

# ココロまち 通信



令和2年4月発行

発行元：ココロまち診療所（0466-77-9426）

## 健康の お話

### 当院で受けられる【花粉症の治療】

皆さんこんにちは。院長の片岡です。  
今回は当院で受けられる花粉症の治療法について情報提供します。



	長 所	短 所
薬	飲み薬、点鼻薬、目薬、貼り薬とバリエーション豊富。ドラッグストアで購入できるものも多い。	アレルギーの症状を軽減する薬なので症状がある間はずっと使う必要がある。
注射	値段が安い。副作用のリスクが非常に低い。アレルギーそのものを治す治療である。	毎週通院して最長6週間注射をし、3-4か月ごとに繰り返す必要がある。
舌下免疫療法	副作用のリスクが非常に低い。アレルギーそのものを治す治療である。	効果が出るのが遅く、数年は続ける必要がある。連日自身で舌下投与が必要である。スギとダニアレルギーのみが対象。

いずれも保険適応です。辛い症状を和らげるにはまず薬を使い、楽になってきたらアレルギーそのものを治す治療である「注射」や「舌下免疫療法」を行うことで、飲む薬の数や量を減らせるかもしれません。ご興味ある方はお問合せください。

### 往診 と 訪問診療 の 違い について



こんにちは。看護師の保田です。  
普段「先生が往診に来てくれる」という言葉を耳にする事があります。  
当院は「在宅療養支援診療所」という、  
**訪問診療(と週2日の外来)を行う医療機関**です。



ここで、往診と訪問診療の違いについてお伝えしたいと思います。

#### 往 診

外来通院中の患者さんの求めに応じて、医師が診療上必要だと判断した場合に自宅で診察すること。急に具合が悪くなった時など、**臨時的対応**として行われます。

#### 訪 問 診 療

定期的な**通院が困難**な患者さんに対して、患者さん又は御家族の同意を得た上で、**予め診療計画**を立てて**定期的**に自宅に診察に伺うこと。

診療開始にあたっては、身体状況だけでなく社会背景(生活歴や家族歴)等も伺いながら、どのような生活を望まれるか連携事業所と情報共有しながら診療にあたります。当院では診療開始前の面談の機会を設け、患者さん御家族からお話を伺いながらスムーズに診療に繋がる様、医師だけでなくスタッフ全員で関わる事を大切にしています。

ココロまち診療所で働きたい！看護師さん・事務職員さん募集中です！詳細はお電話にてお問い合わせください。



こんにちは。アロマ&ハーブを使ったケアやワークショップと、診療所の裏庭【こころのにわ】の管理を担当している橋本亜矢です。

## ダンディライオン



ハーブのお話

ダンディライオンは世界各地の伝統医学で自然薬として用いられてきた歴史を持ちます。

日本でも漢方薬の材料として

### 健胃

胃の運動や胃液の分泌をあげて胃の働きを活発にし、食欲不振や消化不良を改善する作用

### 利胆

肝臓の胆汁分泌を促すとともに、胆のうから十二指腸への胆汁の排出を促す作用

### 緩下

穏やかな作用で便秘を改善

### 催乳

母乳の分泌を促進する作用

を、目的に幅広く活用されています。

和名は西洋タンポポと言い、使用部位は葉(リーフ)と根(ルート)の二種類あり、使用部位によって作用も違います。

春はココロとカラダも活発になる季節。まだまだ朝夕の寒暖差や環境の変化などでなんとなく重く調子でないことも。軽やかさを手に入れ春を楽しみたい時にダンディライオンはいかがでしょう♪

無料

ふらっと  
ハーブティー  
いかがですか？

毎週火・木  
9時～16時  
おまちしています



## 556ワークショップ

料 金：1,500円(材料費込)当日現金にてお支払いください

開催時間：毎週火・木曜日 13:30-15:00、毎月第3土曜日 10:30-12:00

所要時間：たっぷり90分(ハバルトバス15分付き)

定 員：各1名(希望あればご家族、ご友人1名まで参加可。お知らせ下さい。)

申し込み：お電話ください 0466-77-9426

ご自分の  
こころとからだを整える  
アロマづくり  
してみませんか？

4月

### 『ハッピーな香りのミツウクリム作り』

不安やストレスから解放してくれる月桃の香りとハッピーで明るい気持ちと呼ぶルズグスイートの香りで前向きな気持ちに

5月

### 『ゴツコーラを使ったハーバルオイル作り』

けがや打ち身を改善する作用や肌の血色をよくする作用があり、スカルプケアにも



【講師】 橋本亜矢  
(AEAJ認定アロマセラピーインストラクター)  
(JAMHA認定ハーバルセラピスト)

## ココロまちギャラリー



毎週火曜日  
地主さんから  
新鮮な野菜が  
入荷されます♪

どれもひと袋  
100円です。

早い者勝ちですよ～！



畑も“こころのにわ”も  
春めいてきました♪



スタッフの  
赤ちゃんが  
生まれました。

片岡Dr.と  
赤ちゃんの  
レアショット♪

