



オルタ健康ステーションだより No. 6

発行：生活クラブたすけあいネットワーク事業部
編集：(株)ウエルライフ ☎ 045-471-1733
発行日：2006. 4. 17

4月から 鍼灸治療院 漢方堂 は一日(金曜日)開院日が増えます

高津・オルタとも開院日が週1日増え5日となります。より利用しやすくなった漢方堂をご利用ください。

高津 漢方堂

☎ 044-852-0195
かわさき生活クラブ高津センター1階
(木・日・祝日 休診)

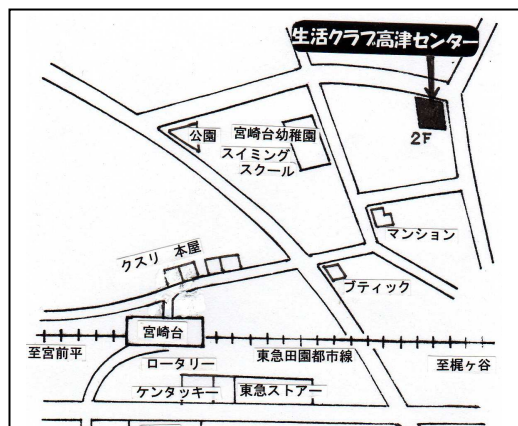
2月18日に新装オープンし、2ヶ月が経ちました。
1階に移り、明るく清潔な診療室は患者さんたちにとっても好評です。

鍼灸治療院
「漢方堂」は、
開院して22

年経ちます。その間、小さなお子さまからお年よりまでたくさんの方々に利用いただいています。

経験豊富な先生方が、患者さんの訴えにひとつひとつ丁寧に対応し、治療にあたっていますので、皆様には安心して利用していただいています。

このような患者本位の治療は、組合員はもとより、地域の皆様にも大変好評を得ており、「健康づくり」の拠点として親しまれています。



4月より金曜日も診療することになり、開院日は週5日となります。

診療は予約制になっておりますので、事前にお電話等でご予約くださるようお願いいたします。

皆様にご利用しやすい鍼灸院になるようこれからもスタッフ一同努めてまいります。

オルタ 漢方堂

☎ 045-473-6388
新横浜オルタナティブ生活館2階
(月・日・祝日 休診)

新横浜のオルタ漢方堂に
毎週「金曜日」は吉村圭子

「女性鍼灸師」登場!!
先生の診療日になります

先生紹介

	今田紫笹	鹿田玄風	吉村圭子	村尾敬玄
●高津漢方堂	*水曜日	*火曜日	*月曜日	*金・土曜日
●オルタ漢方堂	*火・木曜日	*水・土曜日	*金曜日	

*診療費 大人 3500円 子ども 2500円
*初診料 1000円 (エッコロ共済加入者は初診料無料になります)
——要予約/電話受付時間9:30~17:00——

増設

リラクゼーションルームのご案内 ☎045-471-1733 (要予約)

さまざまな**手技療法**の施術者により、リラクゼーションと自然治癒力を高め健康維持に役立てよう努めています。

私たちを取り巻く環境は飛躍的に便利になり、物質的に十分に満たされているにもかかわらず、多くの方が「心と身体の健康」に安心感を得られないでいます。これは、病院へ行って薬を飲んで安心するというものではなく、日頃の健康は自分で自分のケア**(セルフメディケーション)**が必要です。

心と身体がリラックスするために心地よい**手技療法**をお試しになりませんか？

施術名	内容	日程	時間・料金(税込)
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をかきながら、自然な植物オイルを使い、顔、肩、首の重要なツボを押し、やさしくトリートメントします。顔は全身の状態を表し、悪いところは凝り、くすみ、かゆみなどの症状として出ます。トリートメントは筋肉を緩め、健康的な明るい皮膚を作ります	第3水曜日 第4月曜日 第1・3金曜日 13時～ 16時(施術終了)	30分 3,150円
整膚アロマ(全身)	整膚は東洋医学の経絡に沿ってツボを中心に気の流れを整えていき、自然治癒力を高めます。内臓の失調は皮膚に凝りとして表れますので、凝りを解消することは健康への第一歩です	第3月曜日 10時半～ 16時(施術終了)	30分 3,150円
アロマリフレクソロジー	心と身体に心地よいアロマとオイルを使って、足の状態を整え健康に役立てます。足には内臓の反射区があります。健康は足の健康から。	第2・4木曜日 10時～ 13時(施術終了)	30分 3,150円
イトオテルミー	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、胃腸の働きの活性化などの効果を発揮します。施術後の心地よい温もりと体の軽さを、ぜひ体験してください。	第3土曜日 10時～ 17時(施術終了)	25分 2,600円 50分 5,000円
NEW 三井式温熱療法	遠赤外線温熱で冷えを改善することにより血行を促し、健康維持します。内臓のバランスをとり自然治癒力を高めます	毎週火曜日 10時～ 13時(施術終了)	全身 50分 3,500円
NEW 東洋整体蘇生術	人間の生理現象を利用した蘇生術です。マッサージや指圧と似ていますが根本的に違います。西洋医学の解剖学と生理学を軸に東洋医学4000年の体験医学を取り入れ、骨格、筋肉、神経、血行、栄養を調整し、5つの要素を正常に機能させることで健康を保ちます。	第1・2・4水曜日 10時～ 13時(施術終了)	50分 5,000円

健康散策

～21世紀に甦る漢方・中医学～

工業文明がおこってわずか三百年弱の間に、私たちがとりまく地球環境には大きな変化が起こった。自然破壊や環境汚染が急激にすすみ、その中で人間はひ弱になっていった。急速な都市化の中で伝統的な倫理観の崩壊が進んでいる。その中で、生活習慣病、心身症、これまで経験していない様々の難治性疾患などが健康問題の中心となり、現代医学の健康対策にも行き詰まりが見え始めている。

そうした中、最近になって、中国の伝統医学である「中医学」を見直す機運が次第に高まり、近代医学では治しにくい病気や健康づくりに対する「中医学」への期待が寄せられてきている。長い歴史を持つ「中医学」は「人類が自然と付き合う智慧の集大成」であるといっても過言ではない。古代の中国哲学をもとにして、生命の不思議さや生命エネルギーの流れを素直に認識し、自然との調和関係を図りながら健康状態を保ち、自然環境や社会環境との密接な関係から人体の健康を考慮して、《総合的に病気の予防と治療を行うのは「中医学」の真髄》である。現代医学とは異なって、人体を自然の流れに置き、「天人合一(自然と人間はひとつという思想)」に基づいた宇宙観や生命観、また、心身統合、周囲環境との調和関係などの捉え方によって、《よりシンプルに病気と健康の諸問題を認識するのは「中医学」の最大の特徴》と言えよう。

様々な難問に直面しているこれからの時代において、「中医学」がもつ自然環境や社会環境との調和の精神、人体をひとつのものとして生命の流れを把握する全体観、そして、それにそった具体的な治療内容はこれからの人類の健康問題の解決に大いに貢献することは間違いないであろう。

あんず健康講座講師 于爾康 うじこう

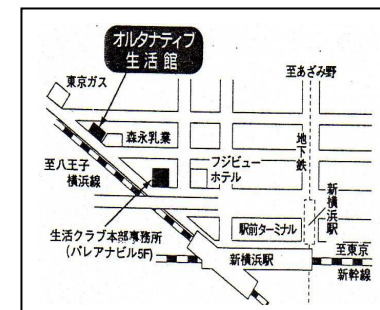
～相談コーナーのご案内～ 045-471-1733 (要予約)

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 栄養士	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 薬剤師	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1水曜日 14:00～17:00	無料(対面・電話とも)

[お申し込み・お問い合わせ]

生活クラブ オルタナティブ生活館

港北区新横浜2-8-4
オルタナティブ生活館2階
☎045-471-1733
FAX472-0109



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)ウエルライフに運営を委託しています。