



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.



