

研究科がスタートしました

2025年6月より順次19教室が開講しました。本年度は、新たに大阪教室で臨床基礎研究科と臨床内科研究科が始まりました。中医薬膳師コースを修了した方たちの研鑽の場となっています。



焦藝萃先生 (焦先生の診察室)



菅沼栄先生 (臨床基礎・内科・中薬学)



于爾康先生 (臨床・方剤・国際中医師)



馮起国先生 (臨床・方剤)



平尾安基子先生 (薬膳処方初級)



辰巳洋学院長 (薬膳処方中級)



北林洋子先生 (大阪教室：基礎・内科 / 名古屋教室：基礎・内科)



東方為偉先生 (気功教室)



楊帆先生 (中国語教室)

新任講師からのメッセージ



広島教室
水本 絢子 先生



広島教室
大久保 玲奈 先生

本草薬膳学院の教育は自分次第で価値をどこまでも拡大できる醍醐味が魅力

私が中医学に進んだきっかけは、「妊娠中の腰痛・骨盤痛」の対処法の研究を大学でしていた当時、最も治療法として効果をあげていたのが鍼ということで、鍼灸学校に進み鍼灸師となり、その安全性と有効性を学会で発表した時からです。それをきっかけに出会った鍼の師匠は、中国に渡り、老中医から学んだ方だったので、必然的に中医学を深く学ぶことになりました。古典の中医学書は難解で辞書を片手に時間をかけて読みました。学ぶほど、臨床数が増えるほどに逆にもっと学び続けたいと感じ、辿り着いたのが本草薬膳学院でした。教材がとても実用的で理解しやすく、国際中医師の受験後は古典も理解しやすくなっており、体系的な教育の大切さを痛感しました。どんな質問でも丁寧に指導する姿勢や充実した講座の数々は、宝だと思います。

そんな中、今年度より、広島校の中医学理論講師としての役割をいただきました。本草薬膳学院の教育はどれだけ自分でやり込むかで、その価値が大きく変わる深い世界です。講師としては、短い時間での濃い内容の講義を、どう組み立てれば皆さんの学習の一助となれるかを日々考え、これからも学び続けます。どうぞよろしくお願いいたします。

生きた中医学を目指して

広島教室で4月から実習を担当しています。料理の仕事に長く携わってきた中で、健康への関心から中医学を学ぶようになりました。今は日々の暮らしにその知恵を活かすことを大切にしています。皆さんが今学んでいる中医薬膳学。とても難しいですよ。ゴールは日常に活かす「生きた中医薬膳学」。知識としてはもちろん、この学びはこれからのマインドにも影響してくると思います。

整体観念から教わる大宇宙、そして自分自身こそが小宇宙。その小宇宙を覗き、「様子はどうか？」と日々観察するようになります。結果として、自分を大切にし、身体と心を整えるようになっていきます。

知識を深め、食材の力を知り、自分自身を大切にすることできっとその後は薬膳を広めたいことなのでしょう。薬膳を通して広がる新しい世界を楽しみに、学びと一緒に深めていきましょう。



スクーリングを開催しました

2025年7月27~29日

通信教育コース・オンラインコースを受講中の方たちのためのスクーリングが年4回行われています。スクーリングは卒業の条件であるとともに、疑問点を解決したり、仲間をつくったりする良い機会です。今年は11月にも開催予定ですが、すでにキャンセル待ちとなっています。来年以降、早めのお申し込みをお勧めします。2026年3月、6月、11月、2027年1月の開催を予定していますが、詳細は12月にHPでお知らせいたします。



将来への展望につながった三日間

オンラインコース 常見 多聞

初めてスクーリングに参加しましたが、参加前と後では、自分の薬膳や食事に対する考え方が別人のように変容するような、大変有意義な時間を過ごすことが出来ました。

みなさんそれぞれの目的や事情があって薬膳を学んでいることや、私と同じく知識や漢字の多様さに奮闘しながら学習されている様子で、自分だけではなく、みんなで一緒に学んでいるという意識になり、励まされました。そして、先生のみなさんも、私たちの目線に立った親しみをもてる方々で、薬膳を学ぶきっかけや初心者から学んでいる頃の体験談などを聞かせていただき、これも励みとなりました。

最も学びとなったのは、バラバラの点だった知識が、全てつながっていて、一つの線につながると理解出来たことです。一人でオンラインで学んでいた時は、テキストを目で追うことで精一杯で、なんとか少しずつ覚えている程度でしたので、一体何のための知識なのか迷子になって、十分に理解できていませんでした。しかし、一つ一つの知識には全て「意味」があり、献立にも全て「理由」があり、無駄なことがないことを理解しました。

また、先生や仲間と一緒に薬膳を楽しむ体験が出来たことで、学び続けた先の、健康的で病を予防・治療できる将来への展望がイメージ出来て、学習のモチベーションが飛躍的に上がり、参加してとても良かったです。

難しいけど、おもしろい

通信教育コース 原田 さとみ

難しい！薬膳の勉強を始めた私の感想です。

難しい四字熟語、読めなくて辞書も引けない難しい漢字だらけで、レポートも進みません。でも、せっかく始めたので、薬膳の概要は知りたいと思い、レポートだけ出して、スクーリングや試験はパスしようと思っていました。それを夫に伝えると「試験から逃げるの?」「認知症予防でがんばれば…」などお尻を叩かれ、いえ、背中を押されてスクーリングに参加しました。

結果、参加してよかった！参加者がアメリカや沖縄など、色々な地域から参加しており、職業も、薬剤師、高麗人参の生産者、中国の易学を仕事にしている方など、皆さんとても熱心で、エネルギーが溢れており、パワーを沢山もらいました。

私は、管理栄養士として栄養指導をしています。

先生から「脾は甘に関係していて甘が過ぎると、脾と関係している腎が傷む」とのお話がありました。糖尿病が重症化すると腎臓が悪くなり透析をしなくてはいけなくなります。糖尿病と腎疾患のつながりを五行で説明できることに驚きました。

先生方のお話が、マジックかと思うほど、五行と身体の不調が繋がりが、楽しく面白い授業でした。薬膳は難しいから「難しいけど、おもしろい」に変わりました。皆様に感謝です。

本草薬膳学院は中国との交流を大切にしています

北京中医薬大学訪問 6月10日／9月8日



6月10日、辰巳洋学院長が母校を訪問。大学の劉江平副書記、中医学院の費宇彤副院長、国際交流処安超副処長と。



9月8日、本草薬膳学院在校生と卒業生、職員、合わせて35人で研修訪問を行いました。北京中医薬大学とは2008年から学術交流を行ってきましたが、コロナ禍で中断を余儀なくされてきました。今回の訪問で7年ぶりに交流を再開することができました。薬膳の実習体験もあり、参加者に好評でした。



大棗山薬糕



秋梨膏

河南中医薬大学訪問 6月12日



国際合作所副処長・国際教育学院副院長の孔沈燕博士と辰巳洋学院長。

当学院と河南中医薬大学は2010年に提携を開始し、学生や講師の交流や、資格証書の発行に関する協力を行ってきました。河南省は「四大懷薬」(懷牛膝・地黄・山薬・菊花)の産地としても有名で、それらの生薬を活用した創作料理を体験するなど、実践的な交流も続いています。



中国中医科学院中国中西医結合雑誌社訪問 6月17日



かつて辰巳学院長が勤務していた中国中西医結合雑誌社で編集長を務めておられた陳可冀先生(95歳)を当時の編集部員が囲んで旧交を温めました。

中華中医薬学会ご一行来院 7月12日



中国最上位の国家級一級学会である中華中医薬学会より、陳俊峰副秘書長をはじめとする6名の方が来院され意見交換を行いました。



特別講座報告

未病対策に役立つ生薬と漢方

北里研究所病院漢方鍼灸治療センター
薬剤師 緒方 千秋 先生

2025年6月7日(土)



この講座では、漢方の考え方を生かした未病対策についてお話いただきました。たとえば、さまざまな病気の元となる「冷え」にどのように対応したらよいか、生活習慣の見直しや、取り入れるとよい食薬など、具体的なアドバイスがありました。病気を未然に防ぎ、健康を保つには、正しい漢方の知識に基づいた自己管理が大切であると話されました。

60名の受講生（通学12、オンライン48）は、わかりやすい緒方先生の話に熱心に聴き入っていました。

第43回 日本東方医学会 学術総会
テーマ「順天応人—東方医学×公衆衛生学」

日時 2025年11月29日(土) 13:00~17:20
11月30日(日) 10:00~17:30

場所 順天堂大学（東京都文京区本郷2-1-1）
有山登メモリアルホール（29日）
小川秀興講堂（30日）

会頭 友岡清秀
（順天堂大学医学部衛生学・公衆衛生学講座准教授）

主催 一般財団法人 東方医療振興財団

後援 厚生労働省・日本医師会

問合せ TEL: 03-6264-3015（平日10~16時）

E-mail: gakkai@jptoho.or.jp

申込み <https://www.jptoho.or.jp/gakkai/meeting.html>

本草薬膳学院は、今後の長寿社会に向けて日本東方医学会と連携をはかっていくことにし、本学術総会の後援団体にもなっています。本学院学生（卒業生を含む）は、学生料金（1000円）で参加することができます。

学会HPから、本草薬膳学院生（卒業生）であることを明記してお申込みください。

2025年度 秋期 中医薬膳師コース 学生募集

東京校 平日コース 第2・4水曜日（10月8日～）
土日コース 第3土・日曜日（10月18日～）
大阪教室 平日コース 第2・4水曜日（10月8日～）
土日コース 第3土・日曜日（10月18日～）

- ◆詳細・申込方法は学院サイトよりご確認ください。
- ◆ご紹介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。
- ◆通信教育コース・オンラインコースは随時募集しています。

特別講座のご案内
養生書『遵生八牋』
（じゅんせいはっせん）

食べ物から見えてくる、時代と健康観



日時: 2025年11月21日(金)
13:00~15:00

会場: 本草薬膳学院東京校教室 / オンライン (ZOOM)

講師: 草野 美保 先生

十文字学園女子大学

人間生活学部健康栄養学科 准教授

受講料: 6,050円 (税込) 定員 (教室): 先着30名

条件: 本草薬膳学院の在校生および卒業生

明代の文人、高濂が記した養生書『遵生八牋』の中から、飲食をテーマにした『飲饌服食牋』（いんせんふくしょくせん）を取り上げ、当時の養生観や料理などをご紹介します。現代に通じる、健やかに生きるため智恵や工夫を中国の古典から学びます。

『一語でわかる中医用語辞典』

改訂版発行!



薬膳を学ぶ上で、皆様に親しまれてきた辞典が16年ぶりに改訂されました。辰巳洋学院長の監修のもと、新たな用語130余りを追加し、説明文もさらに平易になるように全面的に書き換えました。すでに旧版をお持ちの方にもお勧めできます。

発行: 源草社
定価: 本体4,000円+税

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・Blog 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.>