

直売所の
旬の野菜を使って
料理

作って楽しい!
手芸

子どもと楽しめる!
読み物

"lenohikari"
家の光

イラスト・写真で
わかりやすい!
園芸

話題の健康法
健康

JAをもっと身近に!

みんなの

「試してみたい!」がいっぱい!

"lenohikari"
家の光

お申し込みはJAへ!

定価
(税別)

普通月号 629円
付録月号 (1・4・7・9月号) 922円
付録月号 (毎月発行2月号) 1,027円

中日本版

食と農から始まるJAグループのファミリー・マガジン

5

MAY 2020

創刊95周年記念号

3000人に当たる!
この秋冬に楽しむ野菜と花の種プレゼント

家の光

あ
95周年が年とう

特集 みんなの
ご当地ワザ
大集合!

一度は訪れたい農業遺産の旅
被災地を復元したい唐沢寿明

みんなの

「試してみたい!」



「がいっつぱい!」

家の光

お申し込みはJAへ!

定価 (税込)
普通月号 629円
付録月号 (1-4号-7-9月号) 922円
付録月号 (10-12月号) 1,027円

この秋冬に楽しむ

野菜と花の種

愛読者
3000人に
当たる!

応募方法は87ページを
ご覧ください。

創刊95周年の感謝を込めて、毎年恒例の企画を
プレゼント数をぐんと増やしてお届けします。
各産地・各社の協力により、家庭菜園でも育てやすい
農産物・苗先所への出荷にも向く話題の野菜や
秋冬の底冷えを乗り越えたいカラダに嬉しい野菜と
計20商品を各150人にプレゼントします。
※抽選は、1般の平均気温(21.5度)の地域を基準として、
抽選の詳細は募集チラシをご覧ください。価格は1袋の価格です。

2024年11月号 82

初心者でも安心
育てやすい
味も抜群!



2 あまばいミックス
家族の必要な
収穫がらくな
ミニサイズ
種まきから100日程度、長さ40cm
ほどで収穫できる短根ごぼう。短
いので取りやすく、耕土の浅い畑
でも栽培できるので、家庭菜園にも
最適。柔らかく風味がよいので、5
cmくらいの短冊切りにしてニンニ
クと一緒に漬けてお召し上がりか
さし、お味噌汁や炒め物などに使
います。

2 うまいごぼう
家族の必要な
収穫がらくな
ミニサイズ
種まきから100日程度、長さ40cm
ほどで収穫できる短根ごぼう。短
いので取りやすく、耕土の浅い畑
でも栽培できるので、家庭菜園にも
最適。柔らかく風味がよいので、5
cmくらいの短冊切りにしてニンニ
クと一緒に漬けてお召し上がりか
さし、お味噌汁や炒め物などに使
います。



3 三太郎
お好みの
大きさまで
収穫でき
ます。
お好みの大きさまで収穫でき、
11月下旬～12月中旬までの収穫期
があります。収穫期に合わせた
収穫量です。お好みの大きさまで
収穫できるのも魅力。お好みの
大きさまで収穫できるのも魅力。
お好みの大きさまで収穫できるの
も魅力。お好みの大きさまで収穫
できるのも魅力。

3 早生ブロッコリー美蕾
花蕾が細かく
締まった
ドーム形が魅力
7月中旬～8月下旬に種をまいて、
10月中旬～12月初旬に収穫できる
早生種。花蕾は細かくてボリューム
があり、きれいなドーム形で見栄え
がするので、販売所への出荷にも向
いています。柔らかみのある花蕾は、
だしがしみこみやすく、おひた
しなどにぴったり。今期発売される
新品種です。

1 冬自慢
「冬自慢」が特徴
玉ねぎに違い
1日15コ
土壌や天候不順などの栽培環
境に左右されにくく、適度な条件で
作りやすい。葉が小さくまっすぐ
伸びるので密植でき、手入れも楽い
種です。お好みの食べ方は煮物、
お味噌汁やみそ汁が少なく、肉質は
16歳まで食べやすいのが
特徴。食べるスープと言われる
20のジュースを味わえます。

みんなの

「試してみたい!」がいっぱい!

lenohikari

家の光

お申し込みはJAへ!

定価 (税込)
普通月号 629円
付録月号 (1-4-5-7-9月号) 922円
付録月号 (12月号) 1,027円

直売所の
旬の野菜を使って

料理

作って楽しい!

手芸

子どもと楽しめる!

読み物

"lenohikari"

家の光

イラスト・写真で
わかりやすい!

園芸

話題の健康法

健康

JAをもっと身近に!

みんなの

「試してみたい!」がいっぱい!

定価
(税込)

普通月号 629円

付録月号
(1・4・5・7・9月号) 922円

付録月号
(家計簿付き12月号) 1,027円

"lenohikari"

家の光

お申し込みはJAへ!

POINT 1 料理

生産者ならではの
おいしい食べ方や、
直売所の旬の野菜を
使ったレシピを紹介!



POINT 2 健康

話題の健康法を
いち早く紹介!



POINT 3 手芸

みんなで楽しく作れる
ハンドメイド!



POINT 4 園芸

野菜・果物・花の
育て方が、イラスト・
写真でわかりやすい!



★
**おすすめ
POINT!**

POINT 5 読み物

子どもと楽しめる!
童話や
エッセーなどを掲載



POINT 6 JA

JAや地域の情報が
満載!



POINT 7 AR

AR動画対応 料理・
手芸記事の手順などが
動画でわかります



※アプリ「家の光AR」のダウンロードが
必要です。(本誌巻末)

POINT 8 別冊付録

健康、園芸、料理などを
テーマに、年6回の
別冊付録がつきます

