

第50号

毎月1日発行

NPO法人



特定非営利活動法人
全日本薬膳食医情報協会
〒113-0033
東京都文京区本郷4丁目37番15号
ブラウンハウス3階
TEL: 03 (5684) 5661 FAX: 03 (5684) 5822

ANY協会 第5回定例総会無事終了

NPO法人 全日本薬膳食医情報協会 「第5回定例総会」5月17日開催

於・最勝院

会員の方々、多くの支援者のみなさまのおかげをもちまして、全日本薬膳食医情報協会の活動も順調にその場を広げて、定例総会も今回で5回目を迎えました。ありがとうございます。今号では当日の式次第とその後に引き続いて催された記念講演、懇親会の模様を報告いたします。

第1部 第5回定例総会

当日は雨模様で足元が悪いなか、出席予定者に欠員もなく会員一同顔を揃え、午後2時から定例総会を開催しました。会場は港区・芝公園そばの最勝院地下1階にある本堂です。ちなみに、江戸徳川幕府2代目秀忠の時代から永劫継承されておられる最勝院の、現第25世住職・村田洋一氏は、同氏がおとときの一品へと、今日風に伝統と栄養バランスの調和から薬膳に興味をもたれたときか

らのご縁です。

丹野副理事長の開会の辞に始まり、岡本理事長のご挨拶と議長就任へと進み、

①役員会報告(新役員発表)、②18年度事業報告、③監査報告(五味瀨監査役)、④19年度事業計画(収支予算案ほか)が満場一致で承認されました。

資格などについての質疑応答でいくつか活発な論議がなされた後、福井理事の開会の辞で終了しました。

理事長 岡本清孝



第5回総会開催 最勝院にて

総会議事録は別紙配布 (会員のみ)

食医の目

大学生になってハシカに罹るなんてどこかが狂っているのでは? と思った人も少なくは無いらう。事実この世代の人たちは、幼少期に予防接種を受けていなかったようだ。

ある面ではハシカを過去の流行性病と片付けていたか、あるいは各種の混合ワクチンにハシカ対策も含まれていると勘違いしていたか。その理由は数々ある。現在の医学界でも頭を痛めているのは人工的に合成した薬は耐性を作りやすく、数年後には効き目がなくなる憂き目となることだ。しかし、天然の薬は耐性を作らないことが判明してきた。

例えばガンの治療にキノコを用いるケースが多いが、その中でも代表格としてアガリクスやメシマコブが話題に上っている。これらサルノコシカケから創られたクレスチンなどは、キノコの中からその成分だけを抽出した薬は、西洋医学の人工的合成医薬品と同じで、結果は耐性を作ってしまう。

しかし、サルノコシカケそのものを使うと耐性は出来ないのである。

サプリメント信奉者が激増しているが、このような実態を知った上で服用を続けるか、止めるか慎重に考えてもらいたい。

これに類して、ガン患者は毎年60万人のペースで増え続け、死亡者数も増える一方だが、医療関係は相変わらず特効薬にばかり目をむけ、自然治癒力の存在を認めたがらない。

一方、アメリカでは年々ガン患者の死亡数は減少を続けている。ニクソン大統領の時代(1970年代)、米国政府は病院と薬に多大な資金を投入したが、ガン患者は減るどころか増える一方だった。そこで1980年に一大方向転換をはかり、天然物で人にやさしく、副作用のないものを探し出す研究に踏み切った。それが世界伝統医学の導入であり、中でも東洋医学の内容が効を奏し、良い方向に転じたわけである。その中でも注目しているのが氣功であり、未だ完全ではないが薬膳の研究も進めていると云う。

K.O

定例総会 第2部 特別講演

第2部は創立5周年記念講演に移り

「仏教と精進料理」と題して最勝院の村田洋一住職より、肩肘張らない今日風スタイルの法話形式によるお話を載きました。



講演を載く村田洋一住職

講演の内容は、寺の雲水がつくる精進料理の世界をわかりやすく説いてくださいました。

法話の中程では永平寺の典座(厨房を指揮する役割の僧侶)の日常と自給自足を旨とする一日二食の本当の精進料理を10分間ビデオで拝見もしました。

住職によれば、最勝院は徳川家由縁のごくプライベートな役割を担った寺として第2代将軍秀忠の時代に建立されたそうです。

浅井長政の三女で秀忠の正室、3代将軍家光の生母であるおごうの方を祀った「おたま」寺であり、質素ななかにも寛ぎと賄いの場として、とくに厨房が大きな面積を占めた造りであったそうです。今は、モダンな集合住宅を上階に徙えた都会派の佇まいを見せています。

住職の願いは、誰もが気兼ねなく集える生きた交流の場としてのお寺の活かし方、活かされ方を模索し、一つ一つ実現化していくこと。集いには食事でもまた切っても切れない大切な行事です。仏教の精神が今に息づく精進料理の世界。徳川家のおときを管々賄ってきたその伝統と自負を重ねて、ご自分もその担い手でありたいと考えておられるようです。



葵のご紋入り 国宝級の漆器類 最勝寺保存



村田住職の講話を熱心に聞き入る参加者一同

第3部：懇談会「蓮月御膳」を賞味

ありがたい法話の後、本堂の寺子屋式のテーブルとイスを並べ替えて、上座と縦長2列のレイアウトに参加者全員で設え、料亭・鎌倉「御代川」からのケータリングによる精進料理を歓談とともに楽しみました。

御代川は鎌倉・建長寺そばで知られたお店で、藤沢、長谷にも出店があります。

当日の献立は以下のとおりでした。

本皿	黒豆ふくませ/みょうが寿司/石川芋/空豆/花蓮根
平	東寺湯葉/里芋/人参/楓麩/青味
本皿	広島こんにやく/白和え/妻いろいろ
坪	胡麻豆腐
汁蓋	えのき/三つ葉の煮浸し
飯器	昆布御飯
蒸器	時の物
汁器	建長寺汁

最後の汁器に建長寺汁とありますが、これは一般的にいわれる「けんちん汁」の由来となっている献立です。くず物と化した野菜の端を刻んで胡麻油で炒め、

出汁湯を加えたもので、調理中に間違えて豆腐がこぼれて形は崩れ去ったが、これがたいへんに美味であったため、崩れ豆腐が入ることになったとの逸話も残っています。

会場の最勝院は転生解脱の浄土宗系ですが、当日は現生解脱の禅宗系・鎌倉の福聚時から森山一城住職のご参加がありました。会食中、森山住職から典座の役割や、修行中の出来事など、楽しいお話があり、笑顔が絶えないひとときとなりました。



「蓮月御膳」の配膳で

新しい取組み

皆で考えよう！ シリーズ

季節の食材をテーマに話を

進める

スイカ(西瓜)

まず捨てるところが無い宝物です

赤身の部分だけを食べ、後は捨ててしまうのが今日流

しかしこのスイカ。昔から利尿の役割が高く、夏の暑さからくる熱症を解消してくれます。

それから皮の部分は利尿作用が赤身より強く、乾燥したものを粉末加工したものは、自然から生まれた「白虎湯」(びゃくとう)と云われ重宝がられていました。

また、この皮を天日乾燥させたのち、焼いて出来た粉末は口内炎に効き、更に「芒硝」(ぼうしょう)と混ぜ合わせた「西瓜霜」(すいかそう)は熱を収め、毒の解消に役立ちます

西瓜のタネは肺と胃腸の機能を高め、便秘解消の役も果たします。



痰湿タイプってなに？

痰といえど口から吐き捨てる粘液質を思い出します。しかし、中医学では「痰」を老廃物の一つと考え、血液や津液(体内栄養水分)の巡りを阻害します。また余分な体内水分を「湿」と云います。

特に暴飲暴食に明け暮れていると、この「痰」や「湿」が発生しやすく、気分が悪くなること必定です。

これを「食滯食積」(しょくたい・しょくせき)といい、このまま放置していると厄介な症状が次々と発生します。

代表的な症状

- ・胃もたれ
- ・お腹が張って痛い
- ・便秘になりがちで、便が粘っこい

更に悪化すると

- ・前頭部や眼の奥が痛み
- ・粘っこい痰がよく出る
- ・糖尿病 動脈硬化性の高血圧
- ・脳卒中を引き起こします。

特に肥満の方は要注意です。

話のタネに使えます

私の履歴より

2. 師匠

朝8時から夜9時過ぎまで、休み時間も殆ど無く、それこそ丸一日働き詰めである。この程度のことはそれ以前に勤めていた電気卸商でもこれ以上にハードな勤務であった故、それ程驚くことでは無かったが、この学校では校長の自宅が隣接していたのである。職場とプライベートの区分は無に等しい、まさに書生業の状況であった。

この学校で働くことになった理由は、小生が生まれる以前から始まっていたと云えよう。創設者の辻徳光大師匠は、「わしは和泉の百姓の倅、麦飯食うのが厭で飛び出した」と、その生い立ちを良く聞かされたものである。順慶町(現在の町名は大阪市中央区南船場)のある料亭で見習い奉公から始め、一人前の調理人になるまで修行された由。後にそこの主人に認められ東京に進出し、芝公園の高級社交場「紅葉館」の総料理長に就任した。当時、東京では珍しい本場関西の会席料理に、来客の目を見晴らすほどの賑わいがあったようだ。

もともとこの「紅葉館」というのは、現在東京タワーが建っているその場所にあった高級クラブで、文献によれば創設が明治14年(1881年)この紅葉山に、当時の代表的純日本風高級社交場として「紅葉館」が開業したとある。同時期(明治16年)には西洋風の社交場である「鹿鳴館」が日比谷で開業し、鹿鳴館時代などと呼ばれ、大いにもてはやされたが、西洋の舞踊などが主であった



芝公園紅葉山にあった「紅葉館」

ため、僅か七年で消滅した。その後の外国人接待、政財界人の集いなどは主にこの芝・紅葉館が使用されたという。驚くことに創業当時の募集会員は

300人限定、そして年会費も300円、これは開業10年後の新橋～横浜間の運賃が1円50銭というが、これでは比較の仕様が無い。しかし米ならば1石が7円70銭というから、100俵(約6トン)も買える金額である。

話が横へそれたが、大師匠は大正年間ここで総料理長として勤務していたわけだ。しかしそのうちに、来客からその見事な料理の作り方を教えてもらいたいという要望が高く、遂に意を決し、午後の休憩時間をさいて料理講習を始めたそう。これは大評判となり、参加するご婦人方で連日満員になる程の盛況だったらしい。ところがこのことがオーナーの耳に入り、直ちに中止せよ、との命令が下ったそうだが、一途な大師匠は意見不一致で交渉決裂となり、自主退職してしまっ。それから諸国を歩く旅を始めたという。このきっかけが、後になって日本一の大マンモス料理学校へと進展して行くのである。

岡本清孝(理事長)

