

● 改訂版からへの改訂版 2 刷への変更 ●

■P6 LESSON4「メディカルハーブを使う」1行目
 ハーブから有用成分を取り出して・・・
 ⇒ハーブから**機能**成分を取り出して・・・

■P37 17行目
 さらに、有効成分には水に溶けやすい・・・
 ⇒さらに、**機能**成分には水に溶けやすい・・・

■P65 *おススメのレシピ*
 ①エルダーフラワーのティー 手順
 ～熱湯で3分間**程度**抽出し・・・
 ⇒～熱湯で3分間抽出し・・・

②ネットルのティー 手順
 ～熱湯で3分間**程度**抽出し・・・
 ⇒～熱湯で3分間抽出し・・・

■P92 用語辞典 ナ行
 ナチュラルメディスン 自然療法のこと。
 ⇒**ナチュロパシー** 自然療法。

● 改訂版 2 刷から 3 刷への変更 ●

■P62 Memo
 安全性については『メディカルハーブ安全性ハンドブック』（東京堂出版）を参考としており、『メディカルハーブ安全性ハンドブック第2版』の発行に伴い、下記表記を改訂いたしました。Memoは試験範囲に含まれませんので、試験には影響いたしません、大切な項目です。

Memo

ハーブの安全性

ハーブの中には、含まれている成分によって特定の医薬品との併用が制限されていたり、特定の体質や体調によって使用制限されるものがあります。これについては、米国ハーブ製品協会が約650種類のメディカルハーブを評価した安全性のクラス分類があり、専門家の中で活用されています。日本国内で食品として販売されているハーブはおおむね安全ですが、クラス分類の意味を理解していれば、多種類の中からハーブを選択するときの目安になります。

メディカルハーブの安全性の分類

クラス分類	分類の意味
■クラス1	適切に使用する場合、安全に摂取できるハーブ
■クラス2a	外用のみに使用するハーブ
■クラス2b	妊娠中に使用しないハーブ
■クラス2c	授乳期間中に使用しないハーブ
■クラス2d	特定の使用制限があるハーブ
■クラス3	医療従事者の監督下でのみ使用するハーブ
■クラス4	分類のための十分なデータが入りできないハーブ


Memo

ハーブの安全性と医薬品との相互作用

ハーブの中には、含まれている成分によって特定の医薬品との併用が制限されていたり、特定の体質や体調によって使用制限されるものがあります。これについては、米国ハーブ製品協会が約500種類のメディカルハーブを安全性の観点から評価を行い、クラス1からクラス3に分類しました。また、薬物相互作用の観点からもクラスAからクラスCに分類しました。日本国内で食品として販売されているハーブはおおむね安全ですが、クラス分類の意味を理解していれば、多種類の中からハーブを選択するときの目安になります。

メディカルハーブの安全性と相互作用の分類

安全性 クラス分類	分類の意味
■クラス1	適切に使用する場合、安全に摂取することができるハーブ
■クラス2	記載された植物含有成分の使用に関する資格のある専門家による特別な指示がない限り、以下の使用制限が適用されるハーブ
クラス2a	外用のみに使用するハーブ
クラス2b	妊娠中に使用しないハーブ
クラス2c	授乳期間中に使用しないハーブ
クラス2d	特定の使用制限があるハーブ
■クラス3	資格のある専門家監督下でのみ使用することができるハーブ 特定のラベル表示が推奨されている
相互作用 クラス分類	分類の意味
■クラスA	臨床的に関連のある相互作用が予測されないハーブ
■クラスB	臨床的に関連する相互作用が起こり得ることが生物学的に妥当であるハーブ
■クラスC	臨床的に関連する相互作用が起こることが知られているハーブ



※改訂版 3 刷～6 刷は修正なし

● 改訂版 6 刷から改訂版 7 刷への変更 ●

- P30 マテの学名
Ilex paraguayensis
⇒*Ilex paraguariensis*

- [おわりに]
下記、日本のハーブセラピスト紹介文を掲載

日本の長い歴史の中で、日常生活や行事などで使用されてきたハーブに関する歴史的、科学的な知識を身につけます。30 種類の日本のメディカルハーブと、生活圏や山野などで見かけることのある 16 種類の日本の有毒植物を詳しく学びます。

日本で利用されてきたハーブの特徴や有用性、さらに法制度と安全性を理解し、正しい知識をもってご自身やご家族の健康維持、増進に役立てることができる専門家です。

また、協会の認定を受けた認定校で日本のハーブセラピストコースの講師を務めることができます。
*ハーバルセラピスト有資格者で、かつ、認定校で日本のハーブセラピストコースを受講・終了し、認定試験に合格した方が取得できます。

● 改訂版 7 刷から改訂版 8 刷への変更 ●

- P8 組織図 国際情報委員会の削除
- P62 保存上の注意点
「密閉」 ⇒ 「密封」

● 改訂版 8 刷から改訂版 9 刷への変更 ●

テキスト全体での統一変更事項

1. 「剤型」⇒「剤形」

該当ページ

- P43 LESSON4 メディカルハーブを使う 3、4 行目
- P44 ハーブを利用するためのさまざまな方法 2 行目
- P46 ハーバルバス 2 行目
- P58 ハーブ以外の材料 1、4 行目
- P61 器具の消毒は入念にする 1、2 行目
- P82 強壯 5 行目
- P91 用語辞典サ行 1 行目

2. 「カロチノイド」⇒「カロテノイド」

- P54 浸出油 1 行目

● 改訂版 9 刷から改訂版 10 刷への変更 ●

- P9 INTRODUCTION
メディカルハーブ検定について
検定概要（試験の日時・実施場所）
⇒[協会 HP の QR コード追加](#)



● 改訂版 10 刷から改訂版 11 刷への変更 ●

■帯（裏表紙側） 会場 「オンライン」に変更
受験形式 「マークシート」⇒「オンラインによる選択式」に変更

■P8 組織図 執行部会・SDGs 委員会の追加

■P9 INTRODUCTION

メディカルハーブ検定について

3 行目

「日本のハーブセラピスト」を追加

5～6 行目

「4 つの資格認定」⇒「5 つの資格認定」に変更

検定概要（受験形式）

「マークシートによる選択式解答」⇒「オンラインによる選択式」に変更

■P16 伝統医学の衰退

9～10 行目

「日本でも 1882 年(明治 15 年)から 1883 年にかけて、医師免許法が施行されるのですが、」

⇒「日本でも 1883 年(明治 16 年)に、医師免許に関する法律が整備されるのですが、」

に変更

■P64 胃腸の不調

おすすめのレシピ

②ペパーミントパウダー(飲用) 手順

3～4 行目

「オブラートでの飲用は避けてください」

⇒「オブラートに包むとペパーミントの香りの刺激が期待できず、

効果が低減してしまうため、オブラートでの飲用は避けてください」に変更