



### ご卒業

おめでとございます

国際薬膳師 弥永珪子



昨今、西洋医学と中医学は相反する存在ではなくなりつつあります。大変多くの西洋医学のお医者さま達が中医学の勉強を始められています。食に関する立場にある私達は、薬食同源、医食同源の中医学の理論を習得することは重要かつ必要なことでもあります。

西洋医学の病気その部分に関しての研究、治療は急速な進歩をしていますが人間の身体全体への配慮は中医学の考え方に及びません。

私事で恐縮ですが、私は昨年五月にふとしたことから左胸に金平糖のような小さな乳癌を見付けました。手術は簡単で見事なものでした。放射線治療を選択するかどうかと主治医に問われました。素人の私にそれを判断する知識はありませんと答えたのですが親しくしているお医者さまに学会の資料を見せて下さいと頼みました。調べた所温存療法と放射線治療は元来セットであることが解りました。たゞ、この二、三年アメリカに於いて患者の四〇%位はその必要がなかったのかもしれないという意見が出ているの

も知りませんでした。しかし、私の周りで放射線を受けないで術後二年間で四回手術をした人、又、四、五ヵ月後に三カ所も再発した人などいるのも解りました。

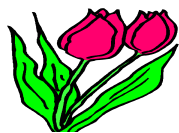
私は身体が元気なうちにしっかりと根を絶とうと決心して放射線治療を受けることにしました。そして劉先生にご相談しながら、今まで勉強したことを生かしてやってみようと決心しました。

放射線を浴びるという事は火傷をするということなんです。熱をとること、皮膚を守るためには肺によいものそして免疫力を高めるもの、これらをしっかりと食べて飲んで、今年のあの暑い夏を毎日通院しました。赤くはなりましたが他の人達のように痛んだり爛れたりすることもなく、そして元気で通うことができました。放射線科の先生、外科の先生達を驚かせました。

中医薬膳学を勉強したことが実際に役に立って大いなる感謝と共にこれからも勉強を続けて行こうと思っています。

皆様も更なる勉学に励まれますようお願い申し上げます。

7号に引き  
続き、弥永  
先生のお祝  
いメニュー  
の連載



### 弥永先生のお祝いメニュー

#### 紅白りんごの生ハム巻き

1. りんごと赤ワイン・丁香・肉桂・蜂蜜三温糖で煮て生ハムを巻く。  
効果：身体を温め健胃、整腸、潤燥
2. りんごを白ワイン、紅花、蜂蜜、グラニュー糖で煮て生ハムを巻く。  
効果：活血、健脾、潤燥
3. 柑橘類の皮の甘煮とミントを飾る。



### 弥永先生のお祝いメニュー

#### 冬野菜と木耳のきびなごドレッシング

1. 南瓜、蓮根、ブロッコリー、蕪はさっと塩茹でしておく。
2. 黒木耳は茹でて、醤油少々、白木耳は茹でて、蜂蜜少々で下味をつけておく。
3. きびなご(煮干し)を酢、蜂蜜に漬けておいたものに白醤油少々を加えドレッシングを作り、食べる直前にかける。  
効果：骨粗鬆症、健胃



中部校第2期卒業式  
中医薬膳師資格授与式