₹103-0026 東京都中央区日本橋兜町 22 番 6 号東京セントラルプ レイス 2 階 FAX: 03-3662-3800 URL: https://www.honzou.ip E-Mail:vakuzen@honzou.ip

2023年度 国際薬膳師・国際薬膳調理師資格認定試験

合格 おめでとうございます!

2023年4月8~9日に行われた資格試験の結果が中 国薬膳研究会(北京)より届きました。本年度も 131 名という大勢の方々が合格し、薬膳専門家としてのス トを切りました。これからのご活躍を期待します。

			合格者一覧					
国際薬膳師・	国際薬膳調理的	Ф						
【北海道】	馬場由紀子	【岩手県】	小笠原まどか	【宮城県】	藤村 薫	【埼玉県】	堅木美喜	秋山靖子
【東京都】	五十嵐知子	石川陽子	伊藤邦恵	今給黎愛子	呉 小倩	梅津百夢	金澤信哉	川畑 愛
北林香織	久島順子	白川詩織	白木美晴	鈴木加代	髙嶋菜未	田中美和子	松尾里世子	弓削寿美子
【神奈川県】	木村理恵	白井紗也子	竹吉延子	林 美羽	福原ゆり子	諸江栄美	山屋愛実	
【愛知県】	赤塚三千子	岩附由加里	大橋 恵	鯉江 一	福田美礼	谷中昭子	【岐阜県】	辻井真実子
【大阪府】	青石静香	ウィリアムス桃萌子		奥野梨江	戸毛典子	光石浩子	宮崎純代	吉岡紀久子
【兵庫県】	遠藤典子	大鳥弘美	松浦寿子	松永伊織	吉田美奈子	【福岡県】	田邉久美子	永野恭子
松下后子	室井友希	森嶋まり	【長崎県】	荒木ひとみ	【熊本県】	石井久子		
国際薬膳師								
【北海道】	菅原京子	西沢恵理	三浦舞子	宮本恵子	山口陽子	【福島県】	五十嵐誠	
【栃木県】	細島佐知子	【茨城県】	川内谷友里賀	川﨑晶子	【埼玉県】	加藤未央	加藤美苗	中河 薫
【千葉県】	助川真紀子	福田まり子	【東京都】	朝田美紀	阿部百亜奈	天草香織	天野要恵	伊藤浩子
大柳成子	岡田直美	金田涼香	顧 崢嶸	近藤 潤	清水早映子	鈴木靖奈	田端恵理	中村薫子
西田 帥	野毛里奈	馬場知美	久富佳子	福本稚子	藤原泰世	本多恵美子	丸岡千恵美	
【神奈川県】	青木千津子	加藤美恵	阪本光代	佐藤美穂	佐藤祐子	張 冰茹	鈴木美津子	千田洋子
徳永めぐみ	三澤 心	【静岡県】	工藤文子	安長知南	【愛知県】	戸島加奈子	増田彩花	三浦裕美
【岐阜県】	金森未来	【石川県】	鞍田千加子	【滋賀県】	金内耕一郎	【大阪府】	内田裕子	折橋真由美
加志﨑敦子	多田麻里奈	田中千鶴	冨永あゆみ	西村麻依子	村本美穂	【兵庫県】	井門惠子	黒瀬智奈美
中尾彩子	松尾陽美	【鳥取県】	樋口尚美	【島根県】	大江 梨	西岡聡子	【広島県】	大久保玲奈
【福岡県】	張 心馨	松尾明子	【佐賀県】	有島千夏	【熊本県】	時田涼子	【沖縄県】	比嘉貴文
【海外】	LAM Sau Mir	ng Louisa						50 音順 敬称略



り戻しました。

し、クスッと笑っているうちに落ち着きを取 記憶の抽斗から次々と面白語呂が飛び出

療人として「正しい食の知識を身に付けよう」と学院の門をくぐりました。 誤する中で辰巳先生の著書と出逢いました。「病気を治療する医者より、病 偏り」があるということ。 気にさせない医者になりたい」。冒頭にあった先生の言葉に感銘を受け、 めてみたものの、付け焼き刃の知識では患者さんに届くはずもなく、試行錯 『食材辞典』を片手に食養生の提案を始 中医学の理念に強く惹かれ鍼灸の道を志したこともあり、再びその深淵

られ、生半可な取り組みでは越えられない壁に愕然としました。考えあぐね 師」を目指すことにしましたが、膨大な数の食薬や複雑な方剤の知識が求め に触れる機会に喜びを感じました。折角の学びを形に残すため「国際薬膳 た末、鍼灸の国家試験を一語呂合せ」で乗り 度の緊張で一瞬頭が真っ白になりましたが、 呂を作ることにしました。試験本番では、 切った経験から、ストーリー仕立ての面白語

うになりました。講師という新たな夢に向か って、わたしの旅はまだまだ続きます。 たくさんの方に伝えたい」そんな夢を抱くよ す。いつしか「中医学・薬膳学の素晴らしさを 持って食養生の提案をしている自分がいま 晴れて「国際薬膳師」となった今、自信

国際薬膳師合格者代表の言

オンラインコース卒業生

新たな夢に向かって 藤村



鍼灸師として、

様々な職種の同志がいることがわかり、

今後の勉強の良き励みになりました。

3日間のスクーリング本当にありがとうございました

講師の先生方、

スタッフの皆様、

験に向けての勉強を早めに始めたいと思います。

卒業まで、皆さま宜しくお願いいたします。

来年の国際薬膳師試

このやる気に満ちているうちに残りのレシピレポートを早く終えて、



頃の疑問点を講師に質問したり、仲間づくりをしたりして、楽しく 義な3日間を過ごされました。



でした。

ロナ禍で仕事・家事・育児をこなしながら、 リングにたどり着くことができました。オンラインでの勉強はひたすら自分との闘いで、 薬膳お勉強中の方にはご理解頂けるかと思いますが、中医薬膳学には面白くて興味津々な 梅雨に入った6月の3日間、 オンラインコースを始めて1年3カ月で、 時々思い出したように勉強する、 中医薬膳師オンラインコース ようやくスクー 飯島 といった日々 コ

けていたい!とまで思い、 内容を吸収できたような気がします。先生方も楽しくアットホームなので、 生徒さん達の話を聞いて薬膳をかなり身近に感じることができ、この3日だけでもかなりの スケジュールを見てみたりしていました(笑)。 大半で、中々自己学習が進まないのが現状でした。 しかしスクーリングに参加して、先生方の講義や、同じように頑張っている幅広い年齢 うっかり研究科はどんな所なのかな、なんて教室に貼ってあった もっと講義を受

所もありますが、全然面白くなくて中国語のような漢字だらけで全く頭に入らない所の方が

中医薬膳師通信教育コース 寺田 誠也

きる薬膳も学べるということが決め手となり、本院に入学致しました。 したが、薬剤師として、 自分は、

通信教育コースは指定のテキストを読み込み、小テストをクリアしていくといったカリキュラムで 学習する中で疑問が生じた際は、 国際中医師を目指して本草薬膳学院の門をたたきました。他にも資格をとれる学校はありま 証にあった漢方を提案する以外に、まず食事から、患者様の健康をサポートで メールで先生とやり取りをしていくのですが、最初は疑問点をち

臨まれることをお勧めします。講義自体も教科書を読んでいた時には気付かなかった部分や、 った際の陰平陽秘について把握できたのが、良かったです。今後参加される方は、 想像以上の満足感がありました。 ゃんと解消できるか不安はありましたが、 した。特に自分は、陰陽についての理解がイマイチでしたので、季節の養生における陰陽と病気にかか しかし、実際に話をしないと分からない部分はあったので、スクーリングへの参加は非常に楽しみで 先生の丁寧な添削・解説を受け、 通信教育のレベルなのに、 質問内容をまとめて 知識の点

と点を繋げてくれるような分かりやすい内容でした。 中医学に関して、自身の周りにはあまり共感してくれる方がいなかったので、 スクーリングで全国に







023 年秋 開講予定

2回/1年 定員各 30 名 40期 土日コース (第3土・日曜日) 10月 21日(土)開講 2 4水曜日) 10月

受講生の増加に伴い、今秋より平日コースを新たに開講することとなりました。 ぜひお知り合いにお声がけください。

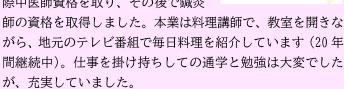
- ス・オンラインコースは常時募集しています。
- 3分いただいた方が通学コースに入学された場合、些少ながら謝礼を差し上げます。



理にかなう薬膳

仙台教室 実習担当講師 横須賀 真奈美

私は、本草薬膳学院の2期生とし て東京校に通学し、国際薬膳師と国 際中医師資格を取り、その後で鍼灸



私の料理家としての信条は「理にかなう料理」を作ること です。中医学の「天人合一」や「一物全体」の考え方は「季 節に出回る旬の食材を、気候に合わせて調理する」こと、「皮 むきもアク取りも不要」と、まさに合理的。何千年もの長い 間途切れずに受け継がれてきたのは理にかなっている理論 だからだと思います。私がいまも生放送で料理を紹介するこ とができるのは、薬膳の知識と実践方法を教わったおかげと 感謝しています。4月に開校した仙台教室でも、自宅ですぐ 作れるよう「理にかなった調理」の指導を心がけています。

かつて学院長の辰巳先生から「入学を許可します。ただし 薬膳を学ぶことはそんなに簡単ではありません。自分での勉 強を一生懸命頑張ってください」と鼓舞激励の言葉をいただ きました。今の苦労は必ず宝物になります。受講生のみなさ ん、頑張ってくださいね。

> 中医薬膳師コース 東京校 第2期卒業 国際薬膳師・国際中医師・調理師・鍼灸師

> > つも感動していました。

込まれました。

いつ当てられるかドキドキしながらもい

一緒に学び感動する仲間もでき

今、

衝撃的だった中医学との出会い

大阪教室 平日コース 理論担当講師 高山 貴子

今年の4月より大阪教室平日コー スで午前中の講義を担当させて頂い ている高山貴子と申します。5年前に

大阪教室4期生としてお世話になったこの本草で、薬膳につ いてお伝えする立場になったことに、改めて身の引き締まる 思いです。辰巳先生の「薬膳の勉強は一生」というお言葉が 日ごとに身に染みて感じられます。

中医学との出会いは、ドライアイに苦しんだことがきっか けでした。毎朝、激痛で目を開くことも困難、起きてからは1 秒間に10回以上瞬きするほどの乾燥感で眼科医院を頼りまし たが、3件回った結果、涙成分の目薬を一生点眼するように と言われるのみ。しかしその後、友人の紹介で訪れた鍼灸院 での鍼治療と漢方薬の服用により半年で根治。今では点眼薬 や鍼治療、漢方薬も必要ありません。それまで中医学につい て知識ゼロでしたが、この衝撃的な結果に、中医学の凄さへ の驚きと大きな感動を覚えました。

その後、本草薬膳学院で学ぶようになり体調不良につなが る要因や五臓との関係など全て腑に落ちることばかり。自ら の身体の変化がそのまま勉強につながるとの思いを強くして います。これからも一生続く薬膳の道、皆さんとご一緒に歩 んで行けることを心から感謝しています。

> 中医薬膳師コース 大阪教室 第4期卒業 国際薬膳師・国際薬膳調理師・管理栄養士



国際薬膳師

国際薬膳調理師

国際中医師

中医薬膳師

第 16

期土日一ス卒業



紹 BID





たい、 る立場になり、 ていました。 仙台教室には 13名の受講生が通ってい ます。

幸せにできると思います。 一緒に薬膳の世界を歩んでい 家族、

ぶことを楽しいと思ってもらえるようにと取り組んでい 薬膳を学ぼうと思う仲間と共に学べることは幸せで そして薬膳は自分だけでなく、 難しい内容もたくさんありますが新しいことを学 私が感動した中医学を分かりやすく伝え 周りの人々も 伝え

目から鱗のような学習内容に驚きました。難しいことも 違う視点からの食材、 きることの幸せを感じました。 験してからは、 ました。新幹線で通えること、 後初めて仙台駅新幹線乗り場に立った時は胸が熱くなり いただきました。 お見舞いの言葉もあり、 ものの新幹線が数か月も動かず4月から通うことを断念 たくさんあり、 しました。その時、 台は大震災で地震と津波に襲われた年です。 学び始めてからは、 私が学院に入学したのは、 気が付くと、 学院長の辰巳先生の授業は推理小説のようで引き 本当に当たり前のこと、 宿題のレポートにも四苦八苦しました。 中医学の学習に夢中になっていました。 半年遅れで10月から通いました。 学院の方からは事情を理解いただき、 これまで学んできたこととは全く 身体の仕組み、 10 月に延期されてはと提案して 2 学べること、大震災を経 1 病気のことなど、 1年のことで、 普通のことがで 申し込んだ

玲子 理論担当講師



仲間と共に薬膳を学べる幸せ



第80号 2023年9月15日

発行:本草薬膳学院

〒103-0026 東京都中央区日本橋兜町 22 番 6 号東京セントラルプレイス 2 階 FAX:03-3662-3800 URL:https://www.honzou.jp E-Mail:yakuzen@honzou.jp



公開講座が行われました



2023年6月5日

「生物多様性における中医学のペット食養生」



通学とオンラインを併せて72名が受講しました。

楊 達 先生(中医学養生研究所)

楊達先生は、「生き物は食をもって天となす」――人間にも動 物にも食ほど大切なことはない、との言葉から講義を始められ ました。伴侶動物 (ペット) の体質も人間と同様、遺伝や環境 によって形成されるので、食を中心とした適切な健康管理が必 要であると強調。動物に対する中医学的な体調チェックのポイ ント、犬や猫に与えてはいけない食べ物、トッピングによる弁 証施膳の工夫などを紹介されました。老年期に入った動物には、 体を温めて瘀血を解消する食材を多めにするとよいというアド バイスなどもあり、受講生の方々に好評でした。

弁証論治基礎コース

2023年10月24日(火) 開講(通学・オンライン)

焦 藝苹 (しょう げいへい)

中医薬膳師コース卒業生 対 象

30名 員

全5回36,500円(単発参加8,100円) 受講料

『中医内科学』(源草社) 参考書

時 第4火曜日(10:00~12:00)

2023年10月24日 発熱の症例

> 11月28日 咳嗽の症例

2024年1月23日 心悸の症例

> 2月27日 泄瀉(下痢)の症例

3月26日 頭痛の症例

特別講座のお知らせ

『傷寒雑病論』と粳米の応用



師 辰巳 洋 (学院長・研究科講師)

2023年9月24日(日) 13:00~15:00 日

場 本草薬膳学院教室+オンライン(Zoom)

5,500 円 受講料

定 員 36 名 (教室)

* 右の QR コードまたは学院 HP より お申し込みください。





在校生,卒業生限定販売 早見表

副教材のご案内





●経絡図(A3判カラー/2つ折り/1枚)

十四正経の名称・経絡流れ順番・経絡流注時間の一 覧。経絡は食薬の帰経に用いられ、子午流注は臓腑 と時間との関係を表し、養生に役立ちます。

●舌の診断図 (A3判カラー/2つ折り/1枚) 正常な舌象と30例の舌の色と状態を示し、体の異 常を目で見て判断できます。

2枚セット 400 円(税込) 郵送の場合 500円(税込)

【掲載記事の募集】

薬膳のお店 OPEN のお知らせ、薬膳料理教室の開催、執筆した薬膳の本 の発行…etc. 薬膳に関する支援活動の一環として、『本草つうしん』上 に広告を掲載いたします! また、HP・Blog をお持ちの方で、本草薬 膳学院サイトへのリンクを希望される方も学院までご連絡ください。

※広告は本学院在校生および卒業生のみ応募可能、内容は薬膳関連のみに限らせ ていただきます。HP・B**l**og の内容によってはリンクできない場合があります ので予めご了承ください。

『本草つうしん』は学院サイトの「新着情報」からもご覧いただけます。 https://www.honzou.jp