

今月のことば	菌山街道をめぐる胞子活動の拡大と菌食のススメ……藤原明子	2
特集	<b>縁食がむすぶ人と社会</b> 藤原辰史・京都大学人文科学研究所准教授の講演ほか	5
連載	新連載 Re:とりっぷ ① 孔雀と羊のいる病院で、薬膳食のリトリート体験……島村菜津	12
レポート	小規模でも個性的な農のカタチ……竹内芙美 食養学院の井上さん講演「栄養こそが万病の薬」	14 17
連載	よそではさけない 農と食のハナシ ②⑤ 最終回 こうすれば有機給食への道が開ける・下……吉田太郎 メディカルエッセー ③④ サプリの行動経済学……作田英成 しんちゃんのおよろず相談所 ⑦⑩ 病気・自然療法講座9 フェリチン(貯蔵鉄)……山村慎一郎 マクロビオティックoneテーマ ⑦⑩ 宇宙生理学入門19 直線的(サヌキ)なものを緩和するらせん(アワ)の力……岡部賢二 圭楽堂のカルテ ⑩⑧ 病気をしない生き方……西下圭一	18 20 22 26 28
レポート	家庭向けの安心・安全お洗濯のノウハウを本で伝授	30
info	2022年新春号 年賀広告掲載のお願い	32
連載	メイド イン オーガニック ⑤⑩ TKオーガニック株式会社	33
レシピ	<b>きほんの滋味旬菜</b> 「小豆と野菜のスープ」……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……乾宣子	38
レポート	出雲のマルシェでオーガニックな島根を実感	40
info	旬情報 ムソーからのお便り ⑤⑤ 大和まごころ会/深見梅店	42
連載	竜昇のノンクレド紀行 ⑦ プラナカン料理と文化……幸田竜昇 宝は足元に在る ⑩ 「宝」=「命」を守る行動・選択を!……保坂浩輝	44 46
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
info	望診法入門講座・自然療法講座のご案内 宇宙生理学講座のご案内 山村塾・日本総合医学会関西西部会からのご案内	61 62 63