

Contents

[特集]

2 [食と農業・漁業] 自然からの食の恵みを大切に

悪化する世界の食料事情 その処方箋をもとめて 日比絵里子さん(国連食糧農業機関(FAO)駐日連絡事務所長) インタビュー
いま日本の海に何が起きているのか 富田正和さん(株式会社千葉産直サービス 代表取締役社長)に聞く
農業最前線レポート ① 中森農産株式会社(埼玉県加須市) / ② 石川県珠洲市
地球と人類を救う食事とは~その答えはマクロビオティックにあった 伊藤英紀

14 書籍紹介『食の属国 日本 命を守る農業再生』/『噛み方健康法 おどろくべき「噛む」効果』

16 未来を紡ぐオーガニックビレッジ ③ 「豊岡市(兵庫県)」

22 知って納得 有機認証 ③

あなたの知らない有機認証の世界 NPO法人日本オーガニック&ナチュラルフーズ協会(JONA)

24 Re: とりっふ ④ 水俣から未来への学びや旬の味を発信 移住者やUターン者の若者らが地域を盛り立てる 島村菜津

30 世界を変えるインヨロジエという考え方 ③ インヨロジエのスタート地点 高桑智雄

34 圭楽堂のカルテ ⑤ 無意識の健康 西下圭一

36 マクロビオティックoneテーマ ⑪ 桜沢如一氏の思想に学ぶ ③

『道の原理(桜沢如一著)』から見えてくる西洋文明の課題 前編 岡部賢二

40 メディカルエッセー ⑦ 5 サフラン、どんな草ですか? 作田英成

[料理]

42 手作り一品

《秋のお餅レシピ3品》蓮餅はつもち/フルーツ大福/玄米餅と切干大根のおやき 野口清美

45 台所はお薬箱 ③ こんにやく湿布の巻

46 美味しい暮らしははじめました ③ 私の正食体験 江見木綿子

50 野草&薬草でちょこっとセルフケア ⑤ アサ 龍頭佳世

54 サステナブルを支える人たち ② 辻 高樹(株式会社ゼンケン 営業部)

56 いい話はみんなでシェア! ④ 健口づくりはゼロ歳から 水城一角

Information

38 東洋医学・哲学入門講座のご案内

48 正食クッキングスクールネットワーク教室のご案内

58 正食クッキングスクール大阪本校初級コース:
正食出版書籍電子書籍化のご案内

59 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

60 自然食品ショップガイド

64 むすび定期購読のご案内&次号予告

アンケート募集 ▶▶

ご意見ご感想をお聞かせください!
皆さまの声が次号の内容を良いもの
にする力になります。

