tamari中医学養生学院
ベーシックコース
講義概要

①漢方薬の使い方

第1水曜日　12:00-13:00
講師：杉山卓也（タクヤ先生）

第1回　気虚の漢方

第2回　気滞の漢方

第3回　血虚の漢方

第4回　瘀血の漢方

第5回　陰虚の漢方

第6回　水滞(痰湿)の漢方

第7回　「肝」の漢方

第8回　「心」の漢方

第9回　「脾」の漢方

第10回「肺」の漢方

第11回「腎」の漢方

第12回　総まとめ

②子供でもわかる経済学

第1水曜日　19:00-20:00
講師：杉山卓也（タクヤ先生）

第1回　お金とは何か？
物々交換なんてやってられっか！の古代人の叫び

第2回　効用の最大化
100 円の割引のために 1 時間ならぶこと
効用を最大化するための「限界効用の法則」

第3回「物価」を理解しよう！
値引き交渉で一番得するのはダレ

第4回　資本主義と社会主義
「自由 VS 平等」勝ったのはどっち！？

第5回　銀行と信用
結婚詐欺が生み出す幸せ？！

第6回　株と投資について
誰も触れなかったタブーに触れます

第7回　景気って何？
アイドルの握手券から見る経済成長

第8回　インフレとデフレ　ドラゴンボールで語ってみます

第9回　赤字解消～金融緩和　ドラゴンクエストで語ってみます

第10回　景気対策　ぶっちゃけどうなるの日本は？

第11回　価値の相対性　本当にその商品にそんな価値あるの？

第12回　お金の本当の意味
幸せに暮らしていくために絶対に知るべきこと

③食養生薬膳

第2水曜日　12:00-13:00
講師：久保奈穂実（なおみん）

第1回　薬膳ってなぁに？
（食材の五味・五性・帰経など）

第2回　季節の食養生（梅雨）

第3回　季節の食養生（夏）

第4回　季節の食養生（秋）

第5回　季節の食養生（冬）

第6回　季節の食養生（春）

第7回　気虚の食養生

第8回　気滞・血虚の食養生

第9回　瘀血・津虚の食養生

第10回　津液停滞・陽虚の食養生

第11回　臓腑弁証と食養生（心・脾・肺）

第12回　臓腑弁証と食養生（肝・腎）

④メンタル学

第2水曜日/第2木曜日　19:00-20:00
講師：杉山卓也/櫻井大典（隔月交代）

第1回（杉山）
　対面で相談された時にメンタルを病まないためのメンタル学

第2回（櫻井）
　心理学とは　心の構造

第3回（杉山）
　自分と無関係なのにもらい病んでしまう人のメンタル学

第4回（櫻井）
　好きと嫌いの心理学

第5回（杉山）
　何かにどうしても依存してしまう人のメンタル学

第6回（櫻井）
　精神医学

第7回（杉山）
　必要以上に考えすぎてしまう人のメンタル学

第8回（櫻井）
　カウンセリング技法、傾聴の話

第9回（杉山）
　他者との関係性で疲れてしまう人のメンタル学

第10回（櫻井）
　中医学から見た心

第11回（杉山）
　どうしても前向きになれない人のメンタル学

第12回（櫻井）
　こころの養生法

⑤中医養生学
第3木曜日　19:00-20:00
講師：櫻井大典

第1回　暮らしのこと

第2回　心のこと　ストレスと養生

第3回　食べること　食の好みと養生

第4回　食べること　中医養生的健康な食べ方

第5回　寝ること

第6回　春夏、梅雨の養生法

第7回　秋と冬の養生法

第8回　症状別対策　風邪のお話

第9回　症状別対策　胃腸（脾胃）のお話

第10回　症状別対策　更年期の養生

第11回　症状別対策　苛々憂鬱の養生

第12回　症状別対策　花粉症の養生法

⑥中医診断学

第4土曜日　18:00-19:00
講師：中神洋和（ぴーてん）

第1回　望診
全身状態を望る、顔色、体つき、体の状態、局所
（頭髪目見鼻唇歯喉皮膚）

第2回　望診、聞診
舌診、音声、臭い

第3回　問診
寒熱、汗、痛み、耳目、睡眠

第4回　問診
飲食と味覚、二便、婦人科、小児

第5回　切診（脈診）

第6回　八綱弁証
概念、表裏弁証、寒熱弁証、虚実弁証、陰陽弁証

第7回　気血津液弁証
気虚、気陥、気滞、気逆

第8回　気血津液弁証
血虚、血瘀、血熱、津液

第9回　臓腑弁証
心小腸病、肺大腸病

第10回　脾胃病、肝胆病

第11回　腎膀胱病、臓腑兼病

第12回　太陽病、陽明病、少陽病、太陰病、少陰病、厥陰病

⑦女性の漢方学

第4水曜日　12:00-13:00
講師：柳沢侑子（やなゆう）

第1回　月経の基本

第2回　月経周期の特徴

第3回　PMS・月経不順

第4回　月経痛

第5回　子宮筋腫・子宮内膜症

第6回　不妊

第7回　産前・産後

第8回　更年期

第9回　冷え・むくみ

第10回　便秘・膀胱炎

第11回　頭痛・肩こり

第12回　中医美容

⑧中医基礎理論

第3水曜日　12:00-13:00
（初回は第4水曜 19:00-20:00）
講師：今井健二（イマケン）

第1回　中医学の特徴
中医学の三本柱とは、陰陽五行説

第2回　気血津液①
気血津液とは、気血津液のはたらき

第3回　気血津液②
気血津液の関係性、経絡とは

第4回　臓腑①　心と肺

第5回　臓腑②　脾と肝と腎

第6回　臓腑③　六腑、奇恒の腑

第7回　臓腑の関係

第8回　病因①
疾病の発生、外感六淫、疫癘

第9回　病因②
内傷七情、飲食不節、労逸、痰飲瘀血

第10回　病機①
発病原理、邪正闘争、内生五邪

第11回　病機②
陰陽失調、気血津液失調、臓腑失調

第12回　予防と治療原則
中医学的な予防、治療原則の種類

※初回は19:00-20:00