



2019 年度 国際中医師資格認定試験

6 月 29 日 (土)・30 日 (日) 本草薬膳学院東京校

世界中医薬学会連合会の主催する 2019 年度国際中医師資格認定試験が行われました。本学院での開催は 10 回目となり、試験官として于樹森氏、孫奇氏をお招きし、肅然とした雰囲気の中で実施されました。

受験には 2,600 時間以上の学習歴を要し、受験生は各研究科コースや国際中医師研究科コースでの学習を経て、足かけ 3 年以上にわたり準備を重ね、この 2 日間の試験に臨みます。受験生の皆様からは緊張感と熱意が伝わり、1 科目の試験時間 90 分をじっくりと使って回答される方もいれば、次の試験科目の復習に時間を割こうと早々と気持ちを切り替える方もいらっしゃいました。

今年度は学院外部からの受験生も含め、見事 10 名の方が合格されました！合格者の皆様、本当にお疲れ様でした。今後の更なるご活躍をお祈り申し上げます。



2019 年度 国際中医師試験 合格者一覧

石井恭子	(神奈川県)	奥平純子	(千葉県)
熊野千世	(茨城県)	柴田貴美代	(岐阜県)
高村祥子	(兵庫県)	松本久仁子	(東京都)
三宅弘美	(神奈川県)	村上有子	(東京都)
森永早紀子	(福岡県)	吉岡恵子	(長野県)

50 音順、敬称略



夏期スクーリングが開催されました

去る 2019 年 7 月 26 日、28 日、東京校教室において、通信教育コース・オンラインコースの受講生を対象とした夏期スクーリングが行われました。北海道や九州、香港からの参加者もいらっしやり、総勢 31 名が一堂に集まりました。

スクーリングは、普段一人で学習に取り組んでいる学生の皆さんにとって、仲間作りもできる良い機会となっています。受講生のうち半数以上が入学から半年程度の方だった今回、勉強の進め方への不安や薬膳全般に対する疑問点について話し、共感しあつてらっしゃる様子でした。また、休憩時間などに講師へ質問にいく方の姿からは勉強への熱意が伝わってきます。

始めは遠慮がちに接していた皆さんですが、スクーリング最終日にはそれぞれに連絡先を交換しあい、励まし合える学友を持てたことに喜びの笑顔を浮かべていました。これからも交流を続けながら、仲間と共に学習に励んでいけることを願っています！

今年は梅雨が長引き、スクーリング期間中の台風接近も心配されましたが、幸いにして影響も受けず、夏らしい暑さの中で 3 日間を迎えることができました。スタッフが用意した薬膳茶、「緑豆薄荷茶」・「大棗山査茶」・「蕎麦山査茶（薬膳茶のすべて 154 ページ参照）」は、汗をかきながら登校してくる受講生に大変喜ばれました。

また、中薬・書籍販売スペースには興味津々の表情で品物を手に取り、陳列された本を次々と開いて吟味しながらご購入されていく方が多く集まりました。学院には、「早速購入した中薬を使って薬膳茶を作ってみました」、「実習で作ったメニューを家でも復習してみました」という声が寄せられています。文字上の知識以上に、五感を通して体験して得た知識は強く印象に残ります。是非、受講生の皆様にはスクーリングで得たことを活かし、日常の中でも薬膳料理を実践しながら今後の学習に役立てていただきたいと思います。

次回スクーリングは秋期に開催されます。こちらは既にお申込み受付を締め切っておりますが、来年 1 月下旬開催の冬期スクーリングのお申込みが、近々、受付開始の予定です。受講期限の差し迫った方や国際薬膳師試験を目標とされている方は、学院からのお知らせや学院サイトからの情報をチェックしてください。





2019 年度国際中医師資格認定試験 受験者の言葉

今までの学びを通して

国際中医師研究科コース 石井 恭子

私は助産師という仕事をしています。助産師には一般的にお産のイメージが強いと思いますがそれだけではなく女性のライフスタイルに密に関わることができる仕事だと私は考えております。中医学を学んだことで患者様の観察方法が大きく変わりました。そして西洋医学では解決が難しい女性特有の不定愁訴に対して中医学の考え方が応用できるのではないかと考えています。

学ぶ中で難しい内容も多々ありましたが、于爾康先生による解り易い解説により、それが楽しい時間へと変わりました。養生法など勉強になるお話が多く受講する事を心待ちにしておりました。先生、ありがとうございました。

私にとって国際中医師試験を受験したことは学びの総括であると同時に通過点でもあり、次のステージへ進むための貴重な時間でした。これからも研鑽を積み、より複雑化している様々な症状に対して少しでも対応できるようになりたいと思います。

今後も学びを深める中で躓くことがあるかと思いますが、その時は先生方、どうぞご指導ご鞭撻の程、宜しくお願い致します。そして『学び』の環境を提供して下さいました全ての方々に感謝致します。



「中医学は、ただの医学ではなく、哲学や文学の要素が入っているんですよ」という辰巳先生の一言に、ハッとしました。

中医学を学んで迷うことの1つが漢字。とにかく馴染みのない漢字とひたすら孤独に向き合う日々。例えば「補氣」と「益氣」、「補血」と「養血」、「補陰」と「滋陰」などの漢字のオンパレード。なぜこんなに同じような意味の漢字が存在するのか、謎は深まるばかりでした。

その答えを、スクーリングの最初に聞くことができたわけです。その答えは衝撃でした。まさか中医学に文学の要素が入っているなんて考えたこともなかったからです。

「補血と養血は同じ意味で使いますが、養血という文字は、羊を食べるという文字からできています。小さな羊を食べると元氣になったからこの文字がある。補血という字に比べ、より具体的に何を食べるべきかを示している字になります。より生き生きして分かりやすいのです」というような辰巳先生の説明を聞いたとき、先生のふんわりとした雰囲気も相まって、それまで苦しめられてきた漢字が、めんどくさいの一言から面白い！に変わった瞬間です。このような気づきを実際に学ぶことが出来ることもスクーリングの醍醐味です。教科書に載っている料理一つとっても、先生の熱意や、お人柄を感じながら作ると同じ料理でも生き生きとします。みんなで作ると、会話が生まれ、笑いが起こり、楽しかった記憶が残ります。修行のように提出する小テストも、添削してくれる先生方の顔が分かると、もう少し丁寧な字にしようなどと思ったり。

たった3日間のスクーリングですが、それまでの孤独な通信講座が、生き生きとした学びに変わる貴重な時間になりました。

今回スクーリングして思うこと

中医薬膳師通信教育コース 柴口 実菜子

スクーリングの受講タイミングは早い方がよい

中医薬膳師オンラインコース 山本 晋

私は今年の4月より学習をスタートしたオンライン受講生です。オンラインは自分のペースで学習できる反面、自分に甘くなってしまう、勉強が進まないという落とし穴が存在します。すぐに私も穴に落ちてしまい、送られてきた“スクーリング”の案内も、「面倒くさい」が正直な感想。しかし、必須科目です。悩んだ挙句、「嫌なことは先に済ませよう」と申し込みました。

結果的に、このタイミングで受講したことは非常に良かったと思います。私の学習進捗はお粗末な段階でしたが、先生の解説がわかりやすく、薬膳の全体像が見えた気がしました。もちろん、授業内に全てを覚えることはできませんが、それでも一人で勉強するより頭に入ったと思います。

参加者は同じ目標を目指す同志という感じがしました。遠方からのご参加、中には海外から参加されている方もおられ、学習を始められたキッカケは個々様々ですが、どなたも非常に真剣に取り組まれているということ、それを目の当たりにするだけでも十分な刺激になりました。

さらに得られたモノは、授業の雰囲気と勉強した感覚です。今後は、自分で学習を再開しなければなりませんが、この感覚を思い出すことで、さぼる落とし穴を避けることができそうです。通信系で学習されている方は、“スクーリング”を早めに受講されること、オススメです。

公開講座『～がんの中医学養生～』

2019年8月31日(土)

今年度から新たに始まった公開講座「活躍する本草生シリーズ」。記念すべきシリーズ初回は、中医薬膳師コース第5期卒業生の高田理恵先生に講師を務めていただく『がんの中医学養生』です。

講義は前半・後半に分かれ、発症しやすい人の特徴やがん細胞のメカニズム、実例を挙げながら養生によってどのように回復していったか等をお話いただきました。また、各種漢方薬がどのような働きをするか、心のケアについて、どんな食材・メニューが推奨されるかも具体的に解説くださり、講義の合間には先生のフルート演奏も披露いただき、質疑応答も含め充実した3時間でした。

定員数を大幅に超えた受講生が集まった本講座でしたが、ご参加いただいた皆様からは早くも次回開催を熱望する声が寄せられています！



祝☆卒業！北京旅行記



毎年4月に開催される国際薬膳師(士)試験合格者の方々には、学院と中国薬膳研究会(中国北京)等の団体との共同主催で行われる中国訪問研修に併せて、国際薬膳師合格証書授与式を執り行っています。

残念ながら今年度は開催が見送られましたが、大阪教室第4期卒業生の高山貴子さん、山本典子さんがご自分たちで北京旅行を計画されました(*^*)お二人の旅の旅行記をご紹介します♪

薬膳料理・地元飯、食い倒れの旅～in 北京

大阪教室第4期生 山本 典子

国際薬膳師(士)の試験も終わり、「本場の薬膳料理を食べたい。どんな風に養生しているのか知りたい!」と楽しみにしていた研修旅行は敢えなく中止。諦めきれない私と「行こう」と言ってくださったのが高山さんです。

快晴の北京に到着です。入国手続きを済ませウロウロ。その時、辰巳洋先生と偶然、空港でお会いしたのです。北京にいられているとは全く知らず、奇跡的な出会いに大興奮。宿泊先まで送って頂いた道中は楽しい時間でした。

旅の目的は、地元飯と北京中医薬大学内の「中医薬博物館」の見学と郊外にある中国医学科学院薬用植物園内の薬膳料理レストラン「中衛御苑福膳」で薬膳料理を頂くことです。

「中医薬博物館」は医史部と中薬部の2つに分けて展示されています。医史部には歴代の医薬文化財や書籍が収蔵され、少数民族も含めた中国医学の成果が再現されています。

中薬部には常設展示で600種、1,500の薬用の標本が展示され、他に薬用動物の剥製や薬用植物の写真が展示されています。また、一つの中薬で産地の違いや、炮製の違いで展示されていて参考になりました。

昼食は学食で頂き、ちょっと学生気分です。北京の味「甜麺醤」で味付けされているものが多く、初めて食べるお料理ばかりでした。

薬膳料理レストランで提供されるお料理には、植物園で栽培された薬草を使用されていたり、霊芝を使った「霊芝蛋黃卷」(扶正固体・養心安神)は1ヶ月、塩水に漬けた卵の卵黄を豆腐をシート状にしたものに、霊芝の粉末を掛け包んで蒸したお料理を頂きました。

中国には食を大切にする。という考えが薬膳以前に根付いていて、薬膳の考えも日常にあり、驚くことが多い旅でした。



薬膳との縁に感謝

大阪教室第4期生 高山 貴子

5月27日から4泊5日で北京に行き、本場の薬膳の世界を堪能してきました!この時期本来は、学院の中国訪問研修中のはずでしたが、今年は最少催行人数に達せず中止となったので、大阪教室同窓の山本典子さんとリベンジしようと計画したのです。

まずは、薬膳レストラン「中衛御苑福膳」。北京でも薬膳専門店はここだけとあって、中薬を使った料理がズバリ。メニューには料理名の下に「扶正固本 養心安神」とか「清熱涼血 滋補肝腎」と書かれてあり、もう興味津々。私たちは霊芝と塩漬卵黄を使った「霊芝蛋黃卷」やアロエのフライをトマトジュースの飴でからめた「茄汁蘆薈」、鹿肉とユリ根を炒めた「天麻百合鹿肉片」など5品を選びました。

「霊芝蛋黃卷」は塩辛いけど黄身のコクがくせになる味。「茄汁蘆薈」はプルプルしたアロエフライに飴がマッチし、「天麻百合鹿肉片」は鹿肉が軟らかく、あっさり塩味でとても美味。どれも薬臭さはまったくなく、普通においしい!中華料理でした。もともと北京薬用植物園にあったお店(今は移転)なので、使用される食薬は全て薬用植物園で育てたものだそうで、その点も安心です。

さらに街を歩けば、中国の人々の生活にいかにか薬膳が溶け込んでいるかを発見。「稻香村」という老舗のお菓子屋さんでは山査子、茯苓、大棗、緑豆、松の実、胡桃、杏仁などの食薬を使ったお菓子がたくさん。最古の中薬薬局「同仁堂」はコンビニくらいの店舗数と身近さであちこちに。書店では薬膳料理のレシピ本、中医学の古典や解説本、中薬の植物図鑑などが所狭しと並び、二人とも興奮状態で買い漁ったのは言うまでもありません。

そして極めつけは、北京に着いてすぐ、空港のトイレで辰巳洋学院長にばったりお会いしたこと!羽田からの先生と関空からの私たちが。異国の地に着いたばかりで心細さマックスだった二人の前に、今一番お会いしたかった方が。大感激の私たちをホテルまで送り届けてくださり、薬膳のご縁に心から感謝した旅でした。





連載「薬膳よもやま話」シリーズ No. 1

公開講座回顧録「薬膳に使用できる中薬と薬事法」②

講師 高橋直子

前号に続き、高橋直子先生を講師にお招きした公開講座(2017 年度)の内容をお届けします。

『薬膳に使える中薬について—薬事法の観点から—』

法律からみた食品とは、医薬品とは

高橋直子先生プロフィール

東京理科大学薬学部卒業

蒲谷漢方研究所

薬剤師／国際中医専門員 A 級

3. 無承認無許可医薬品情報 → <http://www.mhlw.go.jp/kinkyu/diet/musyounin.html> (厚生労働省 Web サイト「政策について」URL)

上記サイト内にて閲覧できる参考資料(関連通知)の内容は下記の表になります。

●無承認無許可医薬品の指導取締りについて

●無承認無許可医薬品の監視指導について

参考資料

無承認無許可医薬品の指導取締りについて

医薬品の効能効果を標ぼうしない限り医薬品と判断しない成分本質(原材料)リスト抜粋 2017.7.3 現在

名称	他名等	部位等	備考
イズイ	アマドコロ/ギョウチク	根茎	
ウイキョウ	フェネル	果実・種子・根・葉	
ウコン		根茎	
エビスグサ	ケツメイシ/ケツメイヨウ	種子・葉	
オウセイ	ナルコユリ	根茎	
オタネニンジン	コウライニンジン/チョウセンニンジン	果実・根・根茎・葉	
カンキョウニン	アンス	種子	クキョウニンは「医」
カンゾウ<甘草>	リコリス	根・ストロン	
キクカ	キク	頭花	
キクラゲ		子実体	
キンギンカ	スイカズラ/ニンドウ	全草	
キンシンサイ	ヤブカンゾウ	花・若芽	
キンモクセイ		花	
クコ	クコシ/クコヨウ	果実・葉	根皮は「医」
クワ	ソウジン/ソウヨウ/マダマ	葉・花・実(集合果)	根皮は「医」

専ら医薬品として使用される成分本質(原材料)リスト抜粋

2017.7.3 現在

名称	他名等	部位等	備考
インヨウカク	イカリソウ	全草	
オウギ	キバナオウギ/ナイモウオウギ	根	茎・葉は「非医」
カシュウ	ツルドクダミ	塊根	茎・葉は「非医」
カクコン	クズ	根	種子・葉・花・クズ澱粉は「非医」
キョウニン	アンス/クキョウニン/ホンアン	種子	カンキョウニンは「非医」
ゴボウシ	ゴボウ	果実	根・葉は「非医」
ゴミシ	チョウセンゴミシ	果実	
ジオウ	アカヤジオウ/カイケイジオウ	茎・根	
ジコッピ	クコ	根皮	果実・葉は「非医」
シャクヤク		根	花は「非医」
シュクシャ	シャジン<砂仁>/シュクシャミツ	種子の塊・成熟果実	シャジン<沙参>の根は「非医」
センキュウ		根茎	葉は「非医」
ソウハクヒ	クワ/マダマ	根皮	葉・花・実(集合果)は「非医」
タンジン		根	葉は「非医」
トウキ	オニノダケ/カラトウキ	根	葉は「非医」

無承認無許可医薬品の監視指導について

(法の目的)

法は、医薬品の使用によってもたらされる国民の健康への積極的、消極的被害を未然に防止するため、医薬品に関する事項を規制し、その品質、有効性及び安全性を確保することを目的としている。医薬品を製造販売しようとする者は、その医薬品について承認を受ける必要がある(その物の有効性及び安全性を確認するために必要である。)、その有効性及び安全性が確認された医薬品を製造しようとする者は、製造所ごとに許可を受ける必要がある(承認された物を承認されたとおりに製造できるような人的物的要件を確認するために必要である。)。また、医薬品を販売しようとする者は、販売業の許可を受ける必要がある。これら必要な承認・許可を取得していない医薬品は、無承認無許可医薬品として取り締まらなければならない。



エビスグサ



クコ



オウギ

4. 薬機法の規制対象と広告・表示規制

(承認前の医薬品、医療機器及び再生医療等製品の広告の禁止)

第六十八条(抜粋)

何人も、...医薬品若しくは医療機器又は再生医療等製品であつて、まだ...承認又は...認証を受けていないものについて、その名称、製造方法、効能、効果又は性能に関する広告をしてはならない。



「本草つうしん」最新号(65号)は学院サイト内、新着情報からもご覧いただけます。

HP・ブログ等を持っている方で、本草薬膳学院のサイト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ください。)

本草薬膳学院 HP <https://www.honzou.jp/>

