



新春スペシャル対談 山中伸弥×笑福亭鶴瓶 しゃべる力・伝える力

iPS細胞を発見し、ノーベル生理学・医学賞を受賞した山中伸弥さんは、現在研究者と経営者（iPS細胞研究所・所長）という立場から、多くの研究者やスタッフを率いて、活躍しています。そんな山中さんが心がけていることが「わかりやすく話すこと、そして伝えること」。それを山中さんは笑福亭鶴瓶さんから学んでいると語ります。異色の二人の対談から、コミュニケーション術の極意が見えてきます。

第1別冊付録／からだにいい発酵食

発酵することによって食品の味わいがよくなったり、保存性が高まるだけでなく、消化吸収しやすくなることで腸内環境を整えたり、便秘の改善や自律神経の調節、疲労回復などが期待できる発酵食品の特集です。

定番で人気の発酵食品の効能、作り方、効果的な利用法やレシピのほか、野菜や果物を使った手軽にできる新顔の発酵食品もあわせて紹介します。

第2別冊付録／2019 未来へのこす わたしノート

3年目を迎える今年は、さらに内容充実を図ります。セミナーでの活用を意識した「5分で書こう 終活チェックリスト25」や時代ごとに思い出の1枚を貼りながら人生を棚卸しできる「写真で振り返ろう わたしの歩み」のコーナーなども設ける予定です。また、表紙に記入者の名前とこのノートを託したい人の名前を書く欄を設け、誰が誰に向けて残すメッセージなのかを明確にします。



定価606円（税込み）



定価565円（税込み）

【農業・農政の動きを読み解く企画】

特集 “そもそも論”から考える 「付加価値」のかたち

農業者の所得の増大、農業生産の拡大をめざすうえで、「マーケットイン」の発想が求められています。それはすなわち「付加価値」と置き換えることもできそうですが、ひと言で語れないところが、付加価値の難しさではないでしょうか。そこで「そもそも付加価値とはなにか」からスタートし、識者の声や実践事例を通じて多様な「付加価値化」へのヒントを探ります。

リーダーにならなせ

LINEスタンプ「地上マンとゆかいな仲間たち」も好評発売中！



簡単アレンジでおいしい！甘酒ドリンク

米麴を発酵させて作る甘酒。「飲む点滴」ともいわれ、体にもよく、自然な甘みがおいしい飲み物として子ども向けにもおすすめです。携帯用のスープジャーを利用して手軽に作れる甘酒や、プレーンヨーグルトを混ぜたラッシーなどのアイデアドリンクを紹介します。

別冊付録 おいしく食べたよ！ シール付き！

「小島よしおの野菜はトモダチ！」 ポスターカレンダー2019

1年間のスケジュールがひと目で見渡せるポスタータイプ。月ごとに小島よしおさんからの「野菜やごはんが好きになる、一言メッセージ」と、その日食べた食材や量によって貼れるちゃぐりんキャラクターのシールブック付きです！