

今月の ことば	陰と陽が織りなす棚田文様…… 高桑智雄	2
特集	<b>オーガニックに新しい波</b> 淡路島のパソナ農援隊、広島金光味噌	5
レポート	立命館大で嗜好品テーマのオンラインシンポジウム 下	14
書評	新刊EXPRESS「1日4分でやせる！ゆるHIIT」 ブックチャレンジ@編集部 ⑥『コロナ後の食と農』	17 18
連載	メディカルエッセー ②4 スモッグはみかけなくなったが…… 作田英成 20 しんちゃんよろず相談所 ⑥0 ビューティーアップ講座26…… 山村慎一郎 22 ふらっと つながり作りの現場から ①5 社会的な活動に参加する…… 鶴見 済 26 マクロビोटニックoneテーマ ⑥0 宇宙生理学入門 9 物の見方(心的態度の向き)…… 岡部賢二 28 ヒッピーになれなかった君へ ⑧ 多くの虫歯の原因が何か知っていますか?…… 磯田秀人 30 圭楽堂のカルテ ⑩8 除夜の鐘を前に…… 西下圭一 32 メイド イン オーガニック ④5 加賀味噌食品工業協業組合 33	20 22 26 28 30 32 33
レシピ	<b>滋味旬菜2020</b> 「クリスマスはマクロスイーツとともに」…… 井上智佳	34
料理教室	正食クッキングスクール料理教室紹介	36
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	38
info	旬情報 ムソーからのお便り ⑤0 有機生パスタ	40
料理教室	クッキングスクール通信 体験レポート…… 近江幸代	42
連載	宝は足元に在る ⑤ 「古縮緬」と「木目込人形」…… 保坂浩輝 44 よそではきけない 農と食のハナシ ①5 自然から離れた食は人を不健康にする…… 吉田太郎 46	44 46
PR	自然食品ショップガイド	51
	おたよりひろば	56
	むすびのむすび	58
info	幸せを引き寄せる陰陽講座のご案内	59
	2020年むすび誌総目次	60