



# かがやき

Radiance



● Special interview

世界を

面白く生きるには、  
タガが外れてるぐらいが  
ちょうどいい

漫画家・文筆家・画家

ヤマザキマリさん



● お悩み解消堂

ツラくない簡単筋トレで  
糖尿病を遠ざけよう！

● 「はたらく」を考える

大人の職業体験  
左官職人

● からだよるこぶ

季節のカンタンごはん  
免疫力の底上げにはビタミンC！

さつまいもとサーモンの  
和風グラタン

● 共済組合からのお知らせ

夫婦共働きで  
子ども（被扶養者）がいる  
組合員の皆さまへ

● ご自宅にお持ち帰りになり  
皆さまでご覧ください

