



オルタ健康ステーションだより No.10

発行：生活クラブたすけあいネットワーク事業部
編集：備ウエルライフ ☎ 045-471-1733
発行日：2006.12.11 Fax 472-0109

鍼灸クリニック漢方堂はこんな治療をしています!!

——開院して22年、皆様には安心して利用していただいています——

漢方堂の鍼灸治療は・・・

①はじめに・・・

鍼灸治療を始める前に
患者さんの両手首の
脈診をします。

②治療方針は・・・

脈診より、身体を巡る
14本の経絡(気の流れる
通路)の流れを押し
量り、これによって治
療の基本的な方針を
組み立てます。

③痛くない針・熱くない灸

痛む場所だけにとらわれず身体全体との関係を
診て「鍼」と「お灸」で経絡(気の流れる通路)
の流れを調整し、人間が本来持っている自然治
癒力を高め、体調を整えていきます。

私たちが診療しています・・・

ハワイアンバンドで活動中。
年数回のコンサートも!!

プロ級のお料理の腕前。パン作りも
天然酵母を使うなど、こだわり派!!

片道13kmをマウンテンバイク(自転車)で通勤。
心臓破りのヤビツ峠を自転車で登坂したり、耐久
レースに参加も!!

時間があいた時には“らくらくハ
イキング&温泉”そして“一杯”
が極上の楽しみ!!

●高津漢方堂 044-852-0195 ●オルタ漢方堂 045-473-6388

・月曜日 … 吉村圭子
・火曜日 … 鹿田玄風
・水曜日 … 今田紫笛
・金・土曜日 … 村尾敬玄

木曜・日曜・祭日休診

田園都市線宮崎台駅下車 生活クラブ 高津センター内

・火・木曜日 … 今田紫笛
・水・土曜日 … 鹿田玄風
・金曜日 … 吉村圭子

月曜(電話受付は可)

日曜・祭日休診

新横浜駅下車 オルタナティブ生活館2階

[診療時間] 各曜日とも 9:30~17:00 —要予約—

[診療費] 大人 3500円(回数券19000円・6回分)

中学生以下 2500円(回数券13500円・6回分)

[初診料] 1000円(エッコー共済加入者は初診料無料になります)

漢方堂の患者さん——

- ・中学受験をひかえた小学生。疲れとストレスのためか円形脱毛症になり、漢方堂で治療を受けました。先生と話しをすることにより気持ちもゆったりし、疲れも取れるようになり、治りました。家でもしっかりお灸を続けたそうです。
- ・大人の方。ここ数年9月になると、鼻づまり、鼻水等のアレルギーに悩まされ、蓄膿症も併発。耳鼻科の先生に「このままだと手術ですよ」と言われ「手術はしたくない」ということで漢方堂に通うようになりました。快方に向かい手術もせずに済んでいます。予防のため8・9・10月に集中して通っています

～アロマセラピーについて～

ここ数年アロマセラピー(芳香療法)がブームとなりマスコミに取り上げられています。しかし没薬(ミルラ)、乳香(フランキンセンス)などのパワーは紀元前より認められており、聖書にも記載があります。

また、ハーブはヨーロッパの民間療法として知られています。科学の進歩とともに植物のエッセンスを簡単により出すことができるようになりました(蒸留法、圧搾法等)。精油(エッセンシャルオイル)は植物のエッセンスです。「気」「生命力」が凝縮されています。健康ステーションでは代替療法のひとつとしてアロマトリートメントを通して精油をからだと心と環境に取り入れて皆様の健康づくりのお手伝いをしています。

100%天然の精油は“くすり”ではありません。それぞれに植物のパワーを持っています。香りは嗅覚を通して精神的、肉体的に働きかけてバランスを取る力を与えてくれます。

あんず薬局アロマアーティスト 増田美香子

健康散策

一日体験講座のご案内

- 〈鍼灸〉** ってどんな感じ?.....鍼灸についてのお話と実技など
 2007年2月19日(月) 13:00~14:30 講師: 今田紫芭
 - 【2007年オルタ健康講座】に先立って体験してみませんか?
 - 〈太極拳〉**
 2007年2月20日(火) 14:00~15:30 講師: 陳石磊
 - 〈氣功〉**
 2007年2月23日(金) 11:00~12:30 講師: 津村 喬
- [場 所] 生活クラブオルタナティブ生活館(新横浜)
 [参加費] 各講座1000円/人(当日集めます)
 [申し込み] オルタ健康ステーション ☎045-471-1733
 [締め切り] 2007年2月15日(木)

リラクゼーションルームの療法紹介

《イトオテルミー》

直径4mm 長さ8cmのもの(テルミー線)が管の中に入っています

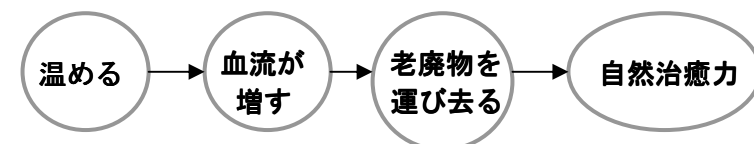
テルミー(THERMIE)はギリシャ語で温熱を利用した療法のこと

皮膚を摩擦したり、圧迫して自然治癒力に活力をあたえます

《三井式温熱療法》

遠赤外線を放射する温熱器

アイロンのようにからだに当てて注熱します



〜リラクゼーションルームのご案内〜

045-471-1733

終了時刻はいずれも施術終了の時間です

施術名	内 容	日 程	時間・料金(税込)
筋・筋膜療法 (整体)	凝り、痛みの部分を手で確認し、運動している筋肉で筋力低下(たるみ・ゆるみ)を起こしている部分を見つけ、そこを手で触れて、身体もバランスを整えます。 《着衣のまま、素手のみで全身を施術します》	第1・3木曜日 10時~17時	50分 5,000円
サウンド ヒーリング	ヘッドホンから音楽を聴き、リラックス効果の高い低音域の音を振動に変えて小さなクッションから骨伝道として体に伝えることで、心と体の深いレベルに動きかけます。《着衣のまま、ヘッドホンと体感音響機器を用いて行ないます》	第1月曜日 第2・4金曜日 14時~17時	40分 4,000円
アロマ トリートメント (フェイシャル)	東洋医学をベースにアロマの香りにつつまれて、自然な植物オイルを使い、顔、肩、首をやさしくトリートメントします。《上半身こちらで用意した着衣で、手のみ使い、自然な植物オイルとアロマでトリートメントします》	第1・3金曜日 第3水曜日 第4月曜日 13時~16時(施術終了)	30分につき 3,150円
同 (フェイシャル &背中)	フェイシャルに背中をセットにしたコースです。 《フェイシャルと同じです》	第2・4木曜日 10時半~17時	50分 5,250円
せいら 整 膚 (全身)	東洋医学でいう気血の流れを整えることにより、自律神経系、免疫系、ホルモン系のバランスを回復します。柔らかい手の温もりは遠赤外線以上のものがあります。是非、試してみませんか。《磁気温熱治療器で温めながら行ないます。衣服は着たままで》	第3月曜日 13時~16時	50分 5,000円
イトオテルミー (全身)	体表に適正な温熱刺激を与え、血液とリンパの流れが促進され、自然治癒力を高めます。心身の疲労回復、筋肉のこりと痛みの緩解、胃腸の動きの活性化に。《こちらで用意したバスタオルで体を覆いながら使用し、線香の熱を使用した器具を当て暖めます》	第2月、第3土曜日 10時~17時 第2・4水曜日 14時~17時	45分 3,500円
三井式温熱療法 (全身)	遠赤外線の効果で体を芯から温めて凝りをほぐし、リンパの流れや血行を良くし、老廃物を流します。自律神経を正常に戻し、細胞を活性化させ、免疫力を高めます。《こちらで用意した着衣で、遠赤外線の器具を当てて動かして温めます》	毎週火曜日 10時~13時	50分 5,000円

〜相談コーナーのご案内〜

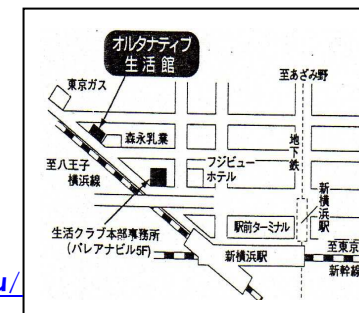
045-471-1733 (要予約)

相談名	内 容	日 程	時間(1回)/料金(税込)
からだと医療の相談 医師 佐田 博 先生	専門は消化器内科。健康上の不安、検査・診断・治療方法等について科目を問わず相談に応じます。必要に応じて専門医への紹介も。	第1土曜日 15:00~17:00	対面: 20分/2000円 電話: 20分/無料
心の相談 臨床心理士 渡辺 昭彦 先生	お話をうかがい、悩み事を解決する糸口を一緒に探していきます。必要に応じて医療機関への紹介も。	第3水曜日 14:00~17:00	対面のみ: 45分 /3000円
アトピー相談 生活クラブアトピーネット	アトピー・アレルギーに関することの相談をします。どなたでもお気軽にどうぞ。	第1・3木曜日 11:00~14:00	電話のみ /無料
食事と食生活相談 W.Co ぱーとなー	食生活を中心に健康生活へのアドバイスをします。	第4水曜日 14:00~17:00	無料(対面・電話とも)
健康づくり相談 W.Co あんず	検査してもどこも悪くないのに調子の優れない方。血流計、チェックシート等を使ってセルフケアを考えていきましょう。	第2金曜日 14:00~17:00	無料(対面・電話とも)

【お申し込み・お問合せ】

生活クラブ
オルタ健康ステーション

港北区新横浜 2-8-4 オルタティブ生活館 2F
 ☎045-471-1733
 FAX472-0109
<http://www.geocities.jp/orufakenkou/>
 mail: oru_sute@ybb.ne.jp



オルタ健康ステーションは、組合員の健康管理と健康づくり活動をバックアップするために、生活クラブがあんず薬局を運営する株式会社エルライフに運営を委託しています。

2006年12月30日(土)~2007年1月5日(金)はお休みいたします

♪「サウンドヒーリング」は2007年1・2・3月の3ヶ月間「10分単位で500円」でお試しチャンス!♪