ステップでラクうま！
味つけ冷凍おかず



step 1
冷凍用保存袋に
全部入れて
冷凍するだけ！

step 2
凍ったまま
フライパンで
加熱するだけ！

(P64~68)



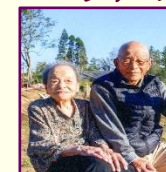
合計1000人に当たる！

人気の果菜類&暑さに強い
野菜の種プレゼント



(P72~77)

家の光創刊100周年 シリーズ 百年を生きて
101歳、農家の夫婦
津曲卓志さん 律さん
開魂の大地を
今日も耕して
(P48~52)



ラッピング編
第2回
バレンタインデーの贈り物に
テトラ形 (P78)



今月の
10分
あったら
やってみよう