



～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



早いもので、もう今年も残すところあと約3カ月となりました。当院も、今月から新しいスタッフが加わり、また気持ちを新たに、来るだけで心が癒されるクリニックを目指してスタッフ一同精進していきたいと思っております。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♪ vol.16 「ハロウィンはおばけのお祭り?！」

あーるくん 「ママ、ハロウィンって、おばけのお祭りって知ってた?」
ママ 「そうよー、知ってたわよー」
あーるくん 「ねえねえ、おばけってこわいの?？」
ママ 「こわくないわよー！」
あーるくん 「じゃあ、おばけに会ったらどうしたらいい?」
ママ 「そうねえ、こんにちは! って挨拶したら? そしたらびっくりしていなくなるわよー」
あーるくん 「そっか! そうすればいいんだー!」
ママ 「そうよー!」(にっこり微笑みながら)
あーるくんは強いでしょ?
だから、大丈夫!」
あーるくん 「ママ、よかったー!」(ほっとして)
「でも夜のトイレは一緒に行って…」
ママ 「いいわよー!」(苦笑)



心のライブラリー No.2

「あなたは人生に感謝ができますか?」 佐々木正美 著

「子育てがうまくいなくて…」と子育てのストレスでうつになって来院されるママが当院には沢山来られます。

児童精神科医そして精神分析家エリクソンの第一人者として知られている佐々木正美先生の本書は、一般の方向けにエリクソンの提唱した生涯を健康に豊かに生きていくためのライフサイクルモデルをわかりやすく説明しています。



子育てで悩んだとき、とても役に立つ愛にあふれた言葉が沢山載っています。佐々木正美先生は、惜しくも今年6月に亡くされましたが、先生の残した言葉は、子育てだけでなく、自分自身の人生に悩む多くの方々の役に立つのではと思います。

当院待合室にも置いてありますので、ぜひお気軽に手に取ってご覧ください。(By N)

☆今日のアロマ☆

暑かった夏も終わって、涼しくなり過ごしやすい季節になりました。それと同時に、秋は急激な環境の変化に身体がついていけず、心身のバランスが乱れることもあります。アロマを上手に使って、毎日を少しでも快適に過ごしてみませんか。

今月号のおすすめアロマは、ベルガモットです。

ベルガモットはミカンやレモンと同じ柑橘系の植物ですが、苦みが強いので余り食養には向かず、代わりに古代から香料や薬用として用いられてきました。紅茶のアールグレイの香りづけにも使われています。



鎮静系の作用のある成分を含んでいるため、うつにも効果があるといわれ、精神的にリラックスしたいときに向いています。

不眠の緩和にも有効なので就寝時にディフューザーなどでぜひ使ってみてください。



開院2周年記念セミナー (第14回セミナー)

ちょっと気分が沈んだとき 心が元気になる方法 (仮題) (クリニック待合室にて)

～うまくストレスに対処する方法について～ 日時: H29年11月17日(金) 12時半～13時半(当日参加可)

☆インナーチャイルドセラピーを受けられた方の感想☆  
(福岡市・30代女性)

インナーチャイルドセラピーが、どういう感じかわからなかったのですが、受けてみて良かったです。

セラピー中、思いもよらないところで、涙が出てきました。日頃、自分では意識していない所というか、わからない所というか、気づかないようにしていた部分が、あぶり出された感じがしました。

これからは、恥ずかしがらずに、自分の好きなことをしようと思います。ありがとうございました。



♪新スタッフ紹介(受付)♪

9月から新しい受付スタッフが加わりました♪  
どうぞよろしくお願ひいたします。

【受付・新スタッフA.H.からの一言】

以前は透析クリニックに7年務めていました。子育てで少しブランクはありますが患者さんが癒される環境作りに笑顔で頑張りたいと思います。よろしくお願ひいたします。

- ◎ 趣味・特技  
耳つぼジュエリー
- ◎ 好きな食べ物  
モンブラン
- ◎ 行ってみたい場所  
ドクターフィッシュがいるところ
- ◎ 資格  
臨床工学技士、耳つぼジュエリー認定講師



【院長から一言】

子育てのブランクを経て、初めての受付に果敢に挑戦してくれています。素直で勉強熱心な方で、明るく爽やかな笑顔でがんばってくれていて、今からがとても楽しみです♪ みなさまどうぞ温かく見守ってやってください。



第13回 セミナー

やる気が出ない、疲れやすいと悩んでいる方へ  
～心の疲れを癒す方法～  
(クリニック待合室にて)  
日時：H29年9月29日(金曜)  
12時半～13時半 (当日参加可)

♪ちょこっと漢方のお話し♪

～加味逍遙散～女性の不安やPMSや更年期に

女性で生理の前後にイライラしたり調子が悪くなる人がとても多く来院されます。そんな方に効果が高いため婦人科でもよく出されるのが、この加味逍遙散です。



女性に用いられることが多く、不安や自律神経症状に効果が期待できます。不安障害や心身症やうつ病をはじめ、PMS(月経前症候群)や更年期障害、不眠症にも用いられることもあります。漢方の場合、人によって相性がありますので、もし試してみたい方がいたら主治医にお尋ねください。

スタッフ募集(パート) 看護師

～言葉を大切に、患者さんの心を  
全人的に癒すことを目指して～

あなたの知識や人生経験を生かして心の医療に貢献してみませんか?

全人的な心の医療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。

職種：看護師(正・准)

心療内科・精神科での経験者優遇  
(ブランクのある方歓迎!)

当院の医療理念・診療方針に共感しチーム医療で患者さんの心と共に歩み回復をサポートしたい方を募集しています。

応募されたい方は、自筆の履歴書に写真を添付し、返信用封筒を同封の上、下記まで郵送ください。書類選考後、面接日時をご連絡致します。

【郵送先】〒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  
あこアロマガーデンクリニック  
スタッフ採用係



編集後記: 猛暑だった夏も、9月に入ったら急に秋を感じさせるような爽やかな日々が増えてきました。いろんな行事なども多い秋、楽しんで過ごせるとよいですね♪(By N)