



## 第2回 家庭薬膳アドバイザー認定試験

11月21日に中部校で行いました

14名の参加者が全員合格したことをご報告します



白井よし子	小林元子	山田裕香	土手口知恵	原田扶巳永
柳沢裕子	寺尾佳倅	永田博子	山本純子	向井伸枝
柴田亜津湖	渡辺歌織	小池範子 (申込み順)		宮澤清美 (東京校)

### 家庭薬膳アドバイザー認定試験官を終えて

国際薬膳師 林芳衣

十一月二十一日に中部校において家庭薬膳アドバイザー認定試験が行われました。受験者数は13人でした。(他東京校1名)科目は中医基礎学から始まり、診断学、中薬学、方剤学、食材学、最後は薬膳献立でした。試験開始時間前まで問題集を放さず、一つでも多く覚えようとする姿は真剣そのものでした。みんな努力して試験に臨んでいるのだと実感しました。

試験が始まり解答用紙にペンを走らせる様子を見てみると、今年4月に自分が受けた国際薬膳師の受験を思い出しました。試験を受けるまでの勉強時間をどうやって搾り出すか、覚えたと思うと次の日には忘れていく暗記能力の無さに腹が立ったものでした。普通の主婦が新しい勉強を始めることは、とても面白いですが試験となると苦痛も伴うものです。でも苦労した分、自分プラスになることも確かです。



私が勝本先生の健康料理塾(現本草薬膳学院中部校)子供のアトピー性皮膚炎を通して通い始めて12年になります。ひとは、食べ物により、怒りっぽくなったり、涙もろくなったりしますし、時には人生まで左右すると学びました。家庭が平和で仲良く暮らせるため、家族の食事を管理する主婦が、正しい食べ物の知識を持つことはとても重要なことだと思いません。先日、家のお料理教室で“きんとん”の中に百合根を入れておせち料理を作りました。百合根には、潤肺止咳、清心安神、血圧降下、利尿、コレステロールを下げる効果があります。それはまさにこの季節を健康に過ごすために必要な効果であり、自然の恵みはうまく出来ていると思えました。たべものにはすべてに効能があり、それが体にプラスに働いたりマイナスになったりすることには感心しながら薬膳の勉強を楽しんでいます。

試験勉強は試験が終わると忘れてしまいます。私も例外ではありませんが、覚えた知識は実践していくうちにまた自然と思い出せるものです。今回一生懸命勉強している受験者の方の姿を見て、「これから楽しいみながら家族の笑顔を守っていく」と気持ち新たにしました。

### 客員教授の盧長慶教授から新年の祝詞を戴きました



## 新年賀詞

2005

