

～News letter～ ニュースレター

発行: 〒819-0002 福岡市西区姪の浜4丁目8-2 えきマチ1丁目姪浜2F(JR姪浜駅ビル北口側)
心療内科 あこアロマガーデンクリニック TEL 092-892-1333(診察要:電話予約) URL: <http://ako-clinic.jp>

すっかり日も短くなって秋の深まりを感じさせる頃になりました。当院も来月11月19日について開院1年を迎えようとしています。通常の医療に加えて、アロマや鍼や言葉のセラピーを取り入れた新しい形の心療内科クリニックとして、どうやったら患者さんによりよい医療が提供できるかを日々試行錯誤しながら、この約1年間努力してまいりました。今後もスタッフ一同でよりよい治療を目指して頑張っていこうと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

あこアロマガーデンクリニック 院長 庭瀬亜香

♪ あーる君は5歳♪ vol.10
☆海の記憶☆

(お店で見つけた貝殻を耳に当てながら)

あーる君 「ママ! この貝殻お耳にあててみて
ほら、海の音がするでしょ?」

ママ 「まあ、ほんとだ! 海の波の音がするわねー」

あーる君 「どうして、海の音がするのかな? ママ知ってる?」

ママ 「どうしてかな～? ママわからないわー」

あーる君 「ぼく知ってるよ!(得意げに)」

ママ 「ほんとに? どうして? あーる君、ママに教えて!」

あーる君 「えっとねー、貝殻さんはね、昔、海にいたの。それでね、
その時のこと覚えてて、だから、海の音がするの」

ママ 「そうだったのねー! ママ知らなかったわ!
教えてくれてありがとう☆」

あーる君 「そうだよ! だから、お耳を当てるとね、
海のことを貝殻さんが思い出して音がすると。」
(耳を貝殻に当てて)「ほらね!」

ママ 「ほんとだ。ママにも聴かせて♪」

あーる君 「いいよー♪」



第8回セミナー

～ やる気がしない、疲れやすい、眠れない方へ ～
心のストレス対処法ついて

(クリニック待合室にて)

日時: 平成28年10月27日(木)12時半～13時半

※セミナーの当日参加可能です

～マザーテレサの言葉から～

思考に気をつけなさい。それはいつか言葉になるから。
言葉に気をつけなさい。それはいつか行動になるから。
行動に気をつけなさい。それはいつか習慣になるから。
習慣に気をつけなさい。それはいつか性格になるから。
性格に気をつけなさい。それはいつか運命になるから。

(マザーテレサはカトリック教会の修道女にして修道会
「神の愛の宣教教会」の創立者である。)



カウンセリングをしていると、たったひとつでも、物のとらえ方や
考え方が変わると、数珠つなぎに変化をして好転していく方が
おられます。そんなひとつ、ひとつに出会うお手伝いをしています。

☆～byカウンセラー・H～☆



スタッフ募集 (パート)
看護師、アロマセラピスト 若干名

当院では、今年11月で開院1年目を迎えるにあたり、開院以来初めて補充スタッフを募集致します。当院でのアロマや鍼、言葉のセラピーを取り入れた新しい心療内科の試みに興味を持って下さる熱意ある方の応募をぜひお待ちしております。

院長 庭瀬亜香

【郵送先】

福岡市西区姪の浜4丁目8-2

えきマチ1丁目姪浜2F

あこアロマガーデンクリニックスタッフ採用係

※自筆の履歴書に写真を添付し、返信用封筒を同封のうえ、上記まで郵送ください。書類選考のうえ、面接日時をご連絡致します。

開院当初の懐かしの写真



第9回セミナー

～ 眠れない、疲れやすい方へ ～

心を元気にする方法について

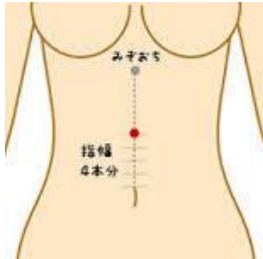
(クリニック待合室にて)

日時：平成28年11月25日(金)12時半～13時半

※セミナーの当日参加可能です



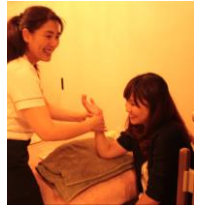
今月のツボ・・・中脘 (ちゅうかん)



胃腸の不調に

ストレス太り、食あたり、食欲不振
吐き気、胃痛、食欲不良、肩こり、頭痛
むくみ、めまい、便秘 など

※胃腸が弱い方は試してくださいね。



アロマな話(スイートアーモンドオイル)

あこアロマガーデンクリニックのアロマセラピーに使われるオリジナルキャリアオイルは数種類のオイルをブレンドしています。

(ブレンドオイルの中の一つ、スイートアーモンドオイルについて)



スイートアーモンドオイルは肌を柔軟にするエモリエント効果があり肌に滑らかさを与え、メラニン色素に働きかけて美白効果が認められており、日焼け後のケアには肌の炎症や痒みを抑えることが出来ます。なかなか寝付けず、すぐに目が覚めてしまうという方に、身体を落ち着けて精神の安定を促進するセロトニンやメラトニンの生成に関与しています。ヘアケアに古くから活用されていたオイルです。

アンケート結果

第7回セミナー(9月27日実施)のご報告

～最近、疲れやすい、眠れない方へ～心の疲れのデトックス方法について

とてもよかった	・・・	23%
まあまあ良かった	・・・	33%
良かった	・・・	45%

お忙しい中、沢山の方々にお越し頂きありがとうございました。熱心な参加者の方々から質問もたくさんあり、ほかに、院長先生の歌、てい鍼(刺さない鍼)の体験やアロマバスソルトのお持ち帰りなど盛りだくさんの内容を楽しんで頂けたようでした。参加者の方々からご感想を頂きましたのでいくつかご紹介いたします。

《セミナー参加者のご感想》

- 楽しかったです。気分転換になりました。ありがとうございました。
- もっと時間をかけて聞いてみたいです。上を向くと上へ下を向くと下へが心に残りました。
- てい鍼の体験や先生のお歌、子供を連れて参加させて頂きましたがとてもゆっくり過ごすことが出来ました。ありがとうございました。

インナーチャイルドセラピー

当院では、通常のカウンセリングより一歩踏み込んだ言葉のセラピーを行っておりますが、実際にセラピーを受けられた方からの感想を頂きましたのでご紹介いたします。

幼い頃の自分と出会い、自分では気がついていなかった気持ちを知ることが出来ました。私の場合、自分の気持ちより母の気持ちを優先させ、我慢していたシーンが出てきました。つらく、寂しく、悲しい気持ちがよみがえり、涙があふれました。大人の自分が、その幼い頃の自分を癒やすことで、気持ちがすっきり心も軽くなりました。(40代女性)



編集後記：もう10月、まだ紅葉にはちょっと早ですが、日暮れが早くなって秋の深まりを感じる毎日になりました。街中はハロウインの飾りつけでにぎやかですね。ハロウインはこどものお祭りですが、大人も子供ころにかえって楽しめ得るとよいですね。(By N)