

今月の
ことば

『食道楽』とともに歩んだ私の子育て……小林美和子

2

特集

オーガニック給食で豊かな未来を

5

オーガニック給食プロジェクト in 関西 2021より

連載

Re:とりっぷ ⑥ 貴重な食文化を伝える町の豆腐屋さんを守ろう！……島村菜津

14

書評

新刊EXPRESS『私がヤングケアラーだったころ』

17

連載

メディカルエッセー ③⑨ 単純すぎる助言……作田英成

18

しんちゃんのおよろず相談所 ⑦⑤ 病気・自然療法講座14 摂食障害……山村慎一郎

20

マクロビオティックoneテーマ ⑦⑤ 宇宙生理学入門24 水は情報とエネルギーを伝達する……岡部賢二

24

圭楽堂のカルテ ⑫③ 腸まで届く……西下圭一

26

レポート

鶴見済さん講演「0円生活を楽しむ」

28

info

「新装版 身近な食物による手当て法」のご案内

32

連載

桜沢セレクション ⑮ 「天国の鍵—自由と幸福の教育革命 人間性の開発—」……斎藤武次

33

レシピ

滋味旬菜 2022

34

「昭子先生ことはじめ～岡田楚代先生のレシピより～」……岡田昭子

料理教室

クッキングスクール通信 体験レポート……嶋 明香

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

連載

野草&薬草でちょこっとセルフケア ③④ ツボクサ……龍頭佳世

42

竜昇のノンクレド紀行 ⑫ 多彩なアセアン諸国……幸田竜昇

44

Bio+ ⑫ 最終回 日本オーガニック会議……三好智子

46

PR

自然食品ショップガイド

51

おたよりひろば

56

追悼 真弓定夫氏

58

info

「子どもたちに贈る12章」のご案内

59

むすびのむすび

60

info

山村慎一郎の子育て講座・望診法体験会のご案内

61

宇宙生理学講座のご案内

62

日本総合医学会からのご案内

63