



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

塩

塩づくりの島を訪ねて

塩にまつわるあれこれ Q&A

連載：第11回

マクロビオティックとしょうずに付き合おう

vol. 11

2013 SUMMER

FREE
magazine

C O N T E N T S

P1. 特集：塩

塩づくりの島を訪ねて

塩にまつわるあれこれ Q&A

P8. 連載：第11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6回

川内翔保子の Macrobiotic Life
『かぼちゃ、丸ごと！』

マクロビオティックのキホン

P13. LMinfo：

リマ・クッキングスクールからの
お知らせ

Present

編集後記



LM Life Is Macrobiotic
FREE magazine

ライフ・イズ・マクロビオティック
vol.11 2013 SUMMER

Staff

| | |
|-----------------------|----------------------|
| Editor in Chief | 水野 亮 |
| Editor | 小谷 栄子 |
| Designer | 千田 美生 (ICM) |
| Photographer | 内藤 暁 (株式会社小笠原事務所) |
| Illustration (p.8~11) | オガワマキコ |
| Rubber plate picture | RIO |
| DTP | ICM |
| Publisher | 日本CI協会 |
| Print | SUN GROUP CO.,LTD. |



