

今月のことば	50年間、ずっと待っていたんですよ… ……原 伸介	2
特集	<b>ベジなオーガニック給食はいかが</b> 関根佳恵・愛知学院大学教授の講演より	5
連載	パイオニアたちの遺伝子 ⑤ マクロビオティック指導者 久司道夫・アヴェリーヌ偕子夫妻3……山口タカ 12 Re:とりつぶ ⑩ 星寛治さんら山形県高島町の有機農家が築いた半世紀の歴史…… 島村菜津 14	
レポート	健康ふれあいサロンで山崎万里さんが講演	17
連載	メディカルエッセー ⑤③ 英語嫌いに釣り療法? …… 作田英成 18 しんちゃんのおよろず相談所 ⑧⑨ 病気・自然療法講座28 関節や靭帯のトラブル、足が痺る……山村慎一郎 20 マクロビオティックoneテーマ ⑧⑨ スローライフのすすめ14 寄り道人生のすすめ……岡部賢二 24 圭楽堂のカルテ ⑬⑭ 判断力を磨くチャンス…… 西下圭一 26	
レポート	伊藤慶二氏と片野學氏の講演録を書籍化	28
info	むすび誌バックナンバー	32
レポート	正食協会の年次総会を開催	33
レシピ	<b>滋味旬菜 2023</b> 「楚代先生、初夏のおもてなし料理」…… 岡田昭子	34
料理教室	クッキングスクール通信 体験レポート…… 樋口幸栄	38
連載	野草&薬草でちょこっとセルフケア ④① クスノキ…… 龍頭佳世 40 いい話はみんなでシェア! ⑫ 小学校教諭 福田泰三先生 2…… 水城一角 42	
info	正食協会 暮らしの講座のご案内	44
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	NPO法人日本総合医学会関西部会からのご案内&書籍紹介 山村塾・望診法指導士養成講座のご案内 月のリズムで手当て法講座のご案内	61 62 63