



※本紙の表紙（表・裏・背）には、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。

希望は新しい勇気をもたらし、
何度でも、強い気持ちにしてくれる。

アンネ・フランク
〈『アンネの日記』著者／1929～1945〉



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。

◆『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〉



2月号のおすすめページ

特集

今年は新たな楽しみを見つけよう P.19
～人生を豊かにする趣味のススメ～

特別企画

本番に強くなる、あがり症でも大丈夫 P.55

連載

しあわせなおやつ時間 小林まさみさん P.4
バレンタインに!!「チョコサラミ」

人生にトリセツなんてないけれど 田中研之輔さん P.70
大学選びの失敗しないコツ

生活いきいき事典 井出 留美さん P.96
「台所にあるもの」を使い切る暮らし術

共働きファミリーの暮らし術 ももせいづみさん P.115
「家事分担」って難しい!?

五臓を整える暮らし 尹 生花さん P.126
春(立春～5月)のお悩み「肩こり」

数々の名作を題材に、豊かな生活のヒントとなるコーナー、
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、
多彩なラインナップであなたの生活を応援します。