



**いちかわメディカル&ファームの  
実現に向けて**

**ハーブで楽しく健康づくり**

**山本 聡子**

**2014.7.12**

●ハーブって？

メディカルハーブは

心身のバランスを整える



## ●自己紹介

**山本聡子** 市川市大野町在住

**アレルギーと楽しく向かい合う会代表**  
**日本メディカルハーブ協会認定ハーブプラクティショナー**  
**ナード・アロマセラピー協会認定アロマインストラクター**



ハーブ、アロマ講座



ハーブ園管理

# ●活動に至った動機



# 市川市におけるアレルギー性疾患の実態

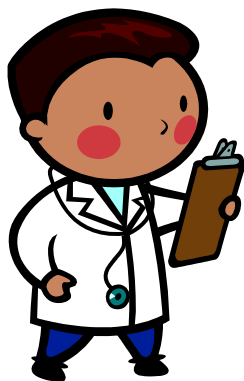
2009年1-6月期の上位20病名

順位	0-9歳	10-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60歳以上
1	アレルギー性鼻炎	アレルギー性鼻炎	近視性乱視	アレルギー性鼻炎	アレルギー性鼻炎	高血圧症	高血圧症
2	気管支喘息	アレルギー性結膜炎	アレルギー性鼻炎	近視性乱視	アレルギー性結膜炎	アレルギー性鼻炎	高脂血症
3	湿疹	近視性乱視	アレルギー性結膜炎	アレルギー性結膜炎	近視性乱視	高脂血症	糖尿病
4	耳垢栓塞	近視	近視	慢性副鼻腔炎	高血圧症	糖尿病	アレルギー性鼻炎
5	急性胃腸炎	気管支喘息	アトピー性皮膚炎	気管支喘息	高脂血症	アレルギー性結膜炎	高コレステロール血症
6	アレルギー性結膜炎	インフルエンザ	気管支炎	腰痛症	慢性胃炎	高コレステロール血症	不眠症
7	喘息性気管支炎	アトピー性皮膚炎	湿疹	気管支炎	腰痛症	近視性乱視	胃潰瘍
8	アトピー性皮膚炎	慢性副鼻腔炎	胃炎	胃炎	糖尿病	胃潰瘍	慢性胃炎
9	結膜炎	湿疹	急性胃炎	近視	気管支喘息	慢性胃炎	腰痛症
10	インフルエンザ	気管支炎	インフルエンザ	咽頭炎	慢性副鼻腔炎	腰痛症	便秘症
11	気管支炎	インフルエンザA型	急性胃腸炎	急性胃炎	うつ病	不眠症	アレルギー性結膜炎
12	滲出性中耳炎	耳垢栓塞	気管支喘息	便秘症	胃潰瘍	便秘症	近視性乱視
13	インフルエンザA型	急性胃腸炎	腰痛症	慢性胃炎	不眠症	胃炎	狭心症
14	慢性副鼻腔炎	調節緊張症	咽頭炎	湿疹	胃炎	逆流性食道炎	白内障
15	皮脂欠乏症	咽頭炎	インフルエンザA型	アトピー性皮膚炎	高コレステロール血症	湿疹	逆流性食道炎
16	下痢症	結膜炎	慢性副鼻腔炎	うつ病	湿疹	高尿酸血症	変形性膝関節症
17	急性中耳炎	尋常性疣贅	便秘症	インフルエンザ	気管支炎	気管支喘息	骨粗鬆症
18	急性鼻炎	急性胃炎	結膜炎	急性胃腸炎	鉄欠乏性貧血	慢性副鼻腔炎	胃炎
19	感染性胃腸炎	感染性胃腸炎	脱水症	鉄欠乏性貧血	急性胃炎	うつ病	遠視性乱視
20	咽頭炎	咽頭喉頭炎	うつ病	インフルエンザA型	近視	肩関節周囲炎	高尿酸血症

# 昔の病気・今の病気

	1950年以前	1950年以降
病気の種類	伝染病・感染症	心身症・生活習慣病
病気のタイプ	うつる病気	つくる病気
医療の目的	キュア(治療)	ケア(予防)
医療の場	病院	家庭
医療の主役	医療関係者	本人・家族

自己管理、セルフケアの必要性



薬草



西洋・近代医学

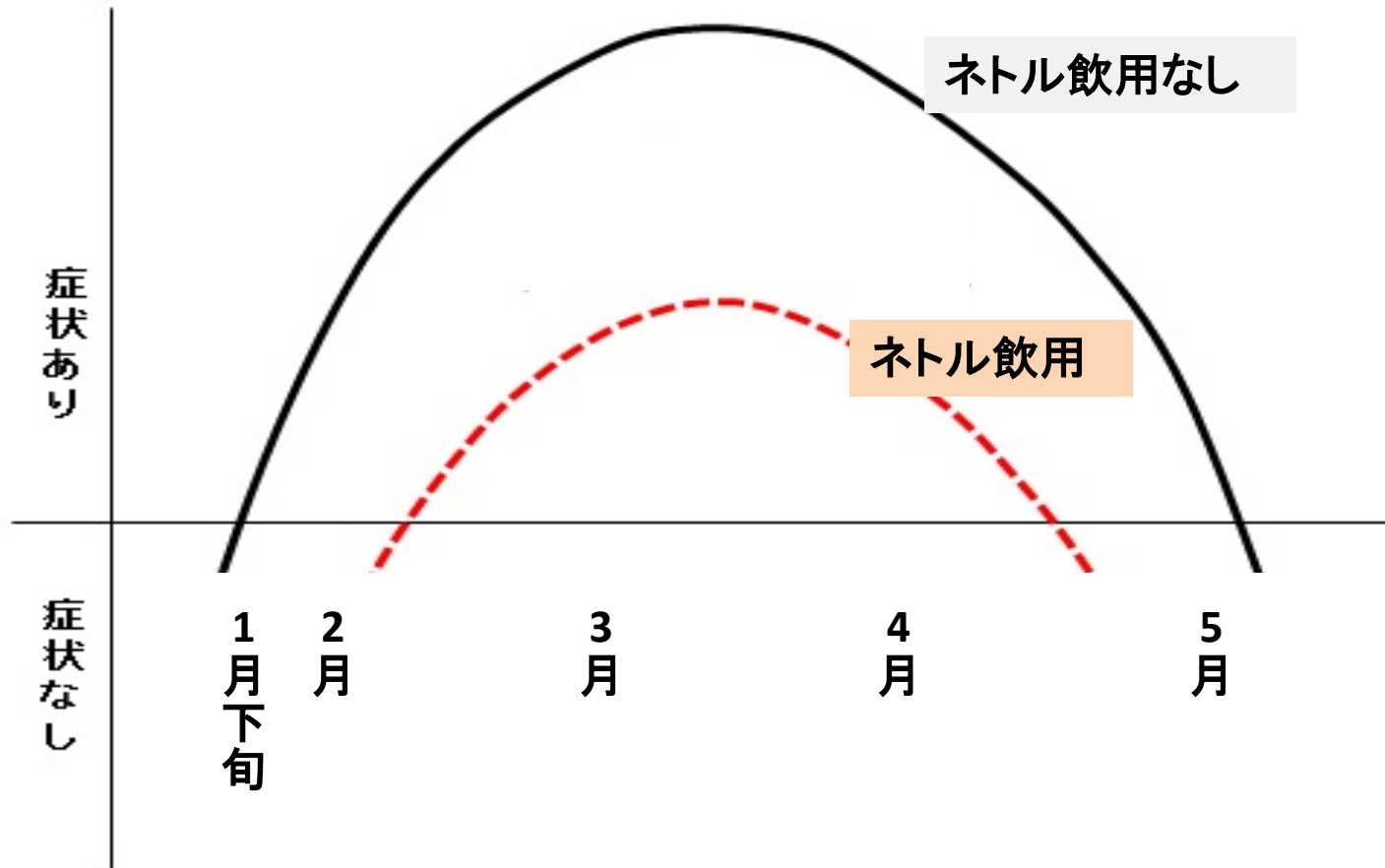
医療品、手術、放射線

代替療法

メディカルハーブ、  
食事療法、温泉療法、  
ヨガ、気功など多数

統合医療

# 「ネトル」アレルギーに必須のハーブ



**花粉症**に対するネトルの使用イメージ



# ハーブの利用例

症 状	ハーブティー
不眠	ジャーマンカモミール リンデン
胃の不調	ジャーマンカモミール ペパーミント レモンバーム
体力消耗 目の疲れ	ハイビスカス ローズヒップ
高血圧	ホーソン スギナ
かぜ インフルエンザ	エルダーフラワー エキナセア
高血糖（糖尿病） 肥満	マルベリー ダンディライオン

病気を「治す」ということではありません。  
ハーブによっては、使用上の注意が必要です。必ず専門家に相談してください。

日本初ハーブ外来

# 入谷 栄一 先生



いりたに内科クリニック院長

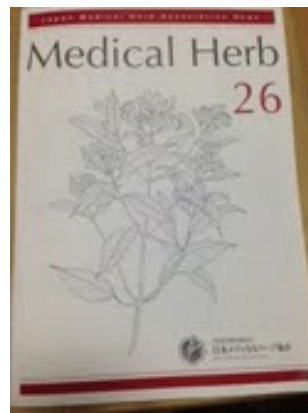
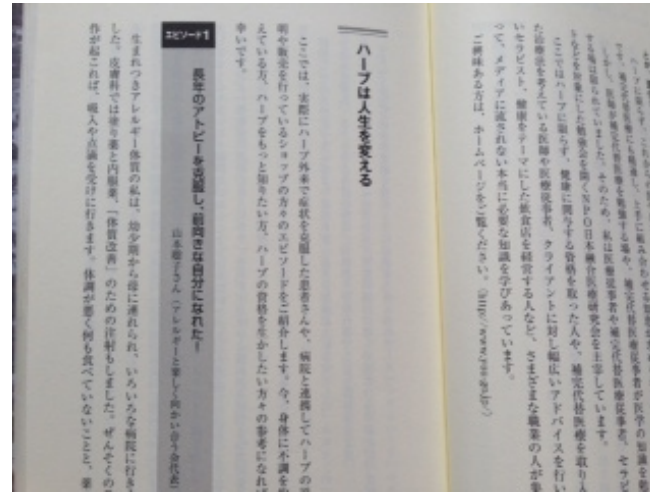
メディカルプラザ市川駅統合医学センター長・呼吸器センター長

日本内科学会認定内科医／日本がん治療認定医機構がん治療認定医  
日本呼吸器学会呼吸器専門医／日本アレルギー学会アレルギー専門医  
日本結核病学会結核・抗酸菌症認定医／日本補完代替医療学会認定補完代替医療学識医  
日本アロマテラピー学会認定医師／日本医師会認定産業医  
日本臨床栄養協会サプリメントアドバイザー／インфекションコントロールドクター(ICD)  
NPO法人日本融合医療研究会理事長／NPO日本メディカルハーブ協会理事  
一般社団法人日本フィットセラピー協会理事／NPO法人心とからだの研究会

# 私の体験が紹介されました



## 入谷先生の著書



日本メディカルハーブ協会  
会報誌



大手ハーブショップ  
「生活の木」季刊誌

# アレルギーと楽しく向かい合う会



自分に合った治療法、セルフケアを学ぶ

治療の主体は自分



私たちの本音を伝える



農林水産大臣

平成24年12月就任

林 芳正

メディカルプラザ市川駅開院セレモニーにて

**「医」と「農」の融合**

発言！！



適度な運動



知識・情報の  
収集

すべてが関連して  
健康体へ



自然との対話

仲間との  
コミュニケーション



# 三世代親子や、都心の若い子が「土をいじりたい！」 市川は畑コミュニティに最適



# 理想・目的

医療費削減  
植物療法

体調のセルフケア

若いママの健康に対する意識UP

軽度の運動

朝型のライフスタイル

園芸療法

アレ楽会

地域症例検討会

食育

農業体験

ガーデニングシティー

自然観察

美しい景観

野菜・ハーブ栽培

地域の活性化

マイガーデン

大学との連携

発電

仲間づくり

気分転換

充実感・達成感

医

いちかわ  
メディカル&  
ファームの活用

農

畑でエクササイズ教室

医療セミナー（アレ楽会）

メディカルハーブ・アロマ講座

メディカルハーブ料理教室

植物療法の普及

資格取得制度

スタディーハウス

メディカルハーブティー開発

畑の学校

てづくり市

ものづくり講座

収穫祭

朝カフェ交流会

お茶会・ランチ会

レンタサイクル

おしゃれファッション

グッズ販売

ハーブ・野菜の加工品

i-Incナビ集客

畑カフェ

畑レストラン

雇用

雇用

直売所

宅配システム

# 事業・収益





**「医」と「農」を融合した**

**いちかわメディカル&ファームで**

**あなたは、何をしてみたいですか？**

# いちかわメディカル&ファーム

<http://medicalfarm.areraku.net/>



ご清聴ありがとうございました