

Contents

[特集]

2 [助け合う社会] 誰一人取り残さない、不安のない社会づくり

重なり合って生きる、新たなコミュニティづくりへ 伊藤英紀 (特集ディレクション)

共働学会取材レポート 山口タカ

「休みやすい職場」が働き方を変える 武藤北斗さんインタビュー (株式会社バブアニューギニア海産 代表取締役)

豊かさの本質を追って コミュニティ・バンク京信

16 未来を紡ぐオーガニックビレッジ ⑥ 「馬路村(高知県)」

22 知って納得 有機認証 ⑥

番外編 ドイツBIOFACH 2026 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: とりっふ ④⑤ 世界で種子島だけに残る三段登り窯 黒糖作りが育んだ協同のコミュニティ 島村菜津

32 世界を変えるインヨロジーという考え方 ⑥ 陰陽の根源的な運動 高桑智雄

36 圭楽堂のカルテ ⑥⑨ 全体性の意味 西下圭一

38 マクロビオティックoneテーマ ⑩⑭ 宇宙を味方につける生き方2 永遠の今を生きる 岡部賢二

42 メディカルエッセー ⑦⑧ 梅漬けると言えば髪もくしげずり 作田英成

[料理]

44 手作り一品

ひじきときのこの柚子胡椒ペペロンチーノ／切干大根とキャベツのコールスロー／
ピーツのミックスゼリー 戸澤ともみ

47 台所はお薬箱 ⑥ 番茶湿布の巻

48 美味しい暮らしはじめました ⑥ 日常生活の変化と夏のある日の体験 坂本侑希

52 野草&薬草でちょこっとセルフケア ⑤⑥ ウツボグサ 龍頭佳世

56 サステナブルを支える人たち ⑤

番外編 安全を支える人たち 食品メーカー合同品質管理・製造勉強会／株式会社富貴食研

58 いい話はみんなでシェア! ③⑦

「退化の原因は、生命に関する自然の法則に従わなかったためである」 水城一角

Information

50 正食クッキングスクール ネットワーク教室のご案内

60 梅干し教室のご案内／宇宙を味方につける心のあり方講座

61 日本総合医学会関西部会講座案内／正食出版書籍電子書籍化のご案内

62 自然食品ショップガイド

66 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。

