



北京中医薬大学と提携校として契約しました



このたび、本草薬膳学院は北京中医薬大学の提携校として正式に契約いたしました。学生の皆様に、更に充実した教育を提供するため、北京中医薬大学のサポート体制を整えました。今後、本草薬膳学院は薬膳だけでなく、中医学分野での教育も強化していきたいと考えているため、双方が協力していくことになりました。提携内容

1. 北京中医薬大学への編入：本草薬膳学院での学習が3年以上経過した学生に、北京中医薬大学への編入を推薦します。本科の2-3年次に編入することができます。(要：中医学の学科試験と中国語の語学試験) 編入後、卒業試験合格者には大学卒業証書と、医学学士の学位証書が授与されます。

2. 短期研修教育：中医營養薬膳学及び関連した学業のレベルを高めるため、北京中医薬大学での短期臨床実習及びその研修を行い、研修終了時には修了証書を発行します。

3. 学術交流：国際学術シンポジウム、学術交流を行います。また、双方の講師が派遣交流を通じ、国際薬膳研究をより高めるため協力していきます。

また、来年5月末に北京中医薬大学で国際薬膳師(士)資格証書授与式と学術シンポジウムを行います。期間は5月26日~30日(未定)の5日間程、北京中医薬大学の学食(薬膳食堂)での食事会も予定しています。授与式に出席されない方も、もちろんご参加いただけます。他のツアーには真似できない薬膳の旅ですので、皆様お誘い合わせの上ご参加下さい!!



中医薬膳の勉強を始めて 第11期中医薬膳(平日)コース 石川 宏子

「医食同源」「心身一如」「身土不二」
「あなたの細胞は口から食べたもの飲んだものから出来ている」
中医薬膳を勉強し始めて実感しています。
「もっと早くこの道にたどり着いていたらなあ・・・」とも思いますが、それでも今出会えて

良かったとつくづく思っています。

私は家族や愛犬の健康のためと、分子栄養学や漢方の勉強も素人ながら少ししましたが・・・な～んか違うんです。何処となく納得行かない感があつて。

7大栄養素やカロリーについて気をつければよいのか? 足りない栄養はサプリメントを摂取すればよいのか? 証や六病位を見極め、漢方薬を服用していれば良いのか?

高額なサプリメントをしこたま摂取しても、立派な設備が整った大きな病院や有名だという漢方の先生にかかって病を治してもらっても、すぐに元に戻ってしまったり、長い間服用していてもなかなか良くならなかったり。どうして??なんで??の連続でした。

そう! 足りないものやその原因は・・・口にして「食物」でした。自分の体や体調に合った食べ物を食べていなかったことが病を作っていたのです。

最近日本で沢山の方が患っている鬱や神経症も、その人が食べている物にも大きな原因があると思いますし、例えストレスを感じても食物で改善できるようなも思います。無理なダイエットやジャンクフードの過剰摂取によって、日本人の体質もどんどん弱くまた悪くもなっているようです。

無農薬や有機栽培の野菜、抗生物質やホルモン剤不使用の肉をいくら食べていても、流行のマクロビオティックでも、その人の体に合っていなければ毒や害にもなってしまうのです。薬も毒になるし、毒も薬になるってことですよ♪

私は現在、家族や愛犬のために自分で出来るだけのことしたいという思いから中医薬膳を勉強していますが、今まで、四季や温度をこんなに感じながら、食べ物の旬を意識しながら、また、個々の体調を気にしながら食事を作ったことも取ったこともありませんでした。

家族も私も犬も、少しずつですが良い方向に体調が変わってきています。

家族のためにその日の気候や体調に合わせた食事やお茶を作り、美味いだけの不味いだと会話するのも楽しい時間となっています。

これからも楽しくて優しい先生方にいろいろ教えてもらって、「息をしている間は健康に!」をモットウに楽しい薬膳作りに励みたいと思います。



秋期生募集!! 中医薬膳師コース

第3土・日曜日 10:00~16:00 第2・4 木曜日 10:00~16:00

お知り合いの方にお勧め下さいますようお願いいたします。

