

## 女性部合川支部からのお知らせ

# フリーマーケット出品者募集!

合川支部では女性部員によるフリーマーケットを予定しています。多数の出品をお待ちしております。

開催予定日：令和3年7月下旬

場所：合川支店前

品目：採れたて野菜 果物 クラフトバック  
ギフト品 未使用雑貨 衣類

申込期日：令和3年7月15日まで

出品資格：合川支部女性部員に限ります。



リユース  
大歓迎

申し込み・お問い合わせについては、お近くの女性部役員までお願いいたします。



## 8月号の主な内容

定価629円(税込み)



### 特集1

#### もっと楽においしく 夏のクッキングアイデア

火を使わないでおいしく作れるレシピ、大量の夏野菜を短時間においしく調理するコツ、夏の体調をアップさせるための食材選びと調理のコツなど、暑い時期のクッキングに役立つ、とっておきアイデアの数々を紹介します。

### 特集2

#### 消費者との 新しいつながり方

新型コロナウイルス感染症の拡大で農村に足を運び、豊かな地域資源に触れる体験をすることが難しくなったいま、オンラインを通じた農業体験や農泊が増えています。消費者の心をつかむコンテンツや、わかりやすく心に残るアプローチを探り、国内需要を掘り起こすヒントにつなげます。

### 特集3

#### 息も心も楽になる 呼吸筋ストレッチ

呼吸筋とは、肺を動かす筋肉のこと。年齢とともに呼吸機能は衰えてくるので、呼吸筋を鍛えるトレーニングが大切です。呼吸機能の改善や不安の軽減に効果がある、呼吸筋ストレッチ体操のやり方を解説します。



読者特典

**YouTubeでの  
動画配信がますます  
パワーアップ!**



誌面に掲載の  
二次元コードを  
読み取って  
お楽しみください!