

女性のための ルール電子図書館だより

気の向くままに押す日々のワンクリック。
そこから生まれるのは家族の笑顔、友達とのおしゃべり、おいしい時間。
女性の皆さんにぜひ使ってほしい、とっておきの機能をご紹介します。

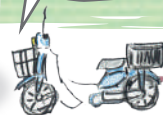


35 年分も読めるのに紙じゃないから、かさ張らない！！

「やってみたい！」があふれている「**現代農業**」の記事が読み放題！



農文協職員がバイクで
むらを回り、楽しい話
集めてます！！



全国の農家の知恵がたっぷり詰まった雑誌、現代農業。

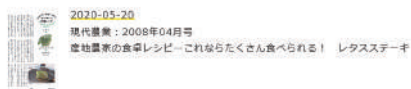
「**くらしの知恵**」ボタンをクリックすると、健康の知恵、料理、加工、家庭菜園の工夫など
女性に人気のカテゴリがずらり。気に入った記事は「**私の本棚**」に保存していつでも見返せます。
印刷して、自分だけの**ダイジェスト**版を作るのもおすすめです！

山菜をいつまでも美味しく食べたい皆さん！
重石のいらない、**楽ちんな保存法**があるんです！



新機能

今日のオススメ



くらしの知恵

ポチッ

健康・長寿の知恵

全データに対する検索結果を「スコア順」で表示します。

身近な「**薬草**」を活用
「アレルギー」「アトピー」とつきあう
これで「夏バテ」知らず
家族の「介護」
「ひざの痛み」をやわらげる
さらば「生活習慣病」

「便秘」スッキリ
きれいな「肌」に
「腰痛」に効く
「神経痛」には...
「骨粗鬆症」にならないために

コンニャクとビワの葉が
腰痛に効く湿布になる！？

さまざまな「民間療法」
「冷えとり」健康法
「ほろほろ」お風呂
頑固な「肩こり」に
体のゆがみをとる「接骨法」
「血液サラサラ」で健康

豊かな食生活の知恵

『現代農業』に対する検索結果を表示します。* 印はスコア順、無印は古い順です。
他の作品に対する検索をする際は、作品にチェックを入れて、再度検索してください。

おいしい料理のつくり方 * 健康食づくりのヒント * 保存法・保存食 * 安心健康おやつ *
わが家で本格農産加工を楽しむ * 手づくり健康飲料 * ドブクロを楽しむ * 連載・どぶろく宝典

自家用ならではの楽しみ・工夫 検索結果は新しい記事順に表示されます
今年は何をつくらうか...

楽しい作付け計画

品種選び

自家採種

病害虫を上手に防ぐ...

自家用だったら自然農薬

虫よけの工夫

病気よけの工夫

試してみようコンニャクニオンプランツ

ルール電子図書館トップ画面の「今日のオススメ」
では、旬の野菜を使った産地農家のレシピや、今試し
てほしい「あっちこちの話」などが日替わりで配信
されます。夕食の献立の参考になっちゃうかも！

「ドブクロ宣言」や「漬け物お国めぐり」
など 100 回以上続く人気の連載も
全部読めます！

種イモ代が半分以上に！？
お得な栽培法が映像でわかりやすい！

野菜づくり

押し芽でまる儲け 5. ジャガイモ芽押し 岡山県赤松市、坂本堅志
さん



毎日忙しい女性のみなさんには「**ながら動画**」がぴったり

料理しながら、洗濯物干しながら、ゴロゴロしながら...楽しく学べます！

加工

ナスジャムの上手なつくり方



野菜づくりや加工のコツなど、暮らしに役立つ
150万円分相当のDVD作品が見放題！

現代農業の取材ビデオや新刊DVDも続々収録中！



均一化していく日本の「食」。それぞれの土地で育まれた個性豊かな食文化に
いま一度光を当て、学びたい。そんな女性の皆さんにおすすめのコンテンツはこちら。

全国の「食」について
深く学べる！

日本各地の食文化・食品加工について学べる全集・総覧がご覧いただけます。

◆日本食生活全集（全50巻）

全国300地点、5000人の話者から「聞き書き」してできた
あがった世界最大の食文化データベースです。話者は、昭和
初期（1930年頃）、一家のいのちをはぐくんでいた女性たち
です。その土地の人々はなにを食べ、どう保存・加工・調理し、子ども
を育て、暮らしを作り上げてきたか。これは今、残しておかなければ永
久に失われてしまう貴重な記録です。

皆さんの生まれ故郷、住んでいる土地、旅先の土地。その地に根
付いた食生活と、それをつくった人々の「想い」に触れてみませんか？



◆食品加工総覧（全12巻）

地域の素材を生かす食品作りの大百科です。
500を超える日本各地の事例を紹介していま
す。地域資源の生かし方や、個性的な商品開
発のアイデアを求める方をはじめ、「食」で
地域をつくる全ての方に読んでほしい総覧
です。



松の葉っぱで天然のサイダー
が作れちゃう！？

何が出るかはお楽しみ！
色んなタネを粘土団子に
混ぜて田畑に投げてみよう！

一緒にやると
たのしいね！



お子さん、お孫さんと一緒に読んでほしい「のらのら」
次世代を担う子供たちに、私たち大人ができること。

大人が子供たちのためにできること。それはきっと、「自分で考える」
「自分でやってみる」ことの楽しさを教えてあげることではないでしょうか。
ルール電子図書館ではこども向け農業雑誌「のらのら」※の全バックナンバー
に加え、**知的好奇心を刺激する様々な学習素材**を提供しています。

※「のらのら」の前身である「食農教育」のバックナンバーも収録しています。



くらしを彩るたくさんのコンテンツが**使い放題**のルール電子図書館
まずは**1年**、ためしに使ってみてください！