



## 「1年を振り返って」

第17期中薬膳士平日コース 高森 真理子

私が高校の頃に母親がベジタリアンになり、姉もマクロビオティックに興味を持ち始めたので我が家の食卓から動物性の食品が消えたのですが、食べるのが好きな父と、育ち盛りの私には体にいいのはわかるのですが、少しストイック過ぎました。

社会人になり家を出て自炊をするようになり、しっかり自炊ができていると体調もよく、食生活が不規則・不摂生になると心身ともにバランスが崩れ始め「食と心身の繋がり」を痛感していた頃に、たまたま本草薬膳学院のOGの方がされているワークショップに行き、食べ物は全て薬という考え方や、整体観念に興味を持ち入学を決心しました。

入学し最初の講義で、知らない言葉や、食材・食薬、覚えていかなければならない事の多さにとんでもない所に来てしまった！という焦りはありましたが、実習後のみんなの感想(前回作って帰りの電車で汗が止まらなかった！とか、ケツメイシのお茶を飲むようになってお通じがよくなった！とか、冷え性がマシになった！とか)や働きながらも時間を作って学んでいるみんなの意識の高さも刺激になり、なんとか卒業する事ができました。

一年間学んで、現状では今後の仕事に繋がりたいとか明確な方向性はないのですが、少しでも多くの人に興味を持ってもらえるように発信していきたいです。

一年間細やかに支えてくださった先生や事務の方、第17期平日コースのみなさん、本当にありがとうございました。



## 2013年度国際薬膳師(士)・国際薬膳調理師 資格認定試験

2013年4月13日、14日の2日間、情報オアシス神田にて行われました2013年度「国際薬膳師(士)・国際薬膳調理師」資格認定試験の結果、以下の受験生の皆様が新たに国際薬膳師(士)、国際薬膳調理師となりました。皆様、おめでとうございます！



## 2013年度「国際薬膳師(士)・国際薬膳調理師」資格認定試験合格者名簿

(50音順・敬称略)

### 国際薬膳師・国際薬膳調理師 (10名)

岩手県 八島玲奈 宮城県 岡野定玲子 福島県 中山むつみ 東京都 鈴木純子 瀬田早苗 柳樂素子 二村千代 余慶尚子 愛知県 北林洋子 山口県 福田由里

### 国際薬膳師 (36名)

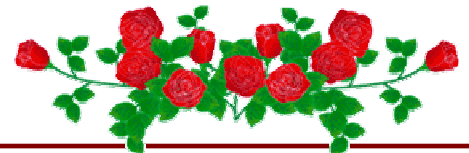
北海道 高橋史江 美田昌子 秋田県 鈴木日出子 宮城県 大坪律子 米澤猛士 東京都 加藤麻理 金丸有輝子 久保田円 小林記衣 酒向真由美 白澤奈都代 関根亜希子 高森真理子 平野裕美 前田佳織 松井菜美子 山松佳代子 和田安希子 埼玉県 高岸由紀 新潟県 吉田史子 神奈川県 伊藤寛子 石田康恵 津村尚美 平野佐知子 丸橋佳子 横尾玲子 千葉県 犬塚沙織 岡部由紀子 樽谷恵子 静岡県 多根弘子 愛知県 中根正貴 久川佳子 三重県 畑野啓子 兵庫県 大下浦加奈 坂田聡子 京都府 石田久美

### 国際薬膳調理師 (1名)

兵庫県 辻本由美

### 国際薬膳士 (1名)

神奈川県 目黒正子



- ◆ 「本草つうしん」はHP(ホームページ)内にて創刊号～最新号(40号)までカラー版をダウンロード出来ます。
- ◆ HP、ブログ等を持っている方で、本草薬膳学院のHPにリンクを貼りたい方は学院までご連絡ください。(但し、HPやブログの内容によってはリンク出来ない場合がありますので予めご了承下さい。)

本草薬膳学院 HP <http://www.honzou.jp/>