



鷺見美智子先生の祝辞

本草薬膳学院顧問・本草薬膳研究会会長・国際薬膳師会副会長

皆様ご卒業おめでとうございます。

社会人になってからの勉強には、精神的にも身体的にも、経済的にも大変だったことと思います。それらを乗り越えて本日ご卒業式を迎えられましたこと、心からお慶び申し上げますと共に敬服の気持ちで一杯です。

皆さんは、劉先生より授業を受けられたことは本当に素晴らしいことと思います。劉先生は専門分野については勿論のこと、何より先生の流暢な日本語でのお授業で勉強できたことは、本当に価値のあることなのです。私が勉強した時には、中国人の先生の講義で、それを通訳の方の言葉を通して受けました。例えどんなによい講義をして下さっていたとしても、通訳者を通してしか判断できませんから、講義内容が理解できないまま終わることが度々でした。

卒業は勉強の終わりではなく始まりであるとよくいわれます。皆さんもこの2年間で学んだことにより、これから本格的な薬膳の勉強が始まると考えて頂きたいと思います。

日本では、100才以上の人々が2万人を越えているということです。私達皆の望みは、元気でなんでもしたいことができる生活をしながらの長寿です。その為に大切な事の1つが食事の在り方といえます。外国に旅をする時よく思うのですが、現在の日本は世界でも珍しいほど、日常の食事が豊かであるということです。欲しいと思えば世界中の食べ物を手に入れることが可能です。そのような環境の中で求められる大切なことは、自分の健康の為に必要な食物が何なのか“正しい選択”ができることだと思います。西洋栄養学に薬膳の知識を毎日の食生活に取り入れることが健康に大きく関わることでしょ。

どうぞ皆様も、まずはご自分の健康の為、家族の為、さらに周囲の人々の為に勉強なさったことを役立てて欲しいと願っています。

本日は本当におめでとうございます。



第二期生卒業生代表 答辞

本日は私達二期生のために卒業式を挙行していただきましてありがとうございます。

鷺見先生、学院長の劉先生からいただきましたお祝辞に身の引き締まる思いです。又、弥永先生ご自身が体験された貴重はお話に変感動いたしました。

二年前イスクラ薬局で二回お会いした劉先生の惜しみなく教えて下さる熱意とお人柄に魅かれて老化防止のつもりで・・・と始めた薬膳の勉強です。只今、修了証書と中医薬膳師の証書を授与していただき嬉しさでいっぱいですが、勉強する程に難しく、現状で薬膳を実践するのは到底むりでは・・・という不安も大きいです。先生方がおっしゃって下さいました“これからが出発点”というお言葉を振り返りどころにこれから努力していく所存です。同期の若い方たちと足並みを揃えて進んでいけるか心配ですが、最年長として真っ先に何にでも挑戦してみたいと思います。

戦してみたいと思います。

今後とも末永く御指導下さいますように二期生を代表いたします。よろしくお願いいたします。

二〇〇五年二月二十

大村 和子

引き継ぎに先おとユ連載



先生達の手作り薬膳料理

鷺見先生の ぶるぶる杏仁豆腐の作り方

1. 杏仁霜 25g に牛乳 1 $\frac{1}{2}$ の一部を加え弱火で煮溶かす。
2. 残りの牛乳、砂糖 120g を加えよく溶かしたら、水大さじ 3 でふやかしたゼラチン 12g を入れ溶かす。
3. 粗熱をとり、冷蔵庫で1晩かけて固める。

