

『家の光』 6月号 おすすめ記事は こちら



あつあつ！豪快！

ホットプレート大作戦

あつあつできたてを食卓で楽しめるホットプレート料理。焼き肉やお好み焼きだけではなく、さまざまな使い方で、おいしく簡単調理ができます。野菜をたっぷり使い、ホットプレートのメリットを生かした豪快な料理を紹介するとともに、ホットプレートの上手な使い方も解説します。



悩みの数だけ人生がある

美輪明宏の人生相談 傑作選

2001年12月号からスタートした「美輪明宏の人生相談」が、20周年を迎えました。21世紀の始まりとともに歩んできた連載の20周年を記念して、これまでの総集編をお届けします。



あなたもマスク美人に！

表情筋エクササイズ

マスク生活が続くなか、フェイスケアがおろそかに、また表情筋を動かすことも少なくなりがち。マスク下を意識して、いつでも簡単にできる、表情筋エクササイズを始めてみませんか。

お求めの際は、各JA(事業部)担当部署までお問い合わせください。