



2021 年春季

## 卒業生名簿

### 東京校第 33 期平日コース (18 名)

相川 杏奈	青木奈津江	池田 由美	重富 恵子	島崎 華子	嶋田 智子	須田 明子	高石 恭子
嵩 光恵	田中 聡子	成瀬 彩	畑中 裕子	原口 愛	間野 れい	南谷 容子	宮崎 香
吉田 直子	渡邊由美子						

### 東京校第 33 期土日コース (14 名)

朝川友加里	朝倉 和子	上田智久子	大田 恵子	大友 優子	大橋友李佳	小井戸遼哉	鈴木 聖代
相馬 優子	田村 美穂	原田 星香	福井 茜	牧野 啓子	山田 陽子		

### 大阪教室第 6 期平日コース (7 名)

岡本 佳乃	神戸 真紀	塩見奈津子	田北 佳子	長岡 美穂	細萱 久美	堀川 拓也
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

### 大阪教室第 6 期土日コース (6 名)

井川 和恵	岩佐 美保	岡村 彩子	田村 佳那	戸毛 典子	藤本 由佳
-------	-------	-------	-------	-------	-------

### 福岡教室第 6 期 (7 名)

柘本ひとみ	中野真由美	永吉 恵	林田 裕子	松浦 雅士	安永 美香	山田千枝子
-------	-------	------	-------	-------	-------	-------

### 名古屋教室第 3 期 (5 名)

内山貴巳子	江崎 友美	酒井 雅晴	鈴木 直美	増山あゆみ
-------	-------	-------	-------	-------

### 広島教室第 1 期 (10 名)

安部倉美知恵	國本 祥子	久保田滋子	小寺 友和	小林 久美	田邊 尚世	新名谷尚枝	深川 美穂
藤貞 展枝	堀江 裕子						

### 通信教育コース (29 名)

青山 楊子	明石由貴子	石井 優子	市川 貴子	内田好土吏	梅津 美紀	遠藤美奈子	大岩 舞
菊田里架子	菊池真奈美	澤田 実	柴田さおり	添田 朋子	滝 沙耶佳	田中 智子	中上 節子
永田 悦子	中山 直美	広瀬由美子	藤田 智子	藤原茉莉子	松山 聖	本田美穂子	前田 尚子
湊 ひとみ	本橋 知子	横田希代美	林 叔瑩	和貝 倫朋			

### オンラインコース (9 名)

小田 純也	河野 尚子	児玉 友美	柴 貴子	高田 佳美	中嶋 晴子	福田佐和子	本城 桂子
ラム・サウ・ミング・ルイサ							

50 音順 敬称略

## 祝辞

中医薬膳師第 33 期土日コース 講師 市川賢二郎

皆さん、卒業おめでとうございます。本当によく頑張りました。皆さんとは新型コロナウィルスによる緊急事態宣言解除後の出会いでした。故に、皆さんとの出会いは、私にとってはとても印象深く、いつまでも心に残ると思います。また、この未曾有のコロナ禍の中にも拘らず通学し、中には遠い九州や北海道からも通学された方もいて、大変な苦労の中で卒業を迎えられたことは、非常に感慨深いものです。

薬膳学は、古代中国から発展してきた医学を基に、考えられた学問です。難解な言葉や意味にさぞや頭を、悩まされたことでしょう。でも、過去から学び、今日のために生き、未来に対して希望を持たせる学問だということを、信じて貰いたいです。そして、この学問は健康長寿を勝ち得る宝物だと思って下さい。でも、皆さんはまだ、この長い歴史の上で発展してきた薬膳という宝を、ほんのちょっとだけ手にしただけだと思います。大きな宝を得るために、更に上を目指して研鑽して行ってください。そして、一人でも多くの人に幸せをもたらす薬膳師になって下さい。これからの益々の発展を祈っております。

**ご卒業おめでとうございます**

33 期通学生並びに通信生、オンラインコースの皆さん、ご卒業おめでとうございます。

100 年に 1 度ともいわれている、疫病邪氣(疫病)の流行の中、慣れない環境のもとで、家事や仕事、子育て、介護など、さまざまな役割を果たしながら勉強を続けることは、とても大変なことだったと思います。それでも本草薬膳学院に入って良かったと思っていただけなら、こんなに嬉しいことはありません。

罹患しないためには、疫病邪氣の侵入を防ぐことと、正気を充実させることが必要です。特に正気を充実させるにはどうしたらよいかというと、疾病予防を中心とする中医学の得意分野です。体内の気・血・陰・陽のどれが不足しても正気を充実させることはできません。一人ひとりに合わせて不足しているものを補いながら、体表に分布して邪氣の侵入を防いでいる衛気を活発にする食薬を摂りましょう。

また、外出できない日が続いて運動不足になると気血の循環を悪化させます。すると気滞や血瘀になりやすくなりますので、それもまた邪氣となつて別の疾病を引き起こします。適度に身体を動かすとともに、理気や活血の食薬も摂りましょう。

しかし卒業したばかりの今の時点では、何を摂ったらいいかわからないという方がほとんどだと思います。中医学の奥深さに触れた皆さんには、少しずつでも活用できるように、これからも引き続き中医薬膳学を学ぶことをお勧めし、お祝いの言葉とさせていただきます。

中医薬膳師第 33 期平日コース 講師 平尾安基子





## 答辞

中医薬膳師第33期平日コース 畑中裕子



家族の定年を機に、東京から信州の小さい町に移住して2年目。家から学院まで片道3時間、往復6時間かけての通学。最後まで通い続けることができるか、とても不安でした。授業が始まった6月、学院に向かうために乗った始発電車には、1車両に私だけという時もあり、コロナ禍の深刻さを目の当たりにしました。

食べるものがその人の性格を作り、その人の人生を作っていくという事に気が付いて10年余り。できるだけ薬やサプリ、お医者様に頼らず、体のバランスを保つ食生活を心がけてきましたが、コロナウィルスが世界に蔓延拡大していく中で家族や自分の健康を守るためには、さらに高度な考え方、智慧を身に着けなければという危機感が強くなり、東京に行って薬膳を学ぼうと決心しました。

学院では、頭で学ぶだけでなく、実際に料理して食することで体の変化を体感できるという大切さを強く実感しました。緻密に考えられた学習課程、院長をはじめ先生方の絶妙な教え方、事務局の皆様の笑顔と細やかな心配り、そして第33期の皆様の高い志と熱量に支えていただき、なんとか卒業というゴールにたどり着くことができました。心より深く深く感謝申し上げます。

数十年前、家族の仕事の関係で北京に在りました。公園でゆったりとした動作で太極拳をしている人々を目にしたり、薬膳レストランに行ったりもしましたが、あの頃の私は薬膳に全く関心を持つことがありませんでした。しかし、人生の第二幕の始まりに薬膳を選択したことを、とても興味深く思います。物事は変化していきます。然るべき時に学び、然るべき人に出会い、行くべき道に行く。「地天泰」のような心持でこれからも臨みたいと思っています。本草学院での一年間はとても充実した一年でした。本当にありがとうございました。



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、2021年3月に予定しておりました資格認定式・卒業式は中止することとし、例年式典で授与しております証書は、記念品の贈呈と併せ、発送にて、卒業生の皆様にお渡しさせていただきました。立派な中医薬膳師となった皆様をお祝いして送り出す卒業式の中止は、断腸の思いではありましたが、皆様のご理解・ご協力を賜り、誠にありがとうございました。

これまで経験したことのない公衆衛生危機である厳しい状況の最中、学習に取り組み、卒業を迎えられ、改めて皆様の努力と勤勉さに敬意を表します。学院の学びを通じて得た知識、体験・経験したことを大きな財産とし、新たな道を歩んでいってください。

皆様は学院にとっての大きな誇りです。是非、中医学・薬膳学をご自身のためはもちろん、社会生活にお役立ていただき、皆様のご活躍を祈念しております。



## 2021年春期スクーリング開催

2月26・27・28日 本草薬膳学院東京本校

通例、夏・秋・冬期で開催されるスクーリングですが、新型コロナ感染拡大により、20年6月の夏期開催の中止・各期の定員削減等の措置をとったことを受け、21年度に限り春期スクーリングを追加実施することといたしました。また緊急事態宣言期間内であったため、冬期スクーリングに引き続きZoom配信によるオンライン開催となりました。

スクーリングは、講師による直接講義と調理実習での五感を使う学びの場、また受講生にとって仲間作り・人脈を広げる場ともなる貴重な機会であり、対面授業を行えないことは悔やまれましたが、受講生の安全を考慮しての特例的対応でした。画面越しの講義、デモ形式での調理実習、前例にない方法での実施に不安もありましたが、受講生の方々には高い満足度を得ていただけました。

こちらで紹介する受講生からの感想文のほか、「教科書を読むだけではピンと来ない箇所も、先生のお話や図を使っただけで頭に入りやすかった。」「一人で学習していた時は知識が分散していたが、授業を受けて統合されたように感じる。」など、今回受講して良かったとの声が学院まで寄せられました。

