

今月の ことば	コロナ感染予防のための自衛策……土居元良	2
特 集	フランスで料理修業した小学生 信州・伊那谷の林さん一家を訪ねて	5
レポ-ト	食品安全委員会がリスク評価オンラインセミナー開催	12
info	書籍案内	14
書評	新刊EXPRESS「イーハトーブ農学校の賢治先生」	17
連 載	よそではきけない 農と食のハナシ ②1 発酵野菜でコロナ予防という可能性……吉田太郎	18
	メディカルエッセー ③0 スローフードでゆったり暮らす……作田英成	20
	しんちゃんのおよず相談所 ⑥6 病気・自然療法講座5 子育て&浮腫み……山村慎一郎	22
	ふらっと つながり作りの現場から ②1 寛容の気持ちをもつ……鶴見 済	26
	マクロビオティックoneテーマ⑥6 宇宙生理学入門15 潜在意識の法則……岡部賢二	28
レポ-ト	圭楽堂のカルテ ①4 両方忘れる……西下圭一	30
レポ-ト	いんやん倶楽部の梅崎さんが講演	32
連 載	メイド イン オーガニック ④8 株式会社 長良園	33
レシピ	きほんの滋味旬菜 「初夏野菜のキッシュ」……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……林 百合	38
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	40
info	旬情報 ムソーからのお便り ⑤3 果実でちゅーちゅー	42
連 載	竜昇のノンクレド紀行 ③ 甘すぎる飲料の広告はNG……幸田竜昇	44
	宝は足元に在る ⑧ マスクより扇子で一石三鳥……保坂浩輝	46
PR	自然食品ショップガイド	51
	おたよりひろば	56
	むすびのむすび	58
	バックナンバー	59
info	正食クッキングスクール公開料理教室のご案内	60
	望診法入門講座・自然療法講座のご案内	61
	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