

Contents

- [巻頭言]
- 2 「有機認証は健康診断」 高橋俊彰
- [特集]
- 4 [自然] **地球は一つの生命体** 自然とは何だろうか? そのしくみとは
青い地球と生命の大事なくみ 伊藤英紀
林健太郎氏(総合地球環境学研究所教授)・高田宏臣氏(一般社団法人・有機土木協会代表理事) インタビュー
- 16 **未来を紡ぐオーガニックビレッジ** ② 「いすみ市(千葉県)」
- 22 **知って納得 有機認証** ②
番外編 ドイツBIOFACHレポート NPO法人日本オーガニック&ナチュラルフーズ協会(JONA)
- 26 **Re: とりっぽ** ④1 日本のアグロフォレストリーが水俣に お茶と柑橘の有機栽培を受け継ぐ生産者たち 島村菜津
- 30 **書籍紹介**『食卓の向こう側 コミック編2 半歩先宣言』/『若杉ばあちゃんの野草料理&まこもたけレシピ全90品』
- 32 **世界を変えるインヨロジーという考え方** ② インヨロジーの生命観 高桑智雄
- 36 **圭楽堂のカルテ** ③8 体は間違えない 西下圭一
- 38 **マクロビオティックoneテーマ** ⑩ 桜沢如一氏の思想に学ぶ ②
『東洋医学の哲学(桜沢如一著)』から見てくる西洋医学の問題点 後編 岡部賢二
- 42 **メディカルエッセー** ⑦4 どんな人が有機食品を買うのか? 作田英成
- [料理]
- 44 **手作り一品**
ジャージャー麵/切干大根の中華風胡麻酢和え/玄米甘酒のベリームース 高橋久子
- 47 **台所はお薬箱** ② 生姜油の巻
- 48 **美味しい暮らしはじめました** ② 私と正食 柴田千波
- 52 **野草&薬草でちょこっとセルフケア** ⑤2 ボタンボウフウ 龍頭佳世
- 56 **サステナブルを支える人たち** ① 坂元直人(ムソー食品工業)・深見優(深見梅店)
- [interview]
- 58 **北米最大のオーガニック卸 UNFI** “Better Food, Better Future”を掲げる50年の軌跡とこれから
- 60 **いい話はみんなでシェア!** ③3 小児歯科医の岡崎好秀さん 2 水城一角

Information

- 62 暮らしの講座:東洋医学・哲学入門講座のご案内
- 63 望診法習得講座:NPO法人日本総合医学会関西西部会講座案内
- 64 自然食品ショップガイド
- 68 むすび定期購読のご案内&次号予告

正食協会ホームページ
<https://www.macrobioitic.gr.jp>

正食クッキングスクール公式Instagram
https://www.instagram.com/seishoku_cooking_school/



マクロビオティック/正食協会facebook
<https://www.facebook.com/JapanMacrobioticAssociation/>

