



総合臨床センターでは、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため営業を縮小しておりましたが、6月より通常営業となります。今までの感染症対策は下記の通り、引き続き実施し、衛生管理を徹底してまいります。

## 【新型コロナウイルスに対する取り組み】

1. 施設内、施術に使用する備品、器具等の消毒
2. 定期的な換気、「高性能除菌」「空気清浄機」「加湿器」の稼働
3. 施術者、スタッフの健康管理と消毒、マスクの着用の徹底
4. 患者様の体調チェックと手指消毒、うがいをお願い

自粛要請により今までと異なる生活環境に、お体の不調などを感じることも多いかと思えます。残念ながら新型コロナウイルスの感染終息の見込みは短期間では難しいと考えます。ライフスタイルを見直し、継続的な対策で備え、どのような状況でもよりよい生活のお手伝いをさせていただきたく所存です。今後ともよろしくお願い申し上げます。

## 愛の神経化学物質「オキシトシン」を知ってハッピーに！

皆さま、お元気でお過ごしでしょうか？静岡県も自粛解除となりました。長引くSTAY HOMEで「コロナ疲れ」「コロナうつ」なんて言葉が出てきました。そんな中、ご自宅で心の癒しを求めたことと思います。

脳内化学物質で「天然の愛の薬」「絆の化学物質」と言われるオキシトシンを紹介します。脳内化学物質で良く聞くのが、意欲を高める「ドーパミン」、精神を安定させる「セロトニン」です。

オキシトシンは母親と赤ちゃんの幸せな愛の結びつきを感じた時に分泌されるホルモンとされていますが、最近では「感動する」「ペットと触れ合う」「プレゼントを贈る」「料理を作ってあげる」などの行為でもオキシトシンが分泌されることが分かってきました。

私はいつも2匹のペットに癒されていますが、ペットとじゃれあって5~24分後にこのホルモンは上昇します。また、人に対して寛大な行為をしたときにも同様で、他人を助けたり、気前よくすることでも分泌されます。

そして、マッサージをする事もこのホルモン分泌を高めるそうです。私たち施術者は皆様を施術することで自分自身のオキシトシンを分泌させていることになりますね。皆様の心身の健康に貢献でき、さらに自分自身も癒されるありがたい仕事をさせていただいていることに日々感謝感激です。



### 【6月の休診日】

7日(日) 14日(日)  
21日(日) 26日(金)  
28日(日)

お知らせ



☆6月26日(金)は  
お休みさせていただきます。

原 真也 (はら まさや)

出身地：静岡県

鍼灸師

あんまマッサージ指圧師



2020.6

