



祝辞

中医薬膳師第 32 期土日コース 講師 安里清子

第 32 期生、通信教育・オンラインコースの皆様、ご卒業を心よりお祝い申し上げます。

今年は世界的な新型コロナウイルスの蔓延のため、学院では三密を避けるため授業は3月～5月迄は休校となりました。6月～10月授業は再開されましたが皆様方は日常生活が不安の中での勉強は大変だったと思います。そして、卒業は1カ月遅れとなり、卒業式や懇親会は例年通りに挙行することが出来ませんでした。卒業証書は辰巳学院長からではなく、郵送となり異例づくめの年になりました。

新型コロナウイルスはまだ未知の部分が多く、治療法も確定していない中で、予防としては基本の感染症対策を行なうことがよいと言われています。まずはじめに、感染を避けるには自分の持っている免疫力を高めることが大事です。次に正気を強くし邪気の侵入から体を守り、そして免疫力を高めるには補気作用のある食薬を取り入れます。

更に中医学で学んだことを日々の食事にかかして頂きたいと思えます。そしてこれからも上をめざして継続して学ばれることをおすすめします。学院でお会いする事を楽しみにしております。

最後になりますが、皆様方のご健康と益々のご活躍を祈念致しまして、お祝いの言葉と致します。皆様、ご卒業おめでとうございます。

この秋までに通学・通信教育・オンラインコースを修了した学生様を対象とした中医薬膳師資格認定式・卒業式は、前号でも掲載しました通り、やむなく中止させていただきましたこととなりました。学習に励まれ、研鑽を積まれてきた卒業生の皆さまにとって、その節目である卒業式を楽しみにされていたことと存じます。また講師・スタッフにとっても、卒業式は重要な行事でありますので、極めて難しい判断となりましたが、皆さまの健康と安全の確保のため、そして薬膳を通じて心身の健康・疾病予防を目指す学院として、感染拡大を防ぐ社会的責任という観点を重んじてのことと、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

お祝いを直接お伝えすることがかなわず、たいへん残念ですが、卒業生の皆さまのこれからの活躍をご期待申し上げます！

2020年度 秋期卒業生へ

2020 年秋期卒業生名簿

(50 音順、敬称略)

32 期土日コース (17 名)

上田りえ	太田雅子	大塚明美	梶田裕深	鎌田史枝
鴨志田佑衣	佐藤美紀	須賀千明	杉浦さや香	高田 恵
千葉真由美	林田由希	古畑小枝	穂崎隆広	本田文子
三橋英子	吉田由加			

通信教育コース (14 名)

伊藤幸子	井本美絵子	小塚千雪	笹島智子	志方每夕子
田底俊二	徳永美希	濱亜佐子	深海 充	松下志のぶ
宮本恵子	森田祐美子	山田千草	高橋清美	
木田裕美子	田畑裕子	バ イマン ヒロ	濱田しのぶ	

オンラインコース (4 名)

木田裕美子	田畑裕子	バ イマン ヒロ	濱田しのぶ	
-------	------	----------	-------	--



答辞

中医薬膳師第 32 期土日コース 三橋英子

今年度は新型コロナウイルスによる大変厳しいなか、第 32 期の皆様と一緒に卒業できましたこと、大変嬉しく思います。また学院長をはじめとする諸先生方、職員の皆様には、このコロナ禍で大変ご苦労のあったうえでの卒業となりました。心から感謝申し上げます。

数年前、義父が肺がんのため入院を繰り返すことになりました。義父の一番の楽しみは「食」でした。私のつたない料理をいつも美味しい、美味しいと言ってくれました。介護ではなく楽しく料理をした思い出ばかりでしたが、日がたちますごとに、もう少し料理のほうで何かできたのではないかと、思うようになり薬膳の本を何冊か読みました。もし薬膳料理を義父に作ってあげていたら身体も心も少しは和らげられたような気がいたしました。薬膳を学ぶきっかけでした。

基礎となる中医学を学ぶうち、食材と中薬を組み合わせることや、臓腑との関係、免疫力を高める食材など、様々な症状に適した食材や食べ方があることを知り、改めて薬膳の奥深さに驚きました。

学院長が「新型コロナウイルスと付き合いながら生きていきたいと思います。今こそ薬膳！中医学を学び、中医学、薬膳学などの知識をしっかりと身につけて、病気にならない元気な身体を作りましょう！」とお言葉をくださいました。コロナウイルスに負けない元気な身体をつくり、「100才時代」をむかえたいと思います。



去る2020年10月18日(土)、第32期中医薬膳師コース生の卒業実力テストが実施されました。学生同士で力を合わせて取り組む症例分析と薬膳レシピをグループ発表するこのテストは、これまでの学習成果を発揮する重要なものです。

学習面ではもちろん、コロナウイルスの影響を大きく受けた32期生の皆様は、共に様々な困難を乗り越えてきただけあって、強い絆を感じさせる仲の良いクラスでした！発表時も教室からは笑い声が漏れ聞こえてきていました。

また、残念ながら秋期卒業式は中止となりましたので、卒業制作品の試食を兼ね、卒業祝いの食事が開かれました。この1年間で一番美味しい薬膳料理だったことでしょう！

学んだ知識が皆様の生活に役立てられますよう、今後のご活躍を心よりお祈り申し上げます。

第32期中医薬膳師コース
卒業実力テスト実施！



サクサク豚レバー地黄3色ソース

貝柱のみるく粥

～地黄ほうれん草あんかけ～



華佗
Kitchen

米粉キッシュ

鶏肉のチョップドサラダ



茉莉花

百合根とトマトの彩りスープ

牡蠣の味噌風味和風グラタン



天人合一

中 医 薬 膳 師 第 34 期 土 日 コー ス が 開 講 し ま し た

2020年11月21日(土) 本草薬膳学院東京校

開講初日を迎えたこの日、コロナ禍にある今こそ薬膳の力を！という意欲に満ちた学生様18名が学院に入学されました。

事前に授業見学にお越しただいて面識がある方の入学者様が多いクラスだからか、初日から学生様同士の打ち解けた雰囲気伝わってきました。また、薬膳を即実践しようと、ご家庭での復習のため早速食薬を購入して行かれた方もいらっしや、学院での本格的な学びに意欲を燃やしている様子です(^_^)

病気にならない体づくりのためにと、治未病を基本とした中医学の知識が着目され、改めて日々の食事の在り方が見つめ直されています。薬膳のスペシャリストへの第一歩を踏み出した皆様を講師・スタッフ一同、しっかりとサポートして参ります！



教室紹介

～広島教室～

この6月、本学院の広島教室が新設され、11月下旬には第14回目まで授業が行われています。今回は広島教室第1期生からいただいたメッセージをご紹介します！入学を決めた経緯や薬膳に対する思い、授業を受けてみてどのように感じているかを語っていただきました。



大切な人たちと幸せに生きるために

中 医 薬 膳 師 コー ス 広 島 教 室 第 1 期 生 國 本 祥 子

私は、栄養士の資格を取ったのち、20年ほどパティシエの仕事をして自身の店を構え、お菓子作りで地域の人たちの幸せに貢献したいと思い続けてきました。

だんだんと年齢を重ねていくたびに、周囲の大切な人が病気のためにそれまでの生活ができなくなってしまったり、食事制限しなくてはいけなくなったりというケースを目の当たりにすることが増えてきて改めて食材が体はどう影響するのかを考えるようになりました。

それから数年間フランスで暮らすことになり、多様な食文化、たくさんのお料理に接する機会に恵まれました。健康志向な食事が盛んでマクロビオティック、ビーガン、ベジタリアン、薬膳などいろいろな種類の食事方法に出会いました。中でも未病に対してアプローチする中医学、薬膳の考え方にとても興味を持つようになり、帰国してから知人の勧めもあり、本校のHPを見たところ広島校が今年開設されるという情報を知り迷うことなく入学を決めました。

しかし実際授業を受けてみると甘くはなく、知っている西洋医学の知識とは時に全く違う捉え方や、耳慣れない言葉を覚えるのが大変でしどろもどろですが、勉強していくうちに自分自身に起こっている小さな不調や違和感があるか原因や対処法を知ることができても興味深いです。

まだまだ学び途中ですが、ゆくゆくはこの薬膳の知識を得てお菓子作りに活かして、自身も含めて周囲の人たちと元気に健やかに過ごしていきたいと思います。



2020年度国際薬膳師(士)・国際薬膳調理師資格認定試験 合格者一覧

国際薬膳師・国際薬膳調理師(31名)

【東京都】	石川裕子	伊東由美	今井有紀	河村 直	窪田まなみ	楠本香織	竹迫朋美
【東京都】	松田亜希子	南 桂子	叶 志恩	山川麻子	吉富仁規	李 敏京	喜多万希子
【埼玉県】	高橋智美	翟 薔	頼仲代央子	【千葉県】	中尾真弓	【栃木県】	小平佳子
【埼玉県】	青柳容子	多羅尾綾子	新田玲子	【愛知県】	川口真理	國廣郁美	鈴木寛和
【大阪府】	井出百合子	河畑摩希	百田奈未	【兵庫県】	大原知子	【香川県】	徳永美希
【高知県】	和田由女						

50音順、敬称略

国際薬膳師(43名)

【秋田県】	川村菊美	【東京都】	浅井優香子	安達亜矢子	安蒜恵美	大谷日佐子	田中正子
【秋田県】	坪井智子	古屋由美子	三上洋子	宮内清美	横山理枝	【神奈川県】	北林佑希恵
【秋田県】	草柳友貴	萩之内昌子	水本絢子	宮口玲子	若尾 恵	【千葉県】	今関陽子
【秋田県】	大岩規子	河内美穂	柳原 愛	脇本浩子	【埼玉県】	小林良子	澤井結香子
【秋田県】	関口静流	【山梨県】	玉田莉穂	柳野千菜美	【大阪府】	奥野恵津子	角野心哉
【秋田県】	河野あや	氏家好美	【滋賀県】	萩野千菜美	【大阪府】	杉山伸子	佐藤武史
【兵庫県】	佐藤順子	佐藤友香	【京都府】	黒川京子	【奈良県】	大坪智子	合田明美
【兵庫県】	吉田法子	【岡山県】	服部妙子	【広島県】			
【アメリカ】	泉かおり						

9月初め、中国薬膳研究会(北京)より、国際薬膳師(士)資格認定試験(8月開催)の可否が正式に決定され、合格者の資格証書が学院に届きました。これをもって、正式に国際薬膳師資格の付与となります。合格者の皆様、改めておめでとうございます！

2020年度 秋期スクーリングが行われました

10月23日(金)・24日(土)・25日(日)

コロナウイルス感染拡大の影響を受け、夏期スクーリングは延期、秋期スクーリングは感染症対策を徹底し、定員を半数に絞っての開催となりました。今回は関東圏にお住まいの方を中心に、中部、関西、ニューヨークからの学生様を含めた合計18名がご参加くださいました。

3日間にわたるスクーリングでは、座学授業を辰巳洋学院長と通学コース担当講師の平尾安基子先生、猪俣稔成先生が直々に交代で行ってまいります。後半の実習は松本しず子先生のご指導のもと調理実習を行い、3種のテーマの薬膳料理を作ります。試食は会食形式を避けて行いましたが、順番に自己紹介をしていただき、薬膳に対する思いを共有しあえる場となりました。

学習を独力で進める中では、いまいち要点が掴めず、理解を深められない点も、直接質問できたことで疑問が解消されたとの感想が多く寄せられました。授業内容についていけない部分もあり、改めて知識不足を感じた方もいたようです。

今回の参加が良い刺激となり、励まし合える仲間もできたことで、今後の学習意欲につながっていくことを願っております！受講生の皆さま、スクーリング受講をもって修了された方も、引き続き薬膳の勉強がんばってください！



謎が解けた

中医薬膳師通信教育コース 元木剛

私は、中国料理の料理人をしていました。以前から料理に生薬をよく使いました。より説得性があることから通信教育で薬膳コーディネーターを学びさらに知識を深めるために本草薬膳学院で中医薬膳師を目指しています。

しかし、中医学が難しい、仕事柄、中国文化や料理の考え方など理解しているつもりでしたが実際、証を立て、立法を考え、となると参考書を読んでも理解に苦しんでいました。今回スクーリングを受講し先生方の解説で謎が少し解けて行きました。参加されている方々も皆さん真剣に取り組まれていて、先生からの問いに答えていました。私はだいぶヒントをもらいましたが。

実習では楽しく進められ、3日目には調理器具の場所も解りスムーズに調理することが出来、会話も弾みました。男性が私だけで、孤独を感じるのではと思っていましたが、多くの方に声をかけていただき、共感し合えた事で、今後の1人勉学の励みになると思います。

辰巳先生が最後に「基礎さえしっかり理解していれば難しいことはありません。」と言われた言葉が印象に残り、スクーリングで謎が解け、基礎を理解して行く事で難しいから、楽しみに変わるような気がします。

ご縁に恵まれたスクーリングに参加できたことに感謝

中医薬膳師オンラインコース 濱田しのぶ

二十四節気の霜降に切り替わった10月23日から25日までの3日間、秋期スクーリングに参加させて頂きました。初日には参加者全員の自己紹介の時間がありました。一流シェフ、医療関係者、レストランや料理教室の経営者等、私以外の参加者は、長く仕事に従事され、仕事に薬膳を取り入れたいという意識の高い参加者でした。秋の五志は、悲・憂、きつとそのせいもあったと思いますが、少し気分が落ち込んでしまいました。しかし、午後には食べた薬膳のおかげでしょうか？翌日にはすっきり、前向きな刺激に変わり、「皆さん、凄い！私も頑張ろう！」という気持ちで教室に入ることが出来ました。

3日間、辰巳先生、猪俣先生、平尾先生、松本先生が、教科書を読むだけでは理解しにくいところを講義中だけでなく、休憩時間まで私たちの質問に熱心に対応してください、文字だけのやり取りでは理解できなかった内容を分るまで教えてくださいます。最終日は、ちょうど旧暦の九月九日の重陽の節句で、菊の花の入った薬膳茶を飲みながら、これからは皆様と長く連絡し合いたい、学習を深めていきたいと思えました。先生方、皆様のおかげで、とても充実した3日間を過ごせました。本当にありがとうございました。



2021 年 年間予定

1 月 29~31 日	冬期スクーリング(通信生・オンライン生対象)	4 月 03 日	大阪教室 7 期土日コース(毎月第 1 土・日曜日)
2 月 26~28 日	春期スクーリング(通信生・オンライン生対象)		名古屋教室 4 期(毎月第 1・4 土曜日)
3 月 07 日	大阪教室 6 期土日コース実力テスト	06 日	35 期中医薬膳師平日コース(毎月第 1・3 火曜日)
12 日	福岡教室 6 期実力テスト	07 日	大阪教室 7 期平日コース(毎月第 1・3 水曜日)
14 日	33 期土日コース実力テスト	08 日	福岡教室 7 期(毎月第 2 木・金曜日)
16 日	33 期平日コース実力テスト	10 日	35 期中医薬膳師土日コース(毎月第 2 土・日曜日)
26 日	広島教室 1 期実力テスト	15 日	広島教室 2 期(毎月第 3 木・金曜日)
27 日	名古屋教室 3 期実力テスト	5 月 29~30 日	国際薬膳師(士)資格認定試験 (アットビジネスセンター東京駅八重洲通)
31 日	大阪教室 6 期平日コース実力テスト	6 月 04 日	国際薬膳師(士)資格認定試験追試 (本草薬膳学院 教室)
4 月中	国際薬膳師(士)資格認定試験受験対策講座	9 月 19 日	34 期土日コース実力テスト
		10 月 16 日	36 期中医薬膳師土日コース(毎月第 3 土・日曜日)

※予定は事情により変更することがあります。

※通信教育・オンラインコース生対象、夏期・秋期・冬期スクーリングの開催予定は別途お知らせいたします。

※国際中医師試験日程は決定次第、ご案内いたします。



★祝 開店!

卒業生・三上康介さん(中医薬膳師第 9 期土日コース)

薬膳ダイニング『銀座しんのう』

オーナーシェフを務める三上さんは学院を卒業・中医薬膳師取得後、2009 年 国際薬膳師取得、2015 年 国際中医師を取得されました。また、2009 年に北京で開かれた薬膳料理コンテスト「第 5 回国際養生烹飪大賽」では、熱品・冷量・麺点の 3 項目全てで金賞を取得した料理人に贈られる「世界美食薬膳名師」の称号を受賞されました。

お店のテーマは「食によるセルフメディケーション」、中医学の考え方に基づいた、美味しい身体に良い料理を提供しています。約 25 種類の生薬・スパイスを使用した「薬膳キーマカレー」に薬膳ドレッシングを添えた「パワーサラダ」、中華のみに限らない洋風・和風・オリエンタルといった多種多様なメニューが並び、美肌・快眠・疲れ・貧血・冷え性など体調や体質に合わせた約 30 種類の薬酒が味わえます♪

店名の『しんのう』は、中国神話に登場する、医学・薬学・農業などの元祖とされる神農氏から採っているそう。是非、卒業生の活躍の応援に足を運んでみませんか!



【銀座しんのう】

住所: 東京都中央区銀座 3-11-7

電話: 03-6264-3412

営業時間:

11:30-15:00

17:00-24:00 (L.O 23:00)

定休日: 日曜日

席数: 40 席



2021 年度春期学生募集

中医薬膳師(通学)コース

東京本校	平日コース [第 1・3 火曜日]
	土日コース [第 2 土・日曜日]
大阪教室	平日コース [第 1・3 水曜日]
	土日コース [第 1 土・日曜日]
福岡教室	[第 2 木・金曜日]
名古屋教室	[第 1・4 土曜日]
広島教室	[第 3 木・金曜日]

ご紹介いただいた方が通学コースに入学されました場合、些少ながら謝礼いたします。

★通信教育・オンラインコースは随時募集しております★

未病先防! 今こそ薬膳!

2020 年度開講 研究科コース

臨床基礎研究科(東京校・大阪教室・福岡教室)

臨床内科研究科(東京校・大阪教室・福岡教室)

臨床(婦人科他)研究科

方剤研究科

薬膳処方作成研究科(初・中・上級)

弁証論治基礎

国際中医師研究科

応用研究科

単発受講可能なコースもございます。受講希望の方はお問合せください。

「本草つうしん」最新号(69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、本草薬膳学院サイトへのリンクを希望される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/>

