

日本食品保健指導士会会報

【第24号】 ■発行：平成21年7月1日
■発行所：日本食品保健指導士会

東京都新宿区市谷砂土原町2-7-27 TEL.03-3268-3160 FAX.03-3268-3136
(財団法人日本健康・栄養食品協会教育研修部内)

『新年度の「挨拶と最近の話題」』

日本食品保健指導士会

会長 関本 邦敏



会員の皆様、平成二一年度の総会も無事終わり、幹事一同心新たに活動をスタートさせました。平素より日本食品保健指導士会にご参加頂き、活動へのご理解とご協力を頂いておりますことに感謝申し上げます。

現在の幹事は、就任して丸二年経過いたしました。改選の年度でしたが、立候補者がなく、現行の幹事が留任し、引き続き二年間務めさせて頂くことになりました。ただ会計担当の高村幹事が一身上の都合で退任され、新たに佐藤衣代指導士が総会で承認されましたので会計担当をして頂きます。

指導士の身近な問題として今年度は、資格の更新制度が始まりました。総会でも色々建設的なご意見を頂きました。総会に参加されていない指導士の中には、まだよくご理解頂いてない方がおられるのではないかと懸念致しております。

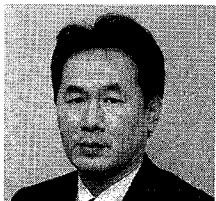
大まかに申し上げますと、資格取得が二〇〇九年の方は二〇一四年までの五年間に、それ以前の方は二〇一三年までの五年間で、一二月間の養成講習会を受講した人は六単位の取得を、また四日間の新制度での受講者は、一〇単位の取得が義務付けられています。詳細は、指導

士会のホームページに詳しく掲載しておりますので見落とさないようにお願い致します。もしご不明な点や疑問点がございましたら、直接教育研修部にお問い合わせ頂くか、指導士会の事務局へメール等でお問い合わせ頂ければ適切な返事を差し上げます。

特に北海道・東北・中国・四国・九州など遠方に在住の指導士の方には、単位取得の機会が少ない状況にあります。総会や秋期研修会などに参加したくても交通費の問題や時間的な問題などのハンディがあります。指導士会としては、このような会員の方にも必要な単位の取得が得られるよう協会と適宜話し合いの機会を持たせて頂き、全員が更新できるように努めてまいります。

食品保健指導士という資格を色褪せないようにするためにも皆様の日々の研鑽が大切であることをご理解頂き、近場で開催される学会や講演会などに積極的に参加しスキルアップに努めて頂きたいと思っております。その際は単位として認められる場合が多いと思しますので、参加した証明を残しておいてください。参加の領収証でも、参加証でも年月日とどのような講演会、学会なのかを明記されているものがあれば結構でしょう。後日協会と交渉する際に必要です。

今年梅雨入りも遅れ、経済の低迷、政治の不透明さなどと相まって、私たちを取り巻く生活環境は、精神的にも重苦しい状態にあります。そんな中でも変革が起きています。今年の六月一日から改正薬事法が施行され、登録販売員制度がスタートしました。薬局以外での薬の販売が可能になり、コンビニやスーパーなど異業種の参入が進められてきています。価格競争になることも予想されます。消費者にとって本当に有効なことなのでしょうか。手軽に安く薬が買えることは、功罪半ばだと思



日本食品保健指導士会 Web ページに関して(5) 【超初心者のためのインターネット講座】

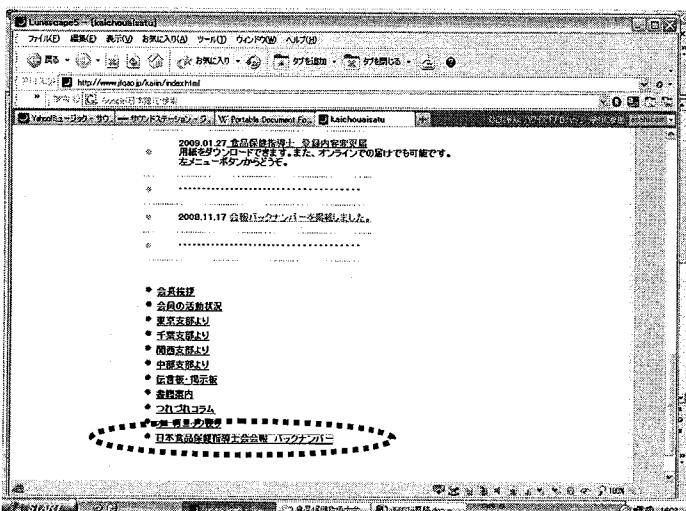
幹 事 阿 部 真

＝ PDFファイルを見るには＝

日本食品保健指導士会の Web ページには、一部 PDF 形式のファイルを載せています。例えば会報のバックナンバーがそれです。

さて、PDFとは、Portable Document Format (ポータブル・ドキュメント・フォーマットの略) は、アドビシステムズが開発および提唱する、電子上の文書に関するファイルの形式です。特定の環境に左右されずに全ての環境でほぼ同様の状態で文章や画像等を見ることができる特性を持っており、2008年7月には国際標準化機構によってISO 32000-1として標準化されました。

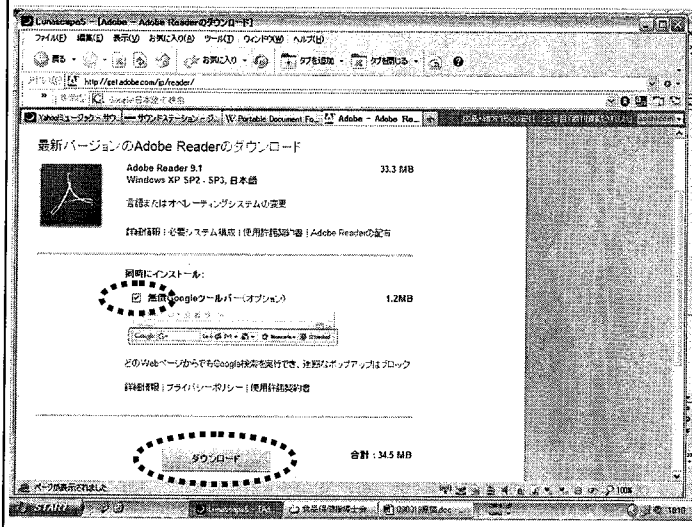
PDFの特長は、作成したドキュメントを異なる環境のコンピュータで元のレイアウトどおりに表示・印刷できることです。そのため、印刷物と同じレイアウトの電子ドキュメントを公開するためにPDFは利用される。また、圧縮してデータを格納し、ファイルサイズを小さくできます。PDFファイルを見るには、専用のソフトが必要です。様々なソフトがありますが、一般的なものは、アドビシステム社が無料で配布しているAdobe Reader (旧Acrobat Reader) というソフトがあります。



今回は、そのダウンロードのやり方を図解します。

まず 会員のページに入ってください。IDパスは、お手数でも info@jfqa.jp まで、メールで、指導士番号と氏名、メールアドレスをお送りください。会員のページに入ると、下に進むとこのような画面になります。

点線楕円の部分に“日本食品保健指導士会会報バックナンバー”とありますので、ここをクリックしてください。



このマークがありますが、これをクリックすると、アドビシステムズのアドビリーダーのダウンロードページに入ります。

無料の Google ツールバーが不要の場合は上の丸印のチェックをはずしてください。迷惑なポップアップをブロックする機能もありますので、ダウンロードしてもかまいません。

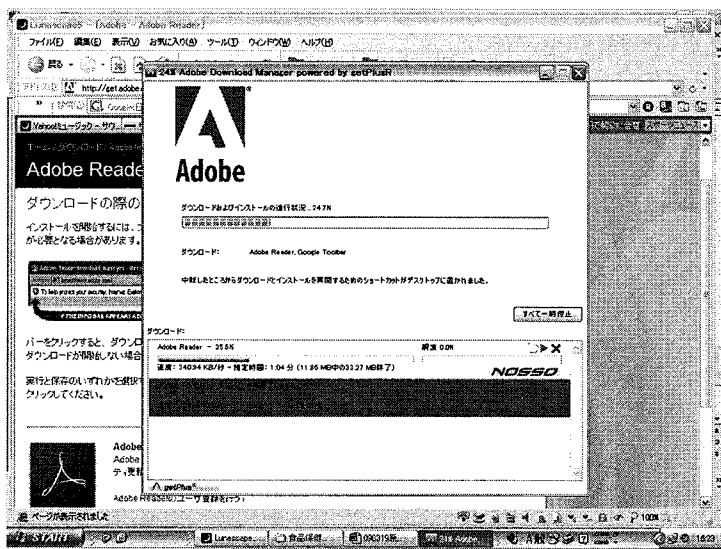
その下の黄色いダウンロードをクリックするとー *次ページへ



このような画面が出る事があります。下のこのソフトウェアをインストールしますかと表示が出た方は、この操作は不要です。



その場合は、点線楕円の部分をクリックし“ActiveXコントロールのインストール”をクリックしてください。



“インストールする”をクリックしてください。

この様な画面になりインストールが始まります。

“インストールが正常に終了しました”と表示され、“OK”をクリックして終了です。後はPDFファイルをクリックすると自動的にアドビリーダーが立ち上がり、見る事ができます。

まだまだ未熟な Web ページですが、皆様のお力でより良いものとしていきたいと思ひます。是非、ご意見・ご希望をお寄せください。


info@jfqao.jp

《特集》

食品保健指導士の

職場を訪ねて⑧

漢方薬・生薬認定薬剤師

尾川 利恵子さん



・長野県生まれ
・東京薬科大学卒業、薬剤師・臨床検査技師の資格を取得
・病院薬剤師、脳神経外科研究室勤務を経て、イタリア・スペイン・ペネズエラに在住、ミラノにて薬草療法を学ぶ
・平成一三年、漢方薬・生薬認定薬剤師
・平成一五年、食品保健指導士
・平成二〇年、薬用植物指導員(社団法人・東京生薬協会認定)

今回は、日本食品保健指導士会(以下指導士会と記す)東京支部の役員として、また(財)日本健康・栄養食品協会(以下日健栄協と記す)の一階展示ルームで説明要員として活躍されている尾川利恵子食品保健指導士(以下指導士と記す)に登場いただくこととしました。六月一六日、日健栄協の四階にある指導士会事務局において関本会長にご対面いただき

きました。

海外在住十一年は貴重な経験でした。

(関) 本日はお忙しいところお越しいただきありがとうございます。

(尾) 私でよろしいのでしょうか。

(関) いえいえ、我々としてはもっと早くご登場いただきたいと思っておりましたので、今回ご承知いただけたということをお喜びしく思っております。

(尾) 光栄に思います。

(関) それでは、早速始めさせていただきます。尾川さんは、薬剤師ですが、それに加えてこの指導士の資格を取得されようと思われた動機はどのようなことでしょうか。

(尾) 当時、私は海外生活から帰国した直後で、薬剤師として、今まで病院薬局や研究室勤務などの経験はありますが、キャリア不足を感じ、何かプラスアルファのものをもちたいと願っておりました。そんな時に指導士の養成講習会を知りました。

(関) なるほど、この講習会のことほどのようにして知ったのですか？

(尾) たぶん漢方関連の新聞で知ったと思います。日本漢方協会の知り合いの先生に指導士養成講習会のことを尋ねたところ、よいと思うとアドバイスをいただき受講することを決めました。

(関) なるほど。尾川さんは漢方薬の資格もお持ちでしたよね。

(尾) ええ、漢方薬・生薬認定薬剤師*です。(関) さきほど海外生活が長かったとお聞き

しましたが、何年くらい、どちらでお暮らしたのでしょうか？

(尾) トータルで十一年弱ほど海外で暮らしていました。国は、ペネズエラ(カラカス)、イタリア(ミラノ)、スペイン(バルセロナ)、再びイタリアの順に滞在しました。

(関) 長期でしたね。どのようなことで海外生活となったのですか？

(尾) 夫の仕事の都合です。(関) そうですか。あちらで薬剤師の仕事はできたのですか？

(尾) 駐在員の家族の身分で行く場合、家族が仕事をするとは認められません。イタリアにいた頃は薬草療法とラテン語を、またスペインにいた頃はバルセロナ大学に通っていました。

(関) すばらしいですね。何を勉強されていたのですか？

(尾) スペイン語と一般教養科目(四科目)を履修しました。古代美術史を選択し勉強しましたが、その折、古代ギリシャの医神・アスクレピオスについて学んだことで、自分が医療人の一員であることを再認識し今があります。

(関) 言葉は大丈夫だったのですか？

(尾) スペイン語ですが、何とか勉強しました。

(関) 国内で薬剤師として仕事をすることはあるのでしょうか？

(尾) 先ほど申しましたように、海外に行く前に、公務員の立場で病院の薬局で働いたことがありますが。その他、旧国立病院医療セン

ターの脳神経外科研究室（組織培養）でも働きました。

（関）いろいろな経験をおもちですね。

* 漢方薬・生薬認定薬剤師：日本生薬学会及び（財）日本薬剤師研修センターによって、漢方薬・生薬に関する専門的知識を修得し、能力と適性を備えた薬剤師であることを認定され、認定薬剤師証を授与された薬剤師を指します。平成一三年四月よりスタートしました。

健康食品の安全性は多面的に確立を。

（尾）平成一三年に「医薬品の範囲に関する基準」の改正によって、食品も医薬品と同じ



日本食品保健指導士会
関本邦敏会長

形状（カプセルや錠剤等）が認められることになりました。改正によって健康食品が従来と異なる形で摂取できるようになりました。必要成分等が濃縮されたエキス剤という形であったりするわけです。それにより過剰摂取の可能性が出てくると思っています。

（関）なるほど、私は個人的には健康食品に医薬品と同じ形状を許可したことは間違いだと思っております。

（尾）パーキンソン病の方が、健康食品の摂取によって、主治医から投与されていた医薬品の効力が減弱されたという問題もありました。医薬品との相互作用が起きるものもあるわけですが、まだ消費者にその辺りの理解がないように思います。

（関）そうですね。

（尾）日健栄協の一階展示ルームの当番のとき、消費者から電話で相談がくることがあります。健康食品の名称をいわれても安易に薬との相互作用をお話できないように思います。薬局の店頭でご本人と対面している状況ならば、病状、処方薬などの情報が得られるので言えるのですが、電話では分らない事が多いですから、迂闊に不安を与えてお薬を止めてしまう事態にならないように注意しないといけないと思っています。

（関）私もそう思います。実際その健康食品を摂取しているかどうかもしりませんしね。相手の状況がわかりませんから、安易なアドバイスはできません。

（尾）相談電話で相談者に「今ほかに服用している薬はありませんか」と聞いても「ない」

と答えられる。しかし、いろいろ話しを続けているうちに他の薬の名称がドンドン出てくる場合があります。その場合は、健康食品との相互作用の問題も出てくる可能性があります。その問題は調剤薬局で聞いてもらおうのが一番いいと思います。

（関）健康食品は本来健康な人が摂るもので、病気になったら医薬品だけ服用すべきだと思います。まずは病気を治してから健康食品をとることを勧めます。

（尾）私は、病院へ行くほどではないが、少し調子が悪いなどというときは、効能効果が表示された一般薬（OTC）を利用した方がよいと思っています。医薬品ですから効果がよいときは長期の服用もしませんし、服薬を中止し病院に行くようにも指示されています。

（関）トクホや一般の健康食品は、エビデンスの違いがありますが何らかの機能性をもっている食品です。ですから、健康食品は医薬品を服用していない人が使うものと思っただ方がよいのではないのでしょうか。

（尾）そうですね。服薬している人は必ず主治医か薬剤師に相談するようにアドバイスをするべきです。消費者に健康食品と医薬品とは相互作用があると言うと、薬きらいの人は薬のほうを止めてしまう可能性がありますので。

（関）医薬品で治らないものが健康食品で治るわけではないのですよね。自己判断であれこれ健康食品を摂取している人が少なくないですね。

（尾）治療の機会を逸する事態は避けなければ

ばいけないと思っています。

(関) 第三者認証制度についてどう思われますか？

(尾) 必要と思いますが、この制度は原材料に關しての安全性の認証ですから、できれば今後、賦形剤の長期摂取や複数成分の摂取に關しての検証等も是非行つて欲しいと思います。被害者が出るまでは分らないということのないようにお願いしたいと思います。

(関) なるほど、我々は指導士の立場で、第三者認証の内容について、日健栄協に提案してもいいのかもしれないね。

プロ集団の指導士会を目指しましょう。

(関) 指導士会に望むことはありますか？

(尾) 指導士には、様々な資格(例えば栄養士や薬剤師など)をもった方が多くいます。それぞれの分野でのプロ化を目指したいと思ひます。例えば栄養士は栄養バランスと健康食品の摂取の關係、薬剤師は医薬品と健康食品との相互作用について、また食品会社に勤務されている指導士は、適切な販売方法のマニュアルを作成するなどといったことで、それぞれの特技を生かし、それを指導士会全体に還元していくということですね。出来れば相互交流も自由に出来て・・・。

(関) なるほど、いい考えですね。それぞれの分野で勉強会、研究会を実施するということですね。

(尾) そうです。その他にも、日健栄協一階の展示ルームの活用をしたらいいと思います。(関) どのような？

(尾) 指導士の情報交換の場として活用するのです。例えば、比較的自由な時間がとれる月曜日の午前中に、予め決められたテーマに基づいて発表する指導士、興味のある指導士が集まつて自由に意見交換するのです。

(関) セクションごとに？

(尾) 誰が発表してもいいと思います。ときには展示ルームの説明要員スタッフ同士のミーティングがあつてもいいと思っています。

(関) それはいいですね。

(尾) 実行してダメなら、さらに知恵を出して改善していけばいいことです。何もしないよりは、何か得るものが多いと思います。

(関) おっしゃるとおりです。

将来、「証」「氣」でカウンセリングを。

(関) 将来、指導士の資格をどのように生かしていきたくですか？

(尾) 指導士の資格も活用しながら、漢方薬局でカウンセリングをしてみたいと思います。そのためには「証」や「氣」が診られるようになりたいと思っています。

(関) 尾川さんには、常に向上の意欲をお持ちで敬服いたします。

(尾) 病気の人は大変敏感になつていて、自分自身がそれを受け止める自信、下地がないと患者さんをもつと不安にさせてしまひます。知識を増やし、能力を高められる機会があれば、ぜひ勉強したいと思つています。

(関) 尾川さんは東洋医学に向いていますね。(尾) 人間の「氣(エネルギー)」という精神的なものからアプローチしたいと思つていま

す。薬物療法より優れている面も多いと思つています。最近ではアメリカでも生体エネルギーの研究が盛んに行われています。

(関) 医学部の先生と一緒に実行されるというでしょうか。実際、K大学医学部では治療現場に中医学を取り入れ、たいへん効果をあげています。やがて開業医でも実行する医師が出てくるかも知れませんね。

(尾) ご助言をありがとうございます。

着実に指導士の知名度を高めましょう。

(関) 日健栄協や指導士会への要望は？

(尾) 一番目には、指導士の社会的立場を高めるのが大切です。昨年の通常総会後の記念講演および今年三月の東京支部会の勉強会において、日健栄協の理事長が、臨床検査技師の場合を例にあげられ、「当初、国家資格ではなかったが、努力して、社会的に不可欠な職能にまでレベルアップしたとき、臨床検査技師として国家資格となつた。指導士はそれを見習うべきでは」と。今は努力を積み重ねていく必要があると思つています。

(関) そうですね。さきほど尾川さんがおっしゃられたように専門部会の立ち上げや展示ルームにおける集団研鑽の実施などを通じて、全指導士のレベルアップを計るとともに、他のアドバイザリースタッフとも連携していかうと考えています。そのためには是非とも會員皆様のご理解とご支援が必要です。よろしくお願いいたします。本日はありがとうございました。

(尾) こちらこそありがとうございました。

(七) 幹事会開催(四回/年)

(八) 展示ルームの有効活用(未実施)

(九) 支部活動の支援(支部会開催/千葉二回、東京四回、関西一回)

(一〇) 質疑応答/田中吉春指導士、山内盛指導士、永島正一指導士等から、会員増加の方策、(財)日本健康・栄養食品協会(以下日健栄協と記す)と対等の関係において指導士の認知度アップ等を協議する、昨年実施された指導士養成講習会の内容制度のときは事前に協議すべき等活発な意見が出た。関本会長より、さらに努力することはやぶさかではない、今後幹事会で検討すると回答。

また田中指導士より、外部の講演活動に一部の指導士が多いのは何故かとの質問があった。関本会長より、たまたま他に対応できる人がいなかっただけでそれ以外の理由はないと回答。講師の希望者をリストアップしておくために希望者を募ることをしたい。幹事会で検討して対応すると回答。

右記、一号議案が、満場一致にて承認された。

五. 二号議案/平成二〇年度決算報告...

高村修一會計担当幹事

(一) 平成二〇年度「指導士会収支決算書(自:平成二〇年四月一日)至:平成二一年三月三十一日」(資料二)に基

づいて、高村幹事より報告がなされた。

(二) 監査報告書(資料三)に基づいて、松本監事より、四月二三日、岡村澄子監事と共に監査した結果、誤りがなく適切に会計処理されていると判断した旨の報告がなされた。

(三) 質疑応答/永島指導士より会に入らなければ資格を失うようにしたらよいとの提案、山内指導士より更新制度は活動を衰退させるのではとの意見、橋口さちこ指導士より会費未納に気付かなかつた場合は突然資料の送付が止められるのかとの質問。高村會計担当幹事より、事前に封筒に会費未納の表示や最終的には資料送付ストップの案内をする等丁寧に対応すると回答。

右記、二号議案が、満場一致にて承認された。

六. 三号議案/指導士会会則改訂...

関本邦敏会長

(一) 資料四に基づいて改定案の趣旨説明

(二) 質疑応答
右記、三号議案が、満場一致にて承認された。

七. 四号議案/平成二一年度指導士会

活動計画案... 関本邦敏会長

(一) Web Page 充実の件
(二) 秋期研修会開催の件

(三) 公益活動推進の件

(四) 会報発行の件

(五) 幹事会開催の件

(六) 支部活動の活動促進の件

(七) 指導士及びアドバイザリースタッフの知名度向上促進の件

(八) 展示ルームの有効活用の件

八. 五号議案/平成二一年度予算案の件...

関本邦敏会長

(一) 資料五に基づき説明

(二) 質疑応答/田中指導士より、健康博覧会における当会のブースで説明要員を務める会員と、日健栄協のブースを手伝う会員とで日当に相当の開きがある。日健栄協の日当に合わせたらどうかとの提案。関本会長より幹事会において検討すると回答。
*岩浪課長より日健栄協の場合は日当ではなく、謝金(交通費込み)として支払っていると指摘。

右記、四・五号議案が、満場一致にて一括承認された。

九. 六号議案/役員改選の件... 関本邦敏会長

(一) 関本会長より、改選時期故、幹事の立候補者を募集したが応募がなかった旨報告がなされた。

(二) 会場にて立候補者を求めたが応募がなかった。

(三) 関本会長より、高村會計担当幹事の自己都合による辞任に伴い、佐藤衣

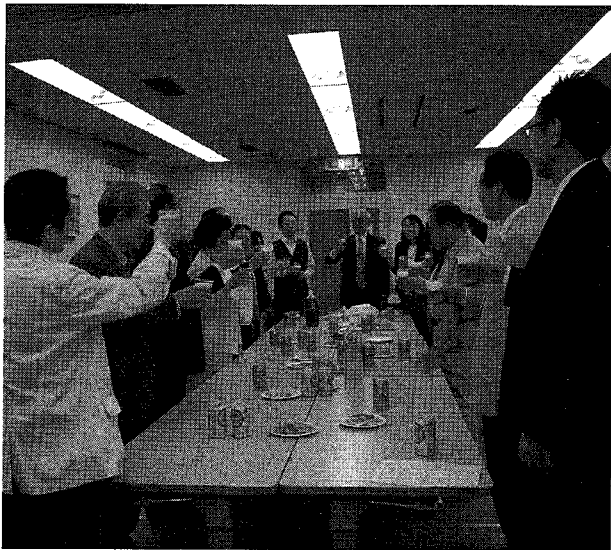
代指導士を後任として推薦したい旨
提案がなされた。
右記、六号議案が、満場一致にて承認さ
れた。

【記念講演】

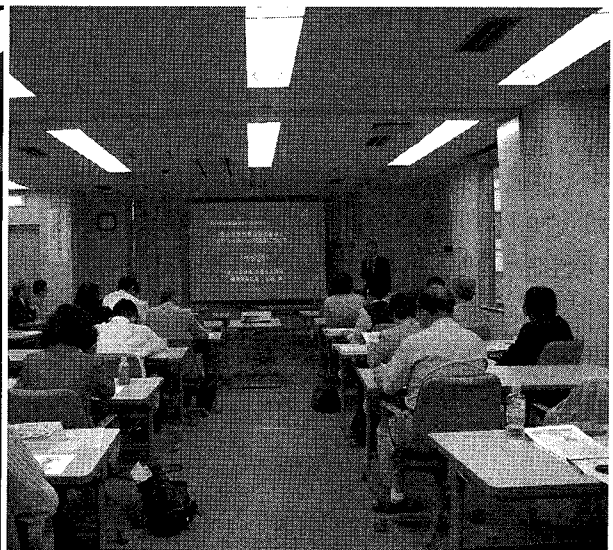
演題：「安全性第三者認証の意義とJHF
A・GMPとの関連について」
(財) 日本健康・栄養食品協会
健康食品部 部長 加藤博先生
説明：「更新制度について」
(財) 日本健康・栄養食品協会
教育研修部 岩浪恒平課長

【懇親会】

- 一. 開会挨拶：日本食品保健指導士会
会長 関本 邦敏
 - 二. 祝 辞：(財) 日本健康・栄養食品
協会 健康食品部
部長 加藤 博 先生
 - 三. 乾 杯：(財) 日本食品保健指導士会
幹事 能美 茂
 - 四. 閉会挨拶：日本食品保健指導士会
副会長 池田 千恵子
- 懇親会は、(財) 日本健康・栄養食品協会
の加藤部長様、岩浪課長様にも指導士会会員
の輪に加わっていただき、暫し和気藹々のう
ちに行われました。
会場貸与等、すべてにわたってご配慮賜り
ました日健康協様に感謝申し上げます。
(文責：書記／杉浦上太郎)



懇親会＝乾杯＝



記念講演をされる健康食品部加藤部長

食品保健指導士

◇ 活動レポート ◇

講演会を担当して

東京都 岡村 澄子

(財) 若さの栄養学協会からの依頼で、六
月一五日(月) 講演会の企画・運営を担当さ
せていただきました。まず講演一には健康食
品の危機管理を目標に、講師を(独) 国立健
康・栄養研究所情報センター長の梅垣敬三先
生にお願いしたところ、お聞き入れくださり、
「健康食品とサプリメントの適切な使用の考
え方」という演題を頂戴した次第です。

講演は来年度から使用される「日本人の栄
養摂取基準二〇一〇」の講義に始まり、続い
て研究所から配信されている「健康食品の素
材情報データベース」について、その活用を
詳しくお話しいただきました。

講演二の神奈川県栄養士会理事石川雅子
先生からは「メタボ予防が習慣になるために」
むつかしい課題を実践された成果をお聞きで
きました。

食品保健指導士会は、この講演会の案内を
ホームページに掲載、杉浦事務局長、松山幹
事、田中東京支部長の他、渡邊笑淳指導士、
藤澤京子指導士、横田和子指導士、松永鷲生
指導士、川野好也指導士、小川郷子指導士の
九名のご出席をいただきました。
(以上)

日本食品保健指導士会
◇ 支部活動レポート ◇

「東海支部」結成総会の報告

東海支部 支部長 柴田 勝

- 一、日時平成二十二年四月二十六日(日)、一三時～一六時四五分
 - 二、場所愛知県産業貿易会館 本館会議室
 - 三、目的東海地区の指導士が一同に結集し、普及、発展に努める。同時に、地域の関連産業(主に食品関連)、大学、研究機関のオープン参加を認めることにより、枠をこえた新しい、研究テーマ、ビジネスチャンスを相互に模索する。
 - 四、出席者合計三二名(内指導士会一五名)
 - 五、決定事項
 - (一) 役員の選出

東海支部長	柴田 勝(三重県)
支部幹事(副支部長)	近藤 敬子(愛知県)
支部幹事(副支部長)	服部 修二(愛知県)
支部事務局	千種ゆう子(愛知県)
静岡県ブロック長	卯川 裕一
愛知県ブロック長	河村 紀子
岐阜県ブロック長	吉村 和則
三重県ブロック長	若生 暁子
- 以上、八名の役員が満場一致で承認された。
(二) 支部名「東海支部」に決定

- (三) 年間行事/アンケートを基に、今後、役員会にて決定(例:研修会、見学会等)
- 六、講演

(一) 記念講演

① 「食の安全・安心について」

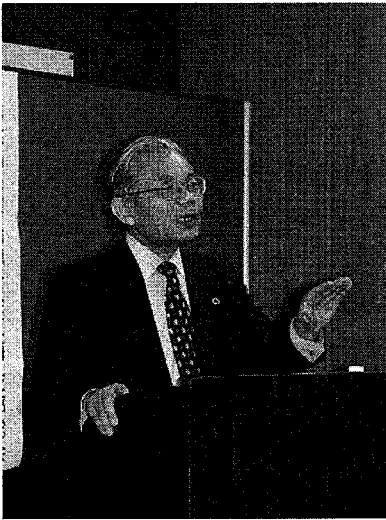
日本食品保健指導士会

会長 関本 邦俊

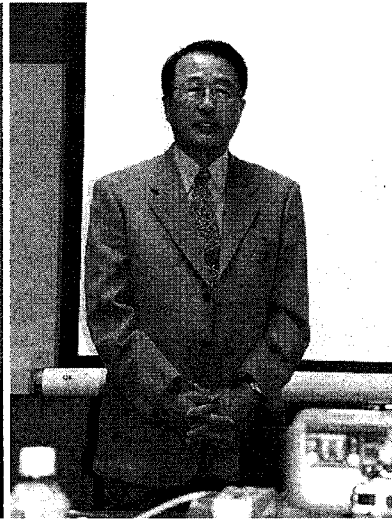
② 「トクホ最新情報」

日本食品保健指導士会

事務局長 杉浦上太郎



特別講演される佐藤教授



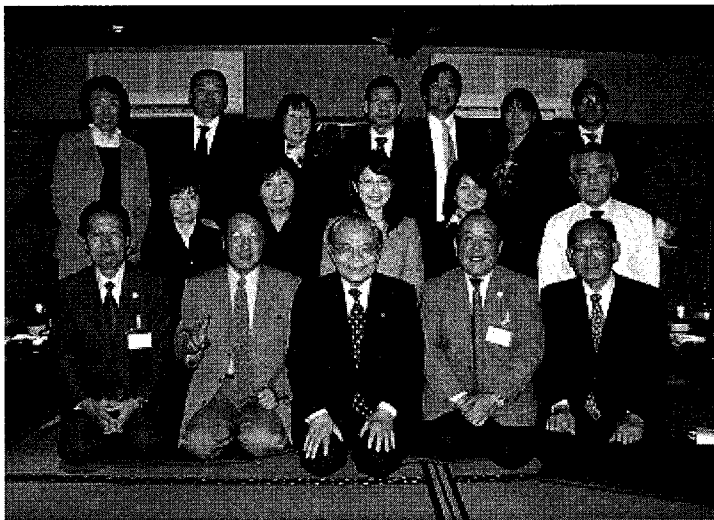
柴田東海支部長の挨拶

- (二) 特別講演
「健康指導に役立つメタボリックシンドロームの知識」

愛知学院大学心身科学部長
(名古屋大学医学部名誉教授)

佐藤 祐造 教授

三題とも時機を得た演題であり多くの共感を得たが、特に、特別講演の佐藤先生の話に対しては、会員外の参加者からも多くの賛辞が送られ、成功裡のうちに総会は終了した。その後、懇親会にも多数の出席を頂き、和やか且つ積極的に意見交換がされた。



懇親会 = 記念撮影 =

平成二二年度

「第一回東京支部」研修会

東京支部 尾川 利恵子

- 一、日時：平成二二年五月二三日
- 二、場所：東京都薬用植物園
- 三、出席：一九名
- 四、レポート（左記）

「植えてもよいケシ・ダメなケシ」

Ⅱケシの研修会を体験してⅡ

近年、脱法ドラック、麻薬そして大麻草の違法栽培などが社会問題として大きな関心を集めています。そこで今回はケシをテーマに五月の勉強会を行いました。

ケシは、多くの医薬品の原料（モルヒネ、コデイン、パペリンなど）となっている重要な薬用植物で、その栽培は法律で規制されています。ケシの栽培許可を得ている植物園は全国で六箇所あるようですが、その一つである東京都薬用植物園で研修を行いました。

当日は、お天気にも恵まれて大変内容の濃い研修ができました。まず植物園の研修室でケシの特徴・見分け方・医薬品への応用などスライドと資料を使って薬用植物園園長・北川重美先生より講義を受けました。その後、園内のケシ栽培区で間にケシを観察しながら説明を聞き、更に知識を深めることができました。このような機会は、なかなかありませんので勉強会に参加された指導士の皆様（一九名）にとっても貴重な体験だったと思

います。今年は例年に比べてケシの開花が早く、当日は僅かにケシの花が残っている状態でしたが、一面に林立するケシ坊主（ケシのさく果）は、なかなか見事でした。



東京都薬用植物園にて

また、同じ栽培区にはアサの苗木もあり、アサの特徴なども併せて学習することができました。まだ膝丈ほどのアサの木が、夏ごろには一メートル三センチほどの高さに成長することを聞き、改めて驚きました。「昔から新生児の産着には、アサの葉の柄“を用いて、子供がすくすくと丈夫に育つことを願った」といわれていますが、アサは茎が丈夫で真直ぐ伸びる特徴があり、また成長も早いことに由来しているのですが、アサを目の当りにして、なるほどと納得できました。

簡単ですが、以下にケシの見分け方を記しておきますので、ご参照ください。

栽培できないケシ

ケシ（ソムニフェルム種）Papaver somniferum

アツミゲシ（セティゲルム種）Papaver setigerum

＜共通する特徴＞

- ①茎に毛がない（あっても極めて少ない）
- ②葉が茎を包み込んでいる（苞葉）
- ③葉の切れ込みが浅い
- ④葉が白っぽい緑色

＜特 徴＞

- ①花弁の下に「ハカマ」と呼ばれる苞葉がある
- ②オニゲシによく似ているが、花の色、苞葉の形で区別する

各地でこれらのケシが雑草化して、草むらや道端に生えていることがあります。もし発見した場合は、必ず、警察や保健所に通報して下さい。（以上）

日本食品保健指導士会活動

●平成二二年度第一回幹事会

▽平成二二年四月二三日（木）

▽於：（財）日本健康・栄養食品協会1F

▽出席幹事／関本会長、池田副会長、高村・

阿部・松山・能美幹事、杉浦事務局長

▽岡村澄子・松本三恵子監事（九名）

▽オブザーバー／日健栄協：教育研修部

岩浪課長（一名）