



マクロ  
ビオティックの  
ある、生活。

Life is Macrobiotic

ライフ・イズ・マクロビオティック

# 特集 甘味料

マクロビオティックの  
甘味料の考え方

～生産者を訪ねて～  
米あめ(佐賀県/小笠原商店)

カラダに優しい甘味料いろいろ

RECIPE

マクロビオティック甘味料レシピ



連載：第9回

マクロビオティックと  
じょうずに付き合おう

vol. 09  
2013 WINTER  
FREE  
magazine

P1. 特 料

マクロビオティックの  
甘味料の考え方

～生産者を訪ねて～

米あめ(佐賀県/小笠原商店)

カラダに優しい甘味料いろいろ

RECIPE

マクロビオティック甘味料レシピ

P8. 連載：第9回

マクロビオティックと  
じょうずに付き合おう

P12. コラム：第4回

川内翔保子の Macrobiotic Life  
『子育てや人間関係