

ココロまち 通信



令和2年6月発行

発行元：ココロまち診療所（0466-77-9426）

健康の お話

新型コロナウイルス感染症

皆様こんにちは。院長の片岡です。

新型コロナウイルス感染症が世の中を脅かし、外出自粛が続く中、小さなお子さんを抱えたお母さんたちは様々な苦悩を抱えた日々を送っているのではないかと推測します。



少しでもそんな親子の助けになればと思い、当院では「Malia-shonan-」というフリーマガジンを院内に設置することにしました。

必要な方は当院までお越しいただくか、もしくは何らかの手段でお渡しできればと思いますのでご連絡ください。

Malia-shonan-

3月・6月・9月・12月と年4回発行される無料の雑誌です。子育てが楽しくなるような、読むとホッと安心するような内容の雑誌となっています。以下のURLに当院以外の設置場所の情報が載っておりますので、ご参照ください。

URL：<https://www.malia-shonan.com/>



祝 開院2周年

こんにちは。事務の遠藤です。

2018年6月1日、ココロまち診療所が開院し、今月で2周年を迎えました。改めてここでココロまち診療所について、紹介いたします。

開院当初は、院長、看護師、事務、用務員、アロマセラピストの8名のスタッフでした。その後、管理栄養士が昨年4月から、今年になり、「こころのはたけ」のスタッフとして、今号で紹介されている城月さん・大平さんのお二人が加わっています。

スタッフそれぞれが、診療所の理念である「生きづらさ抱える人を支える」に対し、日々、活動しています。

また、藤沢市の北部・用田にある診療所は、綾瀬市や海老名市に隣接しており、のどかな所です。ちょっと都会の雑踏に疲れてしまったあなた、なんとなく診療所に興味を持ったあなた、是非一度遊びに来てください。スタッフ一同、お待ちしております！



2018年7月開院当初



2018年8月内覧会直前



2020年3月患者様からの寄贈



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【ココろのにわ】の管理を担当している橋本亜矢です。

ペパーミント



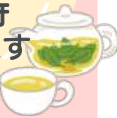
ハーブのお話

ペパーミントのさわやかなメントールの香りは眠気を吹きとばし、気分をリフレッシュしてくれます。また消化器の機能を調整するため、食べすぎ、飲みすぎ、食欲不振や消化不良、吐き気などの不快な症状を鎮めます。さらにストレスが元になって下痢や便秘、腹痛をくり返す過敏性腸症候群などの心身症にも用いられることがあります。

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、 月1回土曜日 10：30-12：00

所要時間：たっぷり90分（ハーバルトバス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

6月

『ハーバルクリーム作り』

5月に作ったハーバルオイルを使って、乾燥が気になるところに部分使いのフェイス用のハーバルクリーム作り（香りはユーカリラディアータ、ローマンカモミールのいずれか）

7月

『大人のラベンダーカルピス』

華やかな香りで甘すぎないラベンダーカルピスは、お洒落なおもてなしに



【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)



のうえんこえる
城月直樹



今年の2月から、診療所の隣の畑を耕作することになりました、のうえんこえる、の城月直樹と申します。藤沢・茅ヶ崎北部で有機農業を始めて5年目になります。年間で50種類くらいの野菜を栽培しています。微生物豊かな『肥える』畑で、様々な垣根を『超える』繋がりを作り『恋える』野菜を作りたいと思います。宜しくお願い致します。

初めまして！おーべーファームの大平です！

鎌倉の農家のこせがれで、ベビーリーフを専門に扱っています。ここでは地主さんと片岡先生、農家の城月さんを繋ぐマネージャー的な立ち位置でサポートさせていただいております。医療と食、自然と健康を意識したみんなが元気になるようなフィールド作りを目指します。



おーべーファーム
大平正晴
おおひらまさはる