

病気になる前の健康維持を考え、薬膳を知り、たどり着いた本草

2022.08.02

飲食関係

国際中醫師研究科コース 卒業



当学院:簡単な自己紹介をお願いします。

三上さん:中医薬膳師第9期土日コース卒業生の三上康介(みかみ こうすけ)です。薬膳Dining&Bar銀座しんのうのオーナーをしています。

2009年に国際薬膳師を取得し、2015年に国際中醫師の資格を取得しました。

辰巳学院長からお声がけいただいで参加した「第5回国際養生料理コンテスト(長城杯)」(開催地 中国河北省)にて、世界美食薬膳名師の称号を受賞しました。

当学院:薬膳を学ぼうと思った動機、きっかけを教えてください。

三上さん:料理の専門学校を卒業し、老人保健施設に入社。腎炎食や糖尿食などの病院食に携わりながら約10年勤務いたしました。直接入所者の声を聴く機会が多かったため、塩分や糖質制限のある食事の物足りなさを聴いていくうちに、病気になってからの食事制限による健康維持ではなく、病気になる前に健康を維持することはできないのかと考え始めました。そこで栄養士に「薬膳」の存在を教えていただき興味をもちました。



地元岩手からの通信教育も考えましたが、どうせやるなら直接触れながら勉強したほうが身になりやすいと一念発起し、通学するために上京。病院食しか作ることがなかったのがなかったので本草薬膳学院に通う一方、料理の勉強をするために様々なジャンルの飲食店に勤務しながらの二足のわらじで習得に励みました。

当学院:日本に薬膳を学ぶ学校は増えていますが、中でも本草薬膳学院を選んだ理由、学院ならではの魅力は何ですか。

三上さん:当時は薬膳の資格を取得できる場所があまりなかったため、インターネットで調べると「本草薬膳学院」がすぐに検索でき、薬膳だけではなく国際中醫師など東洋医学を幅広く学べるのも大きなメリットだったので決めました。



当学院:学習の中で最も印象深かったことはどんなことですか。

三上さん:やはり2009年北京で行われた「第5回国際養生料理コンテスト(長城杯)」に出場したことが大きな学習であり経験でした。慣れない場所で数か国の参加者が300名ほど集い、各々のオリジナリティあふれるメニューに触れることができ、いい刺激になりました。国際薬膳師試験の直前でバタバタしましたがその後の活動の大きな原動力となりました。



当学院:本草薬膳学院で学んだことを現在どのように活かしていますか。また、今後こういった活動をしていきたいですか。

三上さん:おかげさまで「薬膳Dining&Bar 銀座しんのう」をオープンすることができました。

今後は更に店舗を發展させ、中医学や食だけではなく、西洋医学や日常生活など様々な角度から健康に携われるような拠点として多くの方々を知っていただき、拡大していきたいと思っております。

