



年に1度の祭典、JAMHAシンポジウム。今年は10月に開催いたします。

多くの女性と悩みを共有した実績を持ち、講師として教壇に立つ傍ら外部セミナーでも漢方を学ぶ楽しさを広めている  
薬日本堂の齋藤友香理さん、ドキュメンタリー「グレートジャーニー」でメディアも注目、現在も多方面からの  
インタビューに対談、トークショーでもご活躍中の医師・探検家の関野吉晴さんによるご講演です。

## 講演 1

13:00~14:30

### 「薬食同源 ～気軽に始める薬膳のコツ～」



● 齋藤 友香理 ーさいとう ゆかりー

薬日本堂漢方スクール講師・薬剤師。  
東京理科大学薬学部卒業後、薬日本堂に入社。10年以上店舗で臨床を経験し、直近ではニホンドウ漢方フティック青山で店長を務め、多くの女性と悩みを共有した実績を持つ。講師となった現在、薬日本堂漢方スクールで教壇に立つかわら社員教育にも携わり、「養生を指導できる人材」の育成に励んでいる。

遠い昔、神農という伝説の神様が数多くの植物を口に  
して、食材と生薬との区別がなされたと言われていま  
す。逆説を唱えるならば、どちらも食べられるもので、そ  
れぞれに効能があるので源は同じ。日々の食材選びを意  
識すれば、今日からでも薬膳を始めることは可能なの  
です。「漢方や薬膳って難しい」「珍しい食材を揃えるのが  
面倒」などと尻込みせず、「食材のどの性質が自分を助  
けてくれるだろう」「今の自分に必要な食材は何だろう」  
という興味から薬膳の世界に飛び込んでみましょう。  
気軽に始められる薬膳のコツをご紹介します。

## 講演 3

16:30~17:00

### ーパネルディスカッションー

- パネラー ● 齋藤 友香理氏 ● 関野 吉晴氏 ● 小林理恵 (JAMHA理事)
- 司会進行 ● 林 真一郎 (JAMHA副理事長)

## 講演 2

14:50~16:20

### 「伝統社会の植物利用」



● 関野 吉晴 ーせきの よしはー

探検家・医師 / 武蔵野美術大学教授  
一橋大学在学中に探検部を創設、アマゾン全  
域踏査隊長としてアマゾン川全域を下る。そ  
の後、現地での医療の必要性を感じ、横浜市立  
大学医学部へ入学、医師となり、南米への旅を重  
ねる。1993年から2002年にかけて、アフリカで  
誕生した人類がユーラシア大陸を通過してアメリ  
カ大陸に拡散した道を、南米最南端から逆ルー  
トでたどる「グレートジャーニー」に挑んだ。著  
書、写真集多数。1999年植村直己冒険賞受賞。

私が初めて海外に行ったのは学生時代のアマゾンの  
旅でした。それから20年間はアマゾンに通いながら、  
アンデス、パタゴニア、ギアナ高地など南米各地を訪  
ねました。いちばんの興味は人間だったので、その土  
地の先住民の中に入って専ら居候生活をしていま  
した。人類拡散のルートを辿るグレートジャーニーでも、  
その土地の自然と共に生きる人々を訪ねました。その  
体験から伝統社会の食べ物と植物について語りたい  
と思います。



★ 昨年の会場の様子

## 出店企業一覧



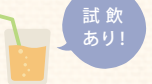
出店販売スペース

このマークが  
ついている店舗では  
販売商品の  
試飲ができます。

ハーブティーやエッセンシャルオイルなど、  
各店様々な商品を販売する予定です。  
お気軽にお立ち寄りください！

### 4 グリーンプラス株式会社

- メディカルハーブブレンド
- J-aroma (国産精油)
- J-herb (国産ハーブ)



### 5 株式会社生活の木

- エッセンシャルオイル
- ハーブティー
- スーパーフード

### 6 株式会社ニールズヤードレメディーズ

- エッセンシャルオイル
- ボディケア商品
- 雑貨

### 1 株式会社グリーンリーフ

- ハーブ食品 (パン・菓子)
- ドライハーブ
- オリジナル商品 (ペースト・ジャム他)



### 7 株式会社フレーバーライフ社

- ハーブティー
- エッセンシャルオイル



### 2 株式会社ジャパンライフデザインシステムズ

- 書籍 (『石垣島ハーブ暮らし』)
- ブラックビネガー
- 温育スパイス ● ハーブティー



### 8 有限会社サンドラ

- サラシア茶
- マローブル
- パタフライピー



### 3 養命酒製造株式会社

- ハーブの恵み
- 高麗人参酒
- 琥珀生姜酒



### 9 株式会社今村工業

- アーユルヴェーダ関連商品
- しょうがシロップ
- ハーブティー

