




日本国際薬膳師会

<http://yakuzenshi.jp/>

副会長に就任して…………… 1	学術部報告/中部地区報告
中部地区講演会報告/お知らせ… 2	/ミニコラム…………… 5
「鬱証」の中医弁証論治③…………… 3	横浜中華街薬膳食材・中薬取扱店 6
美味しい食薬レシピ『美味薬食譜』	会員の声…………… 7
滋陰類～玉竹…………… 4	各部報告/北京滞在記/編集後記… 8

「日本国際薬膳師会」の副会長に就任して



日本国際薬膳師会 副会長
大村 和子

今年度、日本国際薬膳師会副会長の末席に就任することになりました。先輩の副会長さん方のご指導のもと、学術部担当の副会長として会のために少しでも力を尽くせるようになりたいと思います。

当会は会員数が40名を超える大きな組織となり会の運営はもろろんですが、社会的責任も大きくなってきました。会員の構成は栄養士、看護師、その他の職業の方、薬膳教室で教えている方、薬膳料理のお店をしている方、自分の家族の健康のために学んでいる方もいます。また、せっかく取得した資格をどのよう役立てたらよいか悩んでいる方など、同じ薬膳という目標で集まった仲間(会員)ですが、今、求めていることは一つではなく、もつと多様性があると思います。

これまで学術部部长として一年に5～6回の研修会や講習会の企画、実施を担当してきました。会員のスキルアップをとという目標で始めた年3回コースのステップアップ講座も6年目を迎えました。

この2～3年、遠方からの参加者が見られるようになり、ステップアップ講座の知名度があがったと喜んでいますが、一方、6年間、ずうっと受講して下さっている方も数名いらつしやり、参加者の固定化という側面もあります。この講座への期待度の大きさに身の引き締まる思いです。

ちなみにこの6年間、毎回30名前後の方がステップアップ講座を受講しています。7月には講座を願っている菅沼先生と学術部部長で、さらに魅力ある

講座についてお話し合いをしました。

10月の8回目は、いつものように先生を囲んでミニ交流会をして、少しでも会員の意見を聞いたり、仲間の情報交換などをしたりしました。

ステップアップ講座の他、年に一度の会長の辰巳先生の講習会も人気です。昨年は「体質判断」について自己診断し、隣同士で見合い、最後は先生に判断していただいて盛り上がりました。今年は「薬膳茶」についてお願いしてあります。

会員の多くがそれぞれの職業と直結する会に所属しながら、さらに日本国際薬膳師会会員でもありますから、学術部の講習会には、かなり魅力的な企画を立てなければと、部会で話し合いをしました。みなさまからも希望を出していただけると嬉しいです。

話は変わりますが先日、茶道の知り合いの方から時々、「大村さんの薬膳の記事、読みましたよ。」と声をかけられます。茶道裏千家の月刊誌『なごみ』に今年1月から、辰巳先生を皮切りに毎月、本草薬膳学院の講師が交替で『家庭の薬膳、はじめて学』というタイトルで季節の薬膳を掲載しているからです。

茶道の方に薬膳のことをどうやって理解してもらうか戸惑いもありましたが、茶道は本来、水と火、陰陽五行の思想から生まれたものです。割りにすんなり受け入れてもらえたのではないかと思います。

薬膳という言葉は当たり前のようになり、数年前に比べたらその知名度は格段に上がっています。

日本国際薬膳師会のホームページも充実してこれからは楽しみます。薬膳のことなら日本国際薬膳師会にと言われたいものです。

そのためにも学術部の研修会、講習会に多くの方々に参加して

いただけるよう部長、副部长、理事とともに頑張ります。

どうぞ宜しくお願い致します。



各部報告・お知らせ

▲**総務部**：会員数が 400 名を超え、名簿管理係は会員の住所の把握に苦勞しています。皆様の友人で本会からのお知らせが届かないという方はいませんか？現在 5～6 名の不明者がおります。転居などで住所が変わる場合、必ず事務局までお知らせください。マンションなどはマンション名、部屋番号まで記入ください。皆様のご協力をお願いします。併せて会費の納入にもご協力をお願いします。

▲**学術部**：

○本年度ステップアップ研修Ⅵ 7 月「淋証」、9 月「腰痛」、10 月「眩暈」が修了しました。
受講生 30 名、修了書受領者 26 名、受講補助券受領者 13 名。最終回の講義後、お茶とお菓子の簡単な親睦茶話会を開き、講師の菅沼先生、遠方からの受講生も交え、情報交換もできました。

○今後の研修会予定（詳しくは、案内チラシをご覧ください。）

平成 30 年 1 月 10 日(水) 辰巳 洋先生「体質と薬膳茶」/2 月 or 3 月「中薬の香り一匂い袋作り」

▲**事業部**：

○11 月 23 日(木)、「東洋医学における未病対策としての生薬と薬膳」というテーマで北里大学東洋医学総合研究所薬剤部科長 緒方千秋先生にご講演いただきました。参加人数は会場一杯の 120 名でした。

○日本国際薬膳師会作成のリーフレット等の販売をしています。

購入希望の方は申込用紙に必要事項記入の上、各申し込み先へ FAX でお申し込み下さい。

申込品により FAX 番号が違います。送信前によくご確認ください。入金確認後発送します。

①『体質判断&食材早見表』(1 部 300 円) ②『薬膳の基礎・早見シート』(1 セット 800 円)

③『平成 28 年度学術部主催研修会レジメ』(1 部 1000 円)

問い合わせ及び申し込み先 ①②は FAX 045-844-9530 ③は FAX 03-3659-5119

入金先：・ゆうちょ銀行 10110-98888051 日本国際薬膳師会

・ゆうちょ銀行以外から ゆうちょ銀行 ゼロイチハチ店 普通 9888805 日本国際薬膳師会



▲**交流部**：

○東京都中央卸売市場大田市場見学会 9 月 16 日(土) 開催 参加者 4 名

○普茶料理お食事会 11 月 23 日(木) 当会設立記念講演会後、普茶料理『梵』にて開催 参加者 40 名

▲**IT 部**：

○「今月の薬膳」は、二十四節気の特徴と身体の特徴を併せて「おすすめ薬膳」を発信しています。今年度から新しく地域の食材から薬膳を考え、千葉、熊本の会員さんからのレシピをご紹介しました。メニューはホームページをご覧ください。是非、地域の食材を併せた薬膳を発信してみませんか？レシピの作成者やお教室名を載せることができます。お問合せは E-mail : itech@yakuzenshi.jp まで。

▲**広報部**：会報「くこ」45 号 (12 月 1 日) 発行、46 号 (平成 30 年 4 月 1 日) 発行予定

北京滞在記

街角風景～食事情

氣賀澤公乃 (学術部部長)

清華大学は中国でも一、二の広い敷地を持つ。大学関係諸施設を中心に住居、商店もあり、一つの街として日常の生活はその内で十分足すことができる。校内にはいくつもの大小食堂があり、学生用の大食堂には、饅頭、パン、点心、炒め物、煮物、スープ、麺、果物等々出来たての品が 50 種類ほども並ぶ。

イスラム系専用コーナーもある。学生はそれぞれ主菜、2、3 種の副菜をチョイスしている。毎日充実した食生活で、学業にもさぞ力が入ることだろう。

教職員居住区の食堂は、朝 7 時、昼 12 時、夕方 5 時に開く。開店 30 分前には食堂で食べる人、あちらこちらから鍋や密封容器、買い物袋を持った人々が来て、開店 30 分もすれば 10 数種の料理もほとんど売り切れてしまう。

1 単位 1 杓、持参した容器にあふれんばかりきっちり注分量をよそってくれる。それを自宅に持ち帰り食べるいわゆる「中食 (なかしょく)」。日本で最近話題だが、中国ではごく当たり前の食事情なのだ。支払はすべてプリペイドカード、現金は扱わない。もちろん校内や外の市場で食材を求め、家で料理する人も多い。一方、外の繁華街には新旧レストランがいっぱい。直接店に行ったり、出前注文する以外に、仲介の配達専門業者にスマホで〇〇店の△△と注文、決済すれば、数分後には業者のロゴ入りバイクで指定の場所まで届けてくれる。ホワイトカラー族を中心に、この「外食 (デリバリー)」が大流行と聞く。渋滞する車の間をすり抜け、配達のを競い合い、交通事故も絶えないそうだが。



編集後記

秋が素通りしたかのように冬がやってきました。今年も気候変動の激しい年でした。会員の皆さまには被害はありませんでしたか。このところ中医学、中医薬膳学のエビデンスが増えてきました。私たちが研鑽を積んで資質を高めていきたいものです。今年の夢は実現しましたか？来年の夢は何ですか？佳き新年をお迎えください。 N.S.