



# 昨日のわたしと、 今日のわたし

もやもやしていた気持ちが一日たつと、  
すっきりしていたことはないですか。  
ひと晩、時間をおいたことで  
昨日の「わたし」を冷静に  
見つめられるようになったからでしょう。  
同じ「わたし」でも、  
昨日と今日とでは違います。  
そんなきっかけをくれる『倫風』誌。  
手に取ってみませんか。

※本誌の表紙(表・裏・背)は、安心して手に取っていただけるよう、  
全面に抗菌加工を施してあります。

会報 **倫風**

一般社団法人  
**実践倫理宏正会**

The Practical Ethics Association  
<https://www.jissenrinri.or.jp>

詳しくはホームページをご覧ください。

〒102-0073

東京都千代田区九段北 1-14-1

☎03-3264-8211(代)



◆『倫風』誌の購読は、ホームページ  
からお申込みいただけます。

<https://www.jissenrinri.or.jp/rinpu-order/>

200円〈送料無料〉

## 10月号のおすすめページ

### 特集 手紙って楽しい！ ～ひと手間に思いを込めて～ P.19

「手書きの手紙だからこそ伝えられること」……………コメディアン・俳優 大村 崑さん

「一通の手紙が心の距離、を近づけてくれる」……………

一般社団法人「手紙文化振興協会」代表理事 むらかみかずこさん

「自分も楽しむ！気持ちを添えるひと工夫」……………イラストレーター 木下綾乃さん

「人は手紙を書かすにはいられない」……………現代芸術家 久保田沙耶さん

### 特別企画 「マスクとの上手な付き合い方」津田 攝子さん P.103

### 連載 「20代のための特別レッスン」 LiLiCoさん P.68

20代の頃の「お金」のこと

### 「野菜の力を食卓に！」 タカコ ナカムラさん P.80

自家製かぼすポン酢

### 「じっくり見守り子育て」 岩立 京子さん P.82

比べない子育てとは

### 「生活いきいき事典」 和田 隆昌さん P.84

災害準備再点検のススメ

会報「倫風」は、会員はもとより、広く一般の皆さまに  
一日を明るく元気に生きぬくための実践のヒントをお届けしています。

若い時の体験から学んだ人生の先輩からのメッセージや  
数々の名作を題材に、生活を豊かなものに変えるヒントを見つけるコーナー、  
親子のほどよい距離感を保って、ゆとりのある子育てを勧める記事、  
生活の知恵や健康法など暮らしの中で使える実用的な情報、  
「もう一品」という時に役立つ料理の紹介など、  
多彩なラインナップであなたの生活を応援します。