



街の身近な健康相談

vol.29

漢方を扱う「北海道中薬研究会」の会員店は、誰でも気軽に健康相談ができる「街の薬屋さん」。今回は、新たに「国際中医専門員」資格を取得した2人の会員に、中医学への思いなどを伺いました。

目標にしていた難関資格を取得 中医学の専門家として 地域の人々の健やかな毎日を支えたい

〳〵お答えします!/
代表取締役
前田 恵美子さん



漢方サロン&薬膳カフェ fig(フィグ)

登録販売者、国際中医専門員。「薬膳カフェを併設している親しみやすい漢方サロンです。少しでも体の不調が気になったら、一人で悩まず気軽に相談してください」。漢方相談は予約優先



薬膳スープ講座、ヨガと薬膳ランチ会など、多彩なイベントも開催

帯広市南の森西1丁目6-8
電話：0155・66・9225
営業時間：曜日により異なる
※右のQRコードで確認を
定休日：木・日曜、祝日(土曜は月2回休み)



勉強すればするほど 知識が役立つことを実感します

明解な中医学独自の 理論に魅せられて

「中医学」は中国で正式な医療として認定されている伝統医学で、「中醫師」という国家資格も存在している。それと同等の専門知識を持つと認められているのが「国際中医

専門員」だ。資格取得に膨大な知識が必要になることは、想像に難くないだろう。帯広市の「漢方サロン&薬膳カフェ・フィグ」の代表取締役・前田恵美子さんは2023年秋、難関の試験に合格し、国際中医専門員となった。「いつかは取得したいと憧れていた

た資格です。中薬研究会の手厚い支援もあって取得できました」と笑顔を見せる。

前田さんと中医学との出会いは、偶然耳にしたラジオ番組がきっかけだった。「季節や食養生と体の関係などを中薬研究会の方が分かりやすく説明していて、とても心に落ちたんです」。当時、家族と薬店を営んでいた前田さんは、よく知人たちから健康相談を受けていた。「特に多かったのが不妊の悩み。中医学

と出会い、漢方相談で対応が可能だと知りました」。会員となり中医学の知識を深めながら、2013年、相談しやすいカフェ形式の現在の店舗をオープンした。

体質・生活様式に応じたアドバイス

病院では診断名が付かないような不調や症状にも、オーダーメイドで対応できるのが中医学の魅力と話す。「同じような症状に見えても、一人一人体質や生活スタイルが異なるので、本人に合わせてアドバイスしています」。例えば、夜勤がある場合、昼夜の逆転により「陰陽」のバランスが崩れて、全身の潤いが不足する「陰虚」の状態になりやすいのだとか。「そもそも踏まえて、夜勤明け用と休日用で中成薬(漢方薬)の種類や量を変えるなど、繊細に調整しています。勉強をすればするほど、店頭で活用できることが増えていきますね」。

最近では、ヘバーデン結節や変形性膝関節症など、関節の痛みの相談が増えているそう。「症状に合うイスクラ冠元顆粒などの中成薬や、イーパオという健康食品もありますよ」。一人で悩まず、近くの会員店に相談してみよう。

中医学との出会いで 自身の体調も改善

北見市にある「ミドリ薬品漢方堂」の店長・阿部美穂子さんも、2023年秋、難関を突破して国際中医専門員の資格を取得した一人だ。「入社前から目標にしていた資格なので、この数年間、かなり勉強を頑張りました。中医学研究会では中醫師に直接指導してもらえます。その環境は

心強かったですね」と話す。実は阿部さんは、もともと全く別の職業に就いていた。中医学に興味を抱いたのは、不眠や不安、更年期症状など、自身の体調不良が契機だったという。「薬膳料理教室に参加して食べ物に気をつけるようになったり、自分で調べた中医学の知識を取り入れたらしたら、体調がすごく改善したんです」。さらに知識を深めたくなり、北海道中薬研

究会の会員店への転職を決意。そこから登録販売者の資格を取得し、今の会社に自らアプローチをかけた。熱意と行動力にあふれた人なのだ。事務職からキャリアをスタートし、2019年2月、念願の店舗勤務に。「店舗で勉強しながら、お客さまの相談に対応しています。ありがたいことに、今はたくさんのお客さまに頼っていただけのようにになりました」と穏やかにほほえんだ。

お客さまが元気になる ことが一番の喜び

中医学には、体質を見ながら対策して病気の発症を未然に防ぐ「未病先防」という考え方がある。阿部さんはその

方法をお客さまに伝えて、病気の芽を摘むことにやりがいを感じるそう。「弁証論治という方法で一人一人の体調を見て、適切な中成薬を紹介しています。生活習慣や食べ物の影響も大きいので、できるだけ細かくアドバイスします。お客さまが元気になることが一番うれしいですね」。冬が目前のこの時期は、体を温めて、五臓六腑の一つ「腎」を元気にすることが大切だそう。腎の働きを補うとされる、黒豆や黒キクラゲなどの黒い食材を取るのもお勧めだ。「飲むカイロといわれるほど体が温まる、イスクラ参茸補血丸という中成薬もおすすめです」。ぜひ参考にして、この冬を健やかに乗り切ろう。

北海道中薬研究会について

北海道中薬研究会は、中医学の理論と臨床経験に基づいて、地域医療への貢献を目指す団体。道内各地に全41店舗の会員店があります。



道東地区10店舗をはじめ、道内各地の会員店の詳細は、左のQRコードにアクセスすると見ることができます

<https://hokkaido-kanpo.com/>

北海道中薬研究会

ニーハオ・シンシン



「未病先防」の考え方で 病気にならない体づくりを提言

〳〵お答えします!/
店長
阿部 美穂子さん



ミドリ薬品 漢方堂

登録販売者、国際中医専門員。「中国茶喫茶を併設した漢方相談専門店です。お客さまがずっと元気でいられるように、中医学の知識を基にお手伝いします」。漢方相談は予約制



2018年にオープン。喫茶スペースでは、体調に合わせてさまざまな中国茶を楽しめる

北見市美芳町1丁目5-27
電話：0157-33-6030
営業時間：10:00~19:00
定休日：火曜、第2・4木曜



中薬研究会の
マスコット・冠元です。
2025年で22歳。
実は孫も2頭います



成都大熊猫繁育研究基金会
<http://www.panda-foundation.com/>

パンダ保護養育活動

日本中薬研究会は、中国・成都のジャイアントパンダ繁殖研究基地に「冠元」の養育費寄付を通して、自然保護活動を行っています