
アーユルヴェーダ研究

No. 54

2023 年 (令和 5 年) 度版



(一社)日本アーユルヴェーダ学会
Ayurveda Society in Japan

目 次

沖縄の伝統食に学ぶ食の智慧 ～現代栄養学とアーユルヴェーダの視点で～	崎浜 キヌ	1
奈良の地に根ざすアーユルヴェーダの薬草 ～森野旧薬園視察の報告～	野村 真紀	16
アーユルヴェーダを日本で普及促進のための 仕組みづくりのロールモデルとしての菊芋	高橋 玄朴	26
あなたのとたりにもトウルシーを	長峰 美加子	41
植物ヘナの力を借りて美しい髪へ	秋山 加代子	51
ギーの効能と脂肪酸について	菱木 俊子	55
母親の栄養状態が影響する赤ちゃん	福島 美和子	60
「アーユルヴェーダに学ぶ『食』と『排泄』」 ——排泄と浄化を治療の根本におく人体観	山崎 萬里	68
<hr/>		
要介護高齢者におけるセサミオイルによる口腔ケアの症例報告	舟久保 徳美	72
総説 排便障害とフレイル、サルコペニア —現状、自然史および治療—	前田 耕太郎	77
<hr/>		
「報告」MOUおよびKAUMARCON		82