

祝つうしん卒業

東京校・福岡教室 実習担当講師 河村彩子

ご卒業おめでとうございます。

学院での学びが、皆様にとって有意義なものでありますよう、またよい思い出となりますようお願いしております。

過日皆様は中医学に基づく正しい薬膳学を学ぶため、ここに自身の種をまきました。しっかりと根を張って、多くのことを吸収しましたか？ 小さな芽は、揺るがない幹へと育ちましたか？

忙しい時間をやり繰りして、たくさん難しい言葉や概念を、苦勞して学びましたね。本当に理解できるようになるのかな、薬膳をちゃんと作れるようになるのかなと不安にもなりましたね。ですが、成果がまだまだ現れてこないこの期間の、地道な努力こそが先々の成果を得ることを、私は見てきました。

ご卒業を迎えられた皆様は、もう枝葉を伸ばす準備は整いました。これからはそれぞれのフィールドで次々と見事な花を咲かせてください。そして多くの実りをも得たならば、その恩恵を他の人たちと分かち合ってください。

歴史的なパンデミックを経て、自身の命や健康を守るには、自身の意識や知識を高める必要があると多くの人が感じています。今後ますます注目される薬膳学界での、皆様のご活躍をお祈りいたします。

がんばってくださいね！

※「卒業生の言葉」は6頁に掲載されています。

卒業生名簿

東京校第41期 平日コース (28名)

伊東美樹 稲葉由紀 奥川 舞 榎木鹿乃子 亀田さおり 川中亜希子 北村美子 小林晴美
酒井 好 篠塚涼子 田崎孝美 田嶋直美 谷尻直子 多比羅淑子 長縄裕子 永吉政敏
長谷川真希 早川悠珠 深川摩耶 深田淑恵 堀川智恵子 水垣範子 森田悠子 宿岩富士子
吉澤弥生 吉本知加 渡部美紗 匿名希望

東京校第41期 土日コース (23名)

青田季実 新井洋子 石毛幸子 岩谷晶子 内田直代 遠藤さおり 大野純子 倉島美奈子
黒川美和 齊藤敦子 坂入美妃 茂野誠一 島田千恵 菅原麻子 鈴木彩子 谷 有紀
内藤加奈 長尾明子 西澤希育美 平塚 薫 丸山陽子 持田亜希子 山田恭子

大阪教室第10期 平日コース (14名)

大竹紀代子 小田一美 児玉 光 小西正恵 櫻井淳子 佐藤香苗 瀬口宏美 田中香織
藤井麻衣 藤井満利子 二村晶子 松田知枝美 八島明美 山崎理恵

大阪教室第10期 第1土日コース (14名)

粟生由香 石橋総子 加藤ゆかり 久保住江 櫻井 綾 高田麻衣 津高知子 七瀬光美
林 保里 廣崎知佳 福地文月 山辻幹子 吉澤由枝 匿名希望

大阪教室第10期 第3土日コース (10名)

大澤文子 小澤美砂 杉本依子 塚本 瞳 辻野智子 徳満貴子 溝口麻玲 宮下千穂
吉田やよい 脇田和美

福岡教室第10期 (4名)

牛島憧子 馬場佳代 三浦雅子 宮崎瑠南

名古屋教室第6期 (21名)

青柳里香 安藤真有美 岩井仁美 小川真由美 海沼真紀 加藤千奈津 河合真由弓 小越直美
佐藤千秋 塩澤明子 高木美希 高瀬寛恵 高見実希 竹内彩友美 多田初美 戸松美智子
富田早苗 中島麗子 堀 園子 水野愛理 毛利麻里

広島教室第4期 (8名)

岩木良太 河賀由記子 栗田雅代 杉本有香 橋本麻紀 花井綾美 本多留美 馬屋原紀子

仙台教室第2期 (9名)

荒川明美 伊藤香織 北村有美 未永さつき 田畑久恵 寺山摩由加 吉岡敦子 四役はつみ
李 欣

札幌教室第1期 (22名)

今村 歩 岩佐薫子 及川絵理子 岡田尚子 風間由紀 工藤悦子 櫻井麻子 佐々木尋美
佐藤 実 白倉広巳 田村 彩 土屋いずみ 中堀美紀 中田美千江 萬谷利久子 松尾美紀
三浦美智子 三上由佳 宮脇おおり 村井田美弥 八巻静香 渡辺裕美子

通信教育コース (30名)

上木百合 上野真紀 浦山昌子 大久保典子 岡田結香子 甲斐智将 北藤智香子 久保田牧子
古賀ひとみ 下村真輝 首藤里佳 瀬尾愛里紗 高谷万里 多湖三香子 高野明里紗 立石陽子
田中明日香 田中さゆり 民谷美希 蓮井文代 長谷川久美子 福元ゆかり 松田美保 三浦梓真
水谷章子 村原久美子 茂木和子 森 淳子 森山明日美 吉田薫子

オンラインコース (26名)

浅香貴子 伊藤まどか 伊部久仁子 内田朋美 内田優子 大多和香苗 大屋千春 片岡恭一
小島瑠美 齋藤 綾 齋藤和子 斎藤雅子 塩畑実穂子 菅原貴子 須藤智子 武内実子
附田 綾 寺田朱花 豊田幸代 星 博子 耳塚さくら 安間香和里 山下 愛
梁 淳子 和田裕子

以上209名 50音順 敬称略

中医薬膳師コース全10教室 卒業実力テスト終了

卒業実力テストでは、昨年4月より約1年間、通学コースで学んできた成果をチームごとに発表して講師による講評を受けます。また自分たちで考え抜いた薬膳レシピに従って調理し、みんなで試食を行います。「テスト」とはいえ、楽しみながら最後まで学びを深めることができるのが「本草流」です。



東京校 土日コース



東京校 平日コース



大阪教室 第1土日コース



大阪教室 第3土日コース



大阪教室 平日コース



名古屋教室



福岡教室



仙台教室



広島教室



札幌教室



通信教育・オンラインで学ぶ方たちを対象としたスクーリングを年4回開催しています。スクーリング参加は中医薬膳師の資格を得るためには必須であると同時に、日頃の疑問点を解決し、仲間作りの場としても重要な役割を果たしています。



スクーリングを終えて

通信教育コース 石津恭兵

専門学校時代、中国料理専門の先生が薬膳の知識を豊富に持っていたことに影響を受けて薬膳を学ぶようになりました。

去年の4月に勉強を始めて、最初に教材の量と中身を見た時には驚きました。普段から料理人として、料理や試作、勉強をしている中で、同時にこれだけのものを頭に入れていけるのだろうかと思いました。

でも今は……とか言いたいところですが、今も変わらず疲れていません。しかし、勉強している内容自体は料理に結びつき、特に中国料理を専門としていることもあり、取り入れやすい部分も多いので、持っているレシピに活かしたり、新しく考えたりするところも含めて楽しくできています。ただでさえ種類や歴史のある中国料理に中医学の理論が加わることでさらに幅が出ました。

スクーリングに行ったら、男性も同年代の方もいなかったのですが、現場での調理とは違った楽しさがあり、専門学校の時の実習を思い出しました。特に料理人ということもあり、色々させていただきまして、みなさんが話もたくさん聞いてくださったので、居心地よく作業できました。

普段一人な分、新鮮かつ学生時代の懐かしさも感じながら勉強できた、貴重な3日間でした。ここで得た知識は、いつか独立して店を持った時にぜひ取り入れていきたいと思います。



11月度 スクーリング

— 2024年11月20~23日 —



学べることを喜びに変えて ~スクーリングを終えて感じたこと~

オンラインコース 児玉智子

予定通りに学習が進まず、自分のペースで進められるというオンラインの良さでもあるが大きな落とし穴「後でやろう…」その落とし穴にどっぷり落ちていた私は秋のスクーリングにギリギリで申込みました。ふう、疲れた…。笑

そんな私がスクーリング1日目、午前中の講義を受けて衝撃を受けました。なんて分かりやすいんだ！そして、楽しい！何かワクワクする！！

各先生方の講義の進め方の上手さはいうまでもなく、ご自身が勉強を始めた頃のお話しや心持ちなども交えてお話し頂けて興味深く聞いていました。通信教育生・オンライン生の孤独な戦いに寄り添ってお話し頂いていてそのお人柄にも魅了されました。

そして、辰巳学院長のお話しの中で「一緒に薬膳を広めていきましょう」と仰っていた事で、一気に1人じゃないんだと視野が広がった感じがしました。

身近な人の病気を機にアロマやリンパマッサージを学び、身体の中からのケアも必要だと考え薬膳を学びたくて、方剤を知る事が楽しくて、生活に役立てたくて、そして何より心身のケアを必要としている人にお伝えしたいと始めた勉強。改めて気持ち新たに取り組むことができそうです。

人々の体質はそれぞれ、年齢、生活、気候によっても変わる。薬膳の学びは一生続くものかもしれませんが、でもそれは私にとっては喜びなのだ気付かされたスクーリング3日間でした。

先生方、スタッフの皆様、ご一緒した受講生の皆様、有難うございました！
またいつかどこかでお会いできたら嬉しいです！



大海原への舵取り

オンラインコース 前村 竜治

肌寒い1月末、3日間のスクーリングを終えました。現職（カイロプラクティック）の学会や研修などのために、東京には住んでいた事もあり、これまでは見慣れた街並みでありましたが、薬膳の世界に飛び込むと、新しい街にきた気持ちになり、教室に入った瞬間、いよいよかと薬膳の門をくぐった様な気持ちが芽生えました。

連日の講義、薬膳調理共に、先生方の丁寧で分かりやすい講義と参加された皆様と共に学びあう中で、一步、二歩と自身の成長を感じられ、とても印象深い日々でした。スクーリングは、私にとって、現職と中医学の相関性を間近で見聞きできる重要なポイントでした。人類は、古来自然界の暴露環境の中で、生き抜く術を見出す事で命のリレーが続いています。「心身一如」とは、まさしく自然界で人が生き抜く術を見出した結果により、生まれた言葉だと思えます。中医学では、自然界の変化を陰陽に例え、それに呼応するかの様に反応する五臓の変化を体系的に捉えつつ、それを弁証論治として落とし込める素晴らしい学問だと言う事を、スクーリングを通じ改めて実感できました。

今後も、私の現場で活かせるように先生方のお力添えをいただきつつ、仲間と共に本草薬膳の世界を学んでいきたいと思えます。今後どうかよろしくお願い致します。



1月度 スクーリング

— 2025年1月24~26日 —

**冬季スクーリングを終えて**

通信教育コース 佐々木 文

子供の不調をきっかけに、薬だけに頼らず症状を緩和するにはどの様な食事を取ると良いのか。情報が溢れている今、自分で取捨選択出来る力を身につけたいと思うようになりました。中でも薬膳の考え方が自分の中で一番腑に落ち、しっかり学んでみたいと薬膳を学び始めました。

しかし、いざ勉強を始めると難しい言葉ばかりで一向に進まず、そんな中届いたスクーリングのお知らせ。まだ早いかなと思いつつも、少しでも理解が深まればと思い申し込みました。

講義では、いかに自分が理解していたつもりになっていたか思い知らされる部分もありましたが、先生方の説明がとても分かりやすく、何度教科書を読んでも頭に入らなかった言葉等が少しずつ頭の中でクリアになっていきました。調理実習では、実際に味や香り、調理のポイント等を知ることが出来とても勉強になりました。

また、スクール生の方々との交流の中で、悩みや疑問を共有出来た事や、薬膳に対する思いを知れた事は、普段孤独に勉強している私にとって、とても励みになりました。まだまだ勉強は続きますが、博学で優しい先生、スタッフの方々に支えられ、一緒に頑張っている仲間がいると思うと大変心強く感じられました。

薬膳は難しいけれど面白く、これからもずっと学び続け家族の健康を守っていきたいと思えた三日間でした。

スクーリングは、2025年3月、7月、11月、2026年1月に開催予定です。受講資格をお持ちの方は、ホームページから早めにお申し込みください。



新任講師より

二刀流を目指して

札幌教室理論担当講師 檜森千沙

2024年度より、札幌教室の理論講師を担当することになりました。看護師として整形外科や検診を始め、さまざまな形で西洋医学に携わってきましたが、今回は国際薬膳師、国際中醫師として中医学に携わることになり、講師として新たなスタートを切るようになります。もともと食が大好きで、いかに楽しく美味しく食べるかを探究するあまり、フードコーディネーターの知識を習得するために北海道から上京したのが始まりでしたが、まさか食を探究した先が薬膳に行きつくとは思っていませんでした。

皆さんが薬膳を学びたいと思った理由はそれぞれ違うと思いますが、「より健康になりたい」という思いは一緒なのではないかと思っています。

薬膳は中医学がベースなので、正直、難しく奥深いです。私の場合は、西洋医学の知識が邪魔をして、中医学を理解するのに人一倍、苦勞しました。立ち足はだかる四字熟語の難問に挫折そうになりましたが、登山と一緒に、険しいからこそ到達した(理解した)時の景色は何ものにも代えがたいです。

また「健康は一日にしてならず」と言いますが、薬膳も同じです。薬膳の知識を日常に落とし込み、日々続けることで、気がついたら調子が良くなっていった…なんてことはよくある「薬膳あるある」ではないでしょうか。

多くの方が薬膳の良さを知り、そして自分のものとして習得できるようにサポートしていきたいと思っています。



卒業生の言葉

健やかな日々を絆ぐ、食の力

札幌教室第1期卒業生 風間由紀

5年前から抱いていた薬膳への興味。日々忙しく過ごす中で体調に気を使い始めたのがきっかけでした。知識を深めたくて通信講座を迷っては月日が経ち…。今回念願の札幌開校を知り中医薬膳学の世界へ足を踏み入れました！

憧れの辰巳先生から学べる授業はまさに至福の時間でした。最初は専門用語の壁にぶつかりましたが、先生の熱意あふれる講義に引き込まれ、哲学や歴史、体験談に触れる中で薬膳の奥深さに魅了されました。中薬を使用した薬膳料理の実習は五感で薬膳を感じることができ、実践的な学びが深まりました。中医学の陰陽五行や食材の効能を学ぶにつれて、日々の食事が意識的に変化していったのです。学ぶほどに奥深さを知る薬膳の世界は一生をかけて探求したいと思えるほど魅力的です。そしてその薬膳の学びを通して、かけがえのない仲間たちと出会うこともできました。今後は自身が作る薬膳菓子を通して、中医薬膳学の素晴らしさを広めたいという思いが強くなりました。

この1年間は、学びと素晴らしい環境に恵まれ、心身の巡りを整えることができました。共に学んだ仲間、そして熱心に指導してくださった講師の方々には心から感謝しています。

2025年度 春期 学生募集中

Table with 4 columns: School/Course, Day, Start Date, and End Date. Lists enrollment dates for Tokyo, Osaka, Fukuoka, Nagoya, Hiroshima, Sendai, and Sapporo branches.

- ★ご紹介いただいた方が通学コースに入学された場合、些少ながら謝礼を差し上げます。
★通信教育・オンラインコースは随時募集中です。

『本草つうしん』は学院サイトの「新着情報」からもご覧いただけます。 https://www.honzou.jp

学院長考案 本草オリジナル薬膳茶 好評発売中!

Two product boxes for '参龍茶 (じんろんちゃ)' and '藍菊茶 (らんぎくちゃ)'. Each box includes an image of the tea packet, the name, ingredients, content volume, and price.

※学院サイトのオンラインショップからご注文ください。

掲載記事を募集しています

薬膳のお店 OPEN のお知らせ、薬膳料理教室の開催、執筆した薬膳の本の発行...etc. 薬膳に関する支援活動の一環として、『本草つうしん』上に広告を掲載いたします! また、HP・Blog をお持ちの方で、本草薬膳学院サイトへのリンクを希望される方も学院までご連絡ください。

※広告は在校生および卒業生のみ応募可能、内容は薬膳関連のみに限定させていただきます。HP・Blog の内容によってはリンクできない場合がありますので予めご了承ください。