

医療法人社団 健生会  
柳川クリニック  
みなとみらいケンズクリニック  
テイやながわ・癒しの樹

メディカルスパ 西鎌倉  
メディカルスパ 西鎌倉 鍼灸院  
メディカルスパ みなとみらい鍼灸院  
メディカルスパ みなとみらいカウンセリング



# 新年を迎えて

新しい年を迎え、皆様にはいかがお過ごしでしょうか。寒さの厳しい季節、お身体に気をつけて健康やかに過ごしていただきたいと願っております。

さて、鎌倉の「柳川クリニック」は今年の2月で14歳を迎えます。多くの方にご利用頂き、理事長柳川健、院長小尾龍右始め、スタッフより御礼申し上げます。鎌倉市は高齢化が今後もますます進み、私もがクリニックを始めた14年前とは少しずつ状況が変わってきていると感じます。ご高齢の方が利用しやすいクリニック作りを考えながら日々努力してまいります。どうぞご意見やご要望等が御座いましたら何なりとお申し出ください。今後在宅医療や送迎サービスなどを充実させていきたいと考えております。

横浜の「みなとみらいケンズクリニック」は今年の5月で2歳になります。内視鏡検査を中心に漢方内科、心療内科、生活習慣病の方など幅広くご利用頂きありがとうございます。桜木町駅前という利便性が良いため、横浜、川崎、都内からも多くの方に来院して頂いております。また併設の鍼灸院は予約が入りにくくなっております。近くにもう少し広い分院を現在検討中です。カウンセリングも予約が入りにくいため、実施曜日を増やす予定しております。みなとみらいでも、鎌倉と同様に西洋医

学にとらわれない統合的な医療を提供したいというコンセプトのもと、今年も院長柳川健 副院長小尾龍右 スタッフ一同努力してまいります。

昨年3月の震災からもうすぐ1年。今もその影響で不安の多い日々をお過ごしの方もいらっしゃると思います。皆様が体も心も健康でいられるようお手伝いさせて頂くことが私たちの使命であります。今年もよろしく願い申し上げます。

(柳川 健)

## テイやながわ・癒しの樹



座ることでもりハビリを・・・

新年明けましておめでとございませう。新しい年が、皆様にとって健康で幸せな年になりますよう祈っております。

寒い季節になりました。寒い寒いといって蒲団恋しと天井にとらめっこしている方はございませんか。まず椅子にお座りになって、ご自分の周りを観察して見てください。視界が広がりいろいろなものが目に付いてくると思います。四季折々に変化する戸外の様子、小鳥が飛んできたり、枯れ葉が舞い落ちたり、きれいなお花が目についたり・・・と興味がわいて外

(樋口)

医療法人社団 健生会  
**テイやながわ・癒しの樹**

〔住所〕  
鎌倉市西鎌倉3-3-13  
(旧 柳川クリニック)

〔TEL / FAX〕  
TEL : 0467-38-1702  
FAX : 0467-38-1701

〔定休日〕  
日曜日

## ◆◆メディカルスパ みなとみらい便り◆◆

**謹賀新年**  
旧年中は多くの方々にご来院頂き誠にありがとうございました。  
本年も皆さま方の健康管理の助けが出来るよう努めて行きたいと思っております。また、皆さまにとって良い1年となりますよう願っております。

2010年5月5日にメディカルスパの2号店『メディカルスパみなとみらい』がオープンしてはや1年半以上経過しました。メディカルスパみなとみらいでは、『心と身体の健康をすべての人に』をコンセプトとし、東洋医学である鍼灸治療とメディカルカウンセリングで心と身体をサポートしています。

**健康のツボ**  
三陰交(さんいんこう)。厥陰肝経、太陰脾経、少陰腎経の三経が交流するツボ。  
冷え症、生理痛などの婦人科系症状、冷えから来る下痢、足がつかないなどの症状に良い。



お灸やマッサージをしてみたいかかでしょうか？ぜひお試しあれ！  
※病態によって合わない方もいます。お悩みの方は鍼灸師にご相談ください。  
(鍼灸師 木村俊洋)

さて、健康は一日にして成らずと言います。從陰陽則生、逆之則死。從之則治逆之則乱。反順為逆、是謂内格。是故聖人不治已病治未病、不治已乱治未乱、此之謂也。夫病已成而後棄之、乱已成而後治之、譬猶渴而穿井、鬻而鑄錐、不亦晚乎。「病氣になってから治療したり、戦乱が起こってから対策を考えることは、口が渴いてから井戸を掘ることを思いつくこと、戦乱が起きてから武器を造ろうと考えることと等しい。それでは遅すぎる。病氣になってから治療することではなく、病氣になる前に予防することが自然の法則に従うことになり、健康を保つ事が出来る。」かなりいい加減な訳ですが、こんな感じの文です。これは、東洋医学の原典「黄帝内経素問」四氣調神大論篇の中の一文です。

東洋医学は「治未病」。まだ病氣になっていない内に治療して治す、予防することを重視する医学です。  
飲み過ぎや食べ過ぎ、運動不足、睡眠不足・・・お正月に不摂生した方も多いと思いますが、(私も飲みすぎました) 日頃の養生が大切です。  
今年1年健康で元気に過ごし、また来年を迎えられるよう養生していきましょう！

	メディカルスパ みなとみらい鍼灸院	メディカルスパ みなとみらいカウンセリング
住所	横浜市中区桜木町 1-1-7 TOC みなとみらい 3 階	医療モール内
電話	045-263-6848	045-651-2588
URL	http://www.medi-spa.jp/minatomirai/	
営業時間	月～金 / 11:00～19:00 (最終受付) 土・日 / 9:00～17:00 (最終受付) ※新規の場合、平日の最終受付は18:30となります。	11:00～19:00 (最終受付 18:00) 月 / 第1・2・3 木 / 第2・4 土 / 第1・3
定休日	祝日	日曜・祝日
休日	1月: 1日(日)～3日(火) 9日(月) 2月: 11日(土)	

## ◆◆メディカルスパ 西鎌倉便り◆◆

今日は、ノーマ・コーネット・マレットさんという方が息子さんを偲んで作られた詩をご紹介します。

「最後だとわかっていた」

あなたが眠りにつくのを見るのが最後だとわかっていたら  
わたしは、もっとちゃんとカバーをかけて神様にその魂を守ってくださるように祈っただろう

あなたがドアを出て行くのを見るのが最後だとわかっていたら  
わたしは、あなたを抱きしめてキスをしてそしてまたもう一度呼び寄せて、抱きしめただろう

あなたが喜びに満ちた声をあげるのを聞くのが最後だとわかっていたら  
わたしは、その一部始終をビデオにとって毎日繰り返し見ただろう

確かに、いつも明日は、やってくる。見過ごしたことも取り返せる。やりまちがったこともやり直す機会が、いつでも与えられている。

「あなたを愛してる」と言うことはいつだってできるし、「何か手伝わってか？」と声をかけることもいつだってできる。

でも、もしそれがわたしの勘違いで、今日で全てが終わるとしたらわたしは、今日どんなにあなたを愛しているか、伝えたい。

そして私達は、忘れないようにしたい若い人にも、年老いた人にも明日は誰にも約束されていないのだということを愛する人を抱きしめるのは今日が最後になるかもしれないことを明日が来るのを待っているなら、今日でもいいはず

もし明日が来ないとしたら  
あなたは今日を後悔するだろうから微笑みや、抱擁や、キスをするためのほんのちょっとした時間を、どうして惜しんだのかと  
忙しさを理由にその人の最後の願いとなってしまったことをどうして後悔されなかったのかと

だから、今日あなたの大切な人たちをしっかりと抱きしめよう。  
そして、その人を愛していること、いつでも、いつまでも大切な存在だと言ったことを、そっと伝えよう

「ごめんね」や「許してね」、「ありがとう」、「気にしないで」を伝える時を持つ  
そうすれば、もし明日が来ないとしてもあなたは今日を後悔しないだろうから...

今日を生きて、過去でもなく未来でもなく現在を大事に生きていく...。そして今ある幸せに気づき感謝して生きていく...そんな心のフィルターが持てたら素敵ですね。

(カウンセラー 柳川由美子)

☆ 1月・2月のいきいきセミナー ☆  
「サプリメントを有効に使おう！」  
日時：1月18日(水) 10:30～12:00  
講師：ナチュメディカ 長島 美由紀  
会場：メディカルスパ西鎌倉  
会費：無料 (いきいきクラブ非会員様は500円)  
定員：10名

	メディカルスパ西鎌倉
住所	鎌倉市西鎌倉 1-18-3
電話	0467-33-0121 (施術・セミナー等の受付はこちらまでご連絡ください。)
URL	http://www.medi-spa.jp/kamakura/
営業時間	平日 / 9:00～19:00 (最終受付 19:00) 日・祝 / 9:00～17:00 (最終受付 17:00)
定休日	第4, 5日曜日 (カフェは日祝休みです)

**【出張施術のご案内】** ※施術は完全予約制となります。  
当店では、ご自宅・オフィスにお伺いして各種代替医療の施術を行っております。療養中の方 来店が困難な方 妊婦さん 小さなお子様がいらっしゃるお母さまなどに好評いただいております。

◇施術メニュー  
アロマセラピー リンパドレナージュ カイロプラクティック オステオパシー ヘッドスパ  
鍼・灸・指圧マッサージ (病状によっては健康保険で治療が受けられます。)  
※出張施術は基本的に女性を対象に行っておりますが、療養中等の理由でご来店になれない男性の方もご対応させていただきます。

◇施術時間・料金：30分～ 料金は各施術によって異なります。施術料金のほかに別途出張料を頂戴いたします。  
◇出張エリア：鎌倉市 藤沢市 横浜市栄区 ※他地域の方でもご相談に応じます。  
◇出張料金：施術料金のほかに別途、出張料を頂戴いたします。

＜柳川クリニック＞  
〔診療科目〕 一般内科・胃腸内科・消化器内科・漢方内科・心療内科・呼吸器内科・循環器内科  
〔診察時間〕 ※予約制 〔月～日〕午前9:00～午後12:00  
〔月火水金〕午後16:00～19:00  
〔休診日〕 第4, 5日曜日、祝日  
〔内視鏡検査〕 ※予約制 胃カメラ・大腸カメラ  
〔住所〕 鎌倉市西鎌倉 1-18-3  
〔電話〕 0467-33-0857 (FAX) 0467-33-1229  
〔URL〕 http://www.kens-clinic.jp/kamakura/  
**1月・2月の休診日**  
1月… 1日(日)～3日(火) 9日(月) 22日(日) 29日(日)  
2月… 26日(日) 28日(火)  
※ 柳川医師は2月23日(木)～28日(火)まで、海外出張のため不在となります。

＜みなとみらいケンズクリニック＞  
〔診療科目〕 一般内科・胃腸内科・消化器内科・漢方内科・心療内科・呼吸器内科・循環器内科  
〔診察時間〕 ※予約制 〔月～日〕午前10:00～午後13:30  
〔月～金〕午後17:00～19:00  
〔休診日〕 祝日  
〔内視鏡検査〕 ※予約制 胃カメラ・大腸カメラ  
〔住所〕 横浜市中区桜木町 1-1-7 TOC みなとみらい 3F 医療モール内  
〔電話〕 045-651-2588 (FAX) 045-650-1136  
〔URL〕 http://www.kens-clinic.jp/minatomirai/  
**1月・2月の休診日**  
1月… 1日(日)～3日(火) 9日(月)  
2月… 11日(土) 20日(月) 27日(月)  
※ 2月20日(月)はコレットマール全館休業の為、お休みとさせていただきます。  
※ 柳川医師は2月23日(木)～28日(火)まで、海外出張のため不在となります。