

さんざし

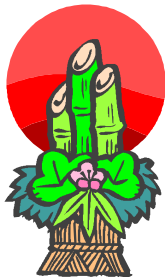
山楂子

東京栄養士薬膳研究会会報2012. 1月号

- 1 巻頭言
- 2 活動報告 ー特別講演会報告ー
- 3 4 講師薬膳研究会報告
- 5 今後の活動予定 クラス紹介
- 6 薬膳とわたし



VOL. 2 No.3



新年のご挨拶

東京栄養士薬膳研究会 代表 海老原 英子

新年明けましておめでとうございます。

会員の皆さまにおかれましては、清々しい新年をお迎えになられたことと存じます。今年も皆さまと一緒に薬膳の知恵と料理のおいしさを探究してみたいと考えております。どうぞ、よろしく願いいたします。今年東日本大震災から1年、本格的な復興の年になります。本会では皆さまからお預かりしました義援金を宮城・岩手・福島各県栄養士会にお渡しし、復興事業に役立てていただいておりますが、被災地の栄養士会会長のお話をお伺いしてこれからも継続して支援する必要性を痛感しました。皆さまのご協力を重ねてお願いいたします。お一人おひとりのご健康とご活躍をお祈りいたします。

栄養士活動における薬膳活用について

本会は、現代栄養学と中医薬膳学を併用した幅広い栄養指導を目的とした管理栄養士・栄養士が集っている研究会です。会員は地域活動、行政機関、保育園や幼稚園、学校、病院、事業所、福祉施設、大学や研究機関など多くの分野で活躍している方々で、年齢層も幅広くエネルギッシュな若い世代から経験豊かな熟年世代までいらっしゃいます。

私たち管理栄養士・栄養士に社会が求めている通常業務は、生活習慣病の予防・介護予防、個人々人に対応した保健指導、栄養管理・食事指導など多岐に渡ります。健康を預かる担い手として常により専門的な知識や高度な技術が要求されています。さらに、栄養教育(指導)後の適正な評価が行われ指導能力も問われる厳しい職場環境に置かれています。このような現状の中でまったく新しい学問分野である中医学を基礎とした中医薬膳学に注目され、自らの資質や技術の向上をめざして努力されている会員の方々に心から敬意を表します。

中医学の理論は、古代中国哲学思想の陰陽五行学説や臓腑経絡学説および気・血・津液の概念から食物の性味、五気(寒・涼・平・温・熱)、

五味(酸・苦・甘・辛・鹹)や作用する方向性を示す昇降浮沈、また、虚実に対し補瀉の運用方法など非常に難しい理論体系があります。このような知識を理解することは並大抵の苦勞ではありませんが、できるだけ早く仕事に結び付け実践してみると薬膳の効果を実際に経験できます。それは中医学が経験医学である由縁でしょう。中医薬膳学という学問が非常に具体性をおびてきて興味が深まり学習意欲も湧いてきます。まず、「季節の薬膳」や「冷え性」「むくみ性」など体質改善の薬膳など身近なところから実践するとよいでしょう。今年こそ、食事指導に適正な薬膳教育を実践することで健康づくりに一石を投げ評価を得て、中医薬膳専門栄養士として社会に存在感を示したいと考えています。

組織の確立

東京栄養士薬膳研究会はまもなく十年を迎え、会員数も300人近くに増加し、本格的に薬膳理論を修得したいと希望する熱心な会員が増えてきました。そこで、毎月実施される薬膳講習会の他に著名な中医師による研修会や薬膳普及のために特別講演会を開催したり、会報「さんざし」やホームページなどいろいろな活動を行っています。本会の組織は総務部、事業部、研修部、広報部、ホームページ管理部があり、各部署の運営委員を中心にクラス役員が所属し、事業計画を立案し活動を行っています。今年からは円滑な事業運営ができるよう体制づくりのために努力します。今まで以上に会員の地位・身分の向上のための活動にも重点をおきながら、より一層会員相互の交流や意見交換の機会を設けて会の活性化に繋げていきます。会の運営に対し建設的な皆さまのご意見、ご要望をお寄せください。そしてご協力をお願いいたします。専門家団体として資質の向上と社会に貢献することが本会の責務であると考えています。よい一年になりますように祈りをこめて。