

今月のことば	コロナ禍でこそ見直したい梁瀬義亮の思想……林真司	2
特集	いま本当に問われていること 本間真二郎さん&保坂浩輝さん対談講演ほか	5
レポート	石塚左玄塾が若狭町で無農薬梅の収穫体験会 グリホサートについて食品安全委員会委員が解説	12 14
info	はじめてむすびを手にする方へ	17
連載	よそではきけない 農と食のハナシ ②③ 反対するより魅力的な代替案で勝負……吉田太郎 メディカルエッセー ③② もし歩くことあれば自ら歩む……作田英成 しんちゃんのおよろず相談所 ⑥⑧ 病気・自然療法講座7 高血圧と低血圧……山村慎一郎 ふらっと つながり作りの現場から ②③ 血縁にこだわらない……鶴見 済 マクロビोटニックoneテーマ ⑥⑧ 宇宙生理学入門17 気のパワー……岡部賢二 圭楽堂のカルテ ①⑥ 大いなる何か……西下圭一	18 20 22 26 28 30
レポート	指1本で痛みが取れる「ジワー・パツ健康法」	32
連載	メイド イン オーガニック ④⑨ 株式会社 健菜堂	33
レシピ	きほんの滋味旬菜 「夏野菜たっぷりタコス」……島田弘子	34
料理教室	クッキングスクール通信 体験レポート……小林寛樹	38
info	旬情報 ムソーからのお便り ⑤④ グラン・クリュ	40
連載	竜昇のノンクレド紀行 ⑤ シンガポールで伝統製法の醤油を伝える……幸田竜昇 宝は足元に在る ⑨ 国産いぐさで快適&エコ……保坂浩輝	42 44
レポート	ぶらり 保坂紀夫 竹の造形美術館	46
書評	新刊EXPRESS「本物をまなぶ学校 自由学園」	47
PR	自然食品ショップガイド	51
	おたよりひろば	56
ネットワーク	正食クッキングスクール・ネットワーク教室のご案内	58
	むすびのむすび	60
	望診法入門講座・自然療法講座のご案内	61
info	宇宙生理学講座のご案内	62
	山村塾・日本総合医学会関西西部会からのご案内	63