

Que Será, Será

VOL.27
2002
WINTER



貴婦人 奥日光 小田代原

何もしないでいること

医療法人和楽会理事長 貝谷久宣



患者さんの病前の行動パターンを聞いているとパニック障害の人は実によく活躍していたことに気がつきます。昼間は一流商社のOLをして夜は六本木のクラブで働く麗人、建設業を自営しながら中古車のセールスをするハンサム男性、食堂経営の合間に外国製家庭用品の訪問販売でトップになった板前さん、などなど例を挙げるときりがあります。結果的に、パニック障害患者さんには結構お金持ちが多いことにも気がつきました。結果的にと書いたのは、多くの患者さんは必ずしもお金を儲けることを第一の目的に活躍していたのではなさそうな人が多いように見受けられるからです。むしろ、彼らは働きの者でじっとしておられないのです。パニック障害は不安の



何もしていないでいること

病です。不安気質の人にパニック障害は起きやすいのです。このような人たちは何もしていないでいることが大変苦痛で不安なのです。ですから仕事に逃げこんでいると言ってもよいかもしれません。また、「わたしには目的のないブラブラ歩きが出来ません」とか、「落ちて着いている場所がない」という患者さんがいます。このような心境の根底には、常に不安があり、心を自由に遊ばせることが出来ないのです。パニック障害になる前の人たちは、身体的によく動くだけでなく、気配りも心遣いも人一倍強いように思います。そこまで気を使う必要がないのにかそんな遠慮しなくてもよいのにと思わされることがしばしばあります。その氣遣いに疲れ果てて、または、その人間関係で傷つきパニック障害を発病する事例が多いことに筆者は憂えています。

人との物があふれ、分刻みのスケジュールで世の中が動き、音速で世界を飛びまわる現代社会に疲れ果てた人たちが日本はいっぱいいます。このような時勢に良寛さんが人気と呼んでいます。それは、物にも血縁にも執着せず、何も

しない生活を送った人だったからです。良寛さんは、檀家を持ち葬式をするわけでもなく、お説教をするわけでもなく、寺を持つわけでもなく、蓄えがなくなれば托鉢だけをして越後の五合庵で質素な生活をした坊さんです。その北国の生活のなかで良寛さんは季節の移ろいを肌で感じ、自然のたのしさを味わい、子供との遊びに興じたのです。何かのために仕事をするといつた生き方をしない良寛さんではありましたが、良寛さんはいただけで周囲の人を何となく心が和み楽しげな気分を誘い込んだと言ったことでした。無為のひと良寛さんの生き方を現代人はもう一度考えなおす時期に来ているのでしょうか。

冬ごもり 春さり来たれば
飯乞ふと 草の庵を
立ち出でて 里にい行けば
たまほこの 道のちまたに
子どもらが 今を春べと
手鞠つく ひふみよいむな
汝がつけば 吾はうたひ
吾がつけば 汝はうたひ
つきて唄ひて 霞立つ
永き春日を 暮らしつるかも
霞たつながき春日をこどもら

と手まりつきつつこの日暮らしつ
こどもらと手まりつきつつこの里に遊ぶ春日はくれずともよし

この歌のように何の屈託もなくその日その日をエンジョイ出来ることは素晴らしいことです。何にこだわることもなく、何を憂えることもない心はあるがままで自由自在にはたらいています。このような心境に到達できたのは、すべてのものを放し、何もない無一物でよいという心境です。それは自分の命さえ惜しまないということにも通じるように思います。良寛さんはその様な状態を表現する言葉として「優游復 優游(ゆうゆう) またゆうゆう」という言葉をしばしば使っています。不安とか恐怖といった心を克服してその向こう側に到達出来てしまった人なのでしょう。先々を憂えるのではなく「今ここに」を大切に生きる心境なのでしよう。

さて、パニック障害を発症してしまうとよく働いた患者さんはどうなるのでしょうか？ 急性期のパニック発作が頻発する時期が過ぎ慢性期にはいると、多くの患者さんは疲れやすいとか体がだるいといった動かなくなりやすくなります。体をもめに動かさないと乳酸がたまりやすい体質に変わっていきまます。そうするとパニック発作が起こりやすくなり、マイナス思考に傾き悪循環が生じます。そして、時には絶望状態に陥ってしまいます。この状態は良寛さんの無為とはずいぶん異なっています。良寛さんは何もしくとも心は健康で、常に自由闊達、何にとらわれることもないのであります。このような患者さんにはびつたりの言葉を江戸時代の健康書に見つけました。年頭の言葉としてパニック障害患者さんに謹んで差し上げます。

心は楽しむべし 苦しむべからず
身は勞すべし 休みすぎるべからず



(貞原益軒 養生訓)

第4回 赤坂クリニッククリスマスコンサートに参加して

野中映子



クリスマスコンサートを終え、帰宅した私は心地良い疲れを感じながらこのまま布団にくるまって眠りに着いて、コンサート続きをもう一度夢の中で楽しみたいと思いがちでも、今日のコンサートで私なりに感じた事を、気持ち冷めないうちにお話したいと思い、ペンを取ってみました。沢山沢山拍手した私の手のひらは暖かいです。そして心の中も暖かいです。

今年は4回目を迎えるクリスマスコンサートでした。私は2回目から参加させていただき今回3度目の出演となりました。毎回コンサートの幕が上がるまでは、緊張と不安を感じますが、コンサートを企画され、進行して行くスタッフの方、そして出演者、会場にいらして下さるお客さん達のお陰で、コンサートを終えた私はいつも幸せな気持ちで会場を後にする事が出来ます。私が赤坂クリニックを、初

めて来院したのは、1999年の夏になる頃でした。鹿児島から東京へ嫁いで丁度1年目の頃、久しぶりに、発作が起きました。近くの内科で診察してもらおうと、予想していた通り「どこも悪くないので帰って下さい。」と言われ、そのまま本屋へ行き、そこで貝谷理事長の書かれた本を見つけ、すぐに病院へ予約を入れてもらいました。

「パニック障害」とそこで初めて診断してもらい、カウソセリングと出していただいたお薬で、良くなって行きました。何回目かの来院の時、コンサートのお知らせの貼り紙を目にしすぐに受付の方に「コンサートに出演させて下さい。」と申し出ると、「CDの製作にも参加されませんか?」と言われ、なんてラッキーなと飛び跳たい気持ちでした。こういう事が、クリスマスコンサートに出演させていただききっかけでした。

4回目を迎えた今年も、コンサートでお友達になった方達との再会を懐かしんだり、喜んだりしています。このコンサートで色んな方に出会い、色んな音楽に出会い、そして、PDである自分が、演奏する

事へのプレッシャーを感じながらも、ステージの上で得られた充実感や満足感は、何よりも喜びです。

今回もステージは、色んなジャンルの音楽でにぎやかでした。日頃PDと戦い、一人一人が、発作で苦しんだり、不安を感じたり悩んだりして来たはずなのに、ステージで演奏する姿は、とても輝いて、誇り高く見えます。そんな中、一人の「君」という青年の姿が目をひきました。「君の初めてのステージは、緊張しながらも一生懸命にギターの弦をつまびき、ベテランメンバーに必至で付いていこうとするひたむきさに心を打たれました。長い間、自分だけの殻にこもっていた「君」が今日は自分の力でその殻を破り、曲が進んで行くうちに、「君自身がステージを楽しんでいく姿に私達は、とても感動しました。



会場からステージを見守ってくれていた彼のお母さんへの何よりのクリスマスプレゼントだったに違いありません。お母さんの涙は、「君への優しさ、有り難うよく頑張ったね、色んな気持ちが混ざり合った涙だったのでしょね。」君、今日のお母さんの涙を一生忘れないで下さいね。気が付くと、私の目からも涙がこぼれていました。

冬の夕暮れの帰り道はとても寒いでしたがクリスマスコンサートで、気持ちがあたたかたせいでしょか、久しぶりに一人で電車で気分良く乗れました。感動する事は「心のお薬」だと思えます。

来年のコンサートも又、沢山の感動を楽しみに心待ちにしています。

音楽で勇気をもらい、心が癒され、明日へ向かって前向きになれる私がいいます。音楽をやってみて、そしてコンサートに参加させてもらえて本当に良かったと心から思います。

最後に、クリスマスコンサートを主催して下さいました貝谷理事長、企画して下さいました関係者の皆様に、この場をお借りして心より御礼申し上げます。

平成13年12月24日

～ 出演者 プログラム ～

<第1部>

- 1.「ラフマニノフ作曲 プレリユード作品32-5」新樹 マコ
- 2.「フライ・ミー・トゥ・ザ・ムーン」..... FUKO
「スーパーカリフラジリスティックエクスピアリドージャス」
- 3.「ベートーベン悲愴第2楽章」..... NONA
- 4.「ヘンリー8世と6人の妻」..... 安西史孝
- 5.「For your birthday」..... ケイミ
「雨が降ってきたよ」

<第2部>

- 6.「ホントのキミ」..... みゆう
「Amazing」
- 7.「クリスマス・イブ ~美奈子version~」 MINAKO
- 8.「明日があるさ」..... ジョニー&
「酒と泪と男と女」
「もう一人じゃないさ!」
- 9.「きよしの夜」..... 出演者全員
& You!!

香道

文学散歩(二二)

御家流桂雪会理事長

熊坂久美子

五節句香

熊坂久美子

白馬節会	二包内	若菜	羅國
曲水宴	試一包	桃源	真那賀
薬玉	六包より	青葉	伽羅
乞巧奠	一包除き五包	緒環	寸門多羅
鄭懸山		万代の秋	新伽羅
田面穠	一包	宿露	佐曾羅

聞の名目

白馬節会 七草 曲水宴 上巳(雛祭)
 薬玉 端午 乞巧奠 七夕
 鄭懸山 重陽 田面穠 八朔(八月一日)



[隨臣庭騎繪卷] 鎌倉時代

製作を祈願する祭

幸運の女神は白い馬に乗り風の様にかげぬける。人はそのたてがみを捉え得るか否かである。という話を聞きました。

一瞬に捉えなければならぬ幸運。それは丁度香を聞く気合にも似て瞬時に香りを感知し、心にきざみ同化するのです。今年はずの年、白馬と香りと両方を捉えられるよう午にちなんだお香を致しましょう。組香式を見ればおわकारりの様に五節句とは、現在雛祭り、端午、七夕等と云われる年中行事で奈良時代から行われていました。

この一番始めにある白馬節会

が馬が主役の行事です。白馬節会の證歌は、「浅香山雲井はるか引そめて繩すも今日はつたひあおうま」で正月七日に左馬寮右馬寮の官人が紫震殿の南庭を引いて歩く白馬を天皇が覽て群臣と宴を催すありさまを詠んだものです。

青馬とは葦毛の馬の事で古くは青馬と書いたのですが後世白馬と書く事になっても「あおうま」と読むことになっています。万葉集では、大伴家持の歌に「水鳥の鴨の羽色の青馬を今日見る人は限りなしといふ」と詠み、この日に青馬を見ると一年中の邪気を拂うという中国の故事を詠みこんでいますが、時代が下がると、平兼盛は「降る雪に色も変らで引くものを誰が青馬と名付けそめけむ」(雪と同じ様に白い馬を引いているのに誰が青馬と名づけたのだろう)と中々ウィットに富んだ詠みぶりをしている所から実際は白馬を引いたものでしょう。春を表す色は「青春」と言う言葉でもわかるように青、一月七日は奇数で陽の月日、馬は陽の獣とすべてを陽でまとめています。昔の人は中国から伝来や日本の古代から伝わるさまざまな災を避け福を求め行事を折々に設け神佛に祈ったりお祭として悪霊を鎮めたりして来ました。古き良き時代と後世の人は思いますが当時の人達はそれなりに危険がいっぱいの中で懸命に生きて来たのでしょう。現代でも若い人達が安倍晴明神社にお詣りしたり、星占やおみくじに一喜一憂しているのを見ますとつくづく人の心の弱さというものを感じさせられます。迷いの多いのが人間ですが弱くても少くとも荒んだ心だけは持ちたくありませんね。今年もおだやかに幸運の白馬を逃さないようにと祈りつつ：

ストレス講座 一その6一

テクノストレス

野村 忍

情報技術革命(IT革命)という言葉が一世を風靡するようになって、あらゆる領域でコンピュータがますます加速されています。どんな職場においてもコンピュータのない仕事は考えられないくらいになっていますが、それにつれていろいろな弊害が噴出して注目を集めています。

クレイグ・ブロードというアメリカの心理学者は、1984年にコンピュータに従事する人々の間に多かれ少なかれみられる共通の病理をテクノストレスと命名しました。そして、テクノ不安症とテクノ依存症という2つのタイプを発見しました。

テクノ不安症とは、コンピュータ・テクノロジを受け入れようとする際のあがきに起因するもので、その苦悶がイライラ、焦燥感、頭痛、悪夢、コンピュータ学習への抵抗の形をとってあらわれるコンピュータ不適応状態です。テクノ依存症とは、コンピュータへの過剰適応の結果、論理回路による思考しかできなくなり、感情表現を喪失したり、多様で複雑な人間

関係を回避するようになるもので、落ち込んだり種々の身体症状を呈するようになります。現代社会では、コンピュータ化が進むことによって、テクノ不安症は少なくなり、一億総コンピュータ依存症に向かっています。

テクノ依存症になりやすい性格傾向は、執着気質、こり真面目、人ざらいなどです。こういう人は、長時間コンピュータ作業に熱中するために、いろいろな心身の障害をきたすようになります。表1のようなサインがある人は要注意です。

表1.コンピュータ依存のサイン

- (1)自分の限界がわからなくなる
- (2)時間の感覚がなくなる
- (3)邪魔されるのが我慢できなくなる
- (4)曖昧さを受け入れなくなる
- (5)オン/オフ式の対話しかできなくなる
- (6)人と接することをきらうようになる

テクノストレスの予防法は、(1)コンピュータに向かう時間を制限する、(2)頭の疲労を早くキャッチして休憩、休養をとる、(3)仕事を中断するときには頭をリフレッシュする、(4)毎日人と交流する場を持つ、(5)積極的に感情を出すようにする、(6)環境の転換、運動、自然に接する、森林浴、音楽療法などリラクセスに努めるなどです。コンピュータは確かに便利で人間よりも確実ですが、あまりコンピュータにのめり込みすぎると社会生活に支障をきたすことになりかねませんから気をつけましょう。

(サイドメモ)

テクノストレスと類似の言葉としてVDT (Video Display Terminal) 障害があります。VDT障害とは、コンピュータ画面を見ながらキーボード作業を続けることによる一種の職業病で、(1)疲労、(2)頸肩腕の痛み/こり、(3)眼精疲労という特徴があります。以下のような自覚症状があったら休憩、休養をとって、長時間のVDT作業を控えましょう。

— VDT障害の特徴 —

1. 疲労

(1)肉体的疲労：頭痛、筋肉痛、めまい、肩こり、食欲不振

(2)精神的疲労：注意力低下、反応の鈍化、思考力の低下、能率の低下、ミスの増加

2. 頸肩腕症候群

頸、肩、背中、腰、腕の痛み/こり、手指の痛み

3. 眼精疲労

目の疲れ、目の痛み/熱感/充血、まぶたの重感、視力低下、頭痛



〈野村忍略歴〉

一九五一年 京都生まれ。
神戸大学医学部卒業。東京大学医学部心療内科助教授を経て、現在は早稲田大学人間科学部教授。専門は、心身医学、行動医学、臨床心理学。
編著書は、「ストレス！心と体の処方箋」「ストレスと心臓病」「心療内科入門」「不安とストレス」ほか。

●シリーズ 家族23●

音楽四方山話

—家族をテーマに—

岩館憲幸

このシリーズもいつの間にか二十三回を数えることとなりました。

これまで家族の有りよう、ただ興にまかせ、何の脈絡もなしに語ってきたように思います。そして今度も、ただの気まぐれ、独り善がりの音楽談義となってしまうました。

できれば新年号にふさわしい話題をと考えているうちに、2002年、ウィーン・フィル恒例のニューイヤークンサートは、来年秋からベルリン、ミラノ、メトロポリタンと並ぶ世界最高峰のウィーン国立歌劇場の音楽監督に就任決定の小沢

征爾が指揮するということをおふと思いついたのです。それで今回は、音楽ファンにとつてイチローのMVP獲得に匹敵するこのビックニュースにあやかり私も音楽を素材に、新春向き家族風メニューで、と少しばかりシャレしてみたのですが…。

まず家族がテーマの曲から。私の限られた知識の中で最初に挙げさせてもらうとしたらやはりそのものずばりの題名で有名な、リヒャルト・シュトラウスの「家庭交響曲」でしょう。ドイツ後期ロマン派最後の大作曲家といわれるR・シュトラウスの数ある表題音楽の中で特に有名なのが、世界映画史上に残る傑作「2001年宇宙の旅」の冒頭に流れる交響詩「ツアラストラはかく語りき」です。映画のオリジナル曲として欧米でミリオンセラーともなった、カラヤンとウィーンフィルによる1968年ロンドン盤は、私の大切なLPコレクションの一枚であります。

R・シュトラウスは彼の創作オペラでヒロインを演じた歌手パウリーネと結婚。息子フランツと三人で営む家庭生活は幸せそのものでした。風景描写はもちろん、抽象的なテーマまで何でも「音によって描けない

ものはない」といつていた彼が、そうした幸せな家庭生活を音楽化したのが「家庭交響曲」作品53だったのです。

曲は四つの部分で構成されており、(一)では夫婦を表す主題に、子供を表す愛らしい主題が登場。(二)では両親の幸せ、遊び回る子供の様子、疲れた子供への子守歌が描かれ、(三)では、仕事をすする夫、思索する妻、そして「愛し合う夫婦の情景」が描かれた後、子供への母性愛を示す「夢と母親の心配」の描写と続きます。(四)は、朝の目覚めとともに再び遊びだす子供、夫婦の諍いと仲直りなどが描かれて、全曲の締めくくりとなります。演奏に約四十五分を要するこの曲は、彼の「妻と子供」に捧げられているのです。

家族がテーマのポピュラー音楽といえば、シンガーソングライター、さだまさしの曲が思い出されます。

少なくとも彼が、かつてグループとして活躍していた頃の歌には、家族や愛する人への思いを込めた情感あふれる歌が多かったように思います。当時の彼の代表作「精霊流し」、「無縁坂」、「僕にまかせてください」、「朝刊」、「親父の一番長

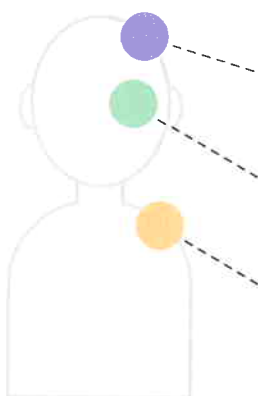


フクロウ博士の智恵袋

VDT病

みなさんはVDT病という聞き慣れない言葉をご存じかな。これはコンピューター、パソコン、ワープロ、携帯端末機の画面(Visual Display Terminal)操作を続けると眼、中枢神経系、

肩腕・背などの局所に疲労感ができる病気じゃ。チャットなどで夜ふかしをしないようにくれぐれもご用心。



主訴	自覚症状	原因
神経性 愁訴	根気がなくなる 不安感 睡眠障害	VDT作業は他律的で拘束性があり、注意の集中が必要で精神的負担を強いられる 職場の対人関係、勤労意欲、生活環境、全身性疾患なども関係する
眼症状	眼が疲れる ぼやける 二重に見える 頭が重い	老視、屈折異常、潜伏性斜視があり、不適当な矯正眼鏡やコンタクトレンズの使用 作業姿勢、照明が不良な状況での近業の継続
頸肩腕 症候群	頸・肩・腕が疲れ る、凝る、痛む	静的疲労の集積

日医雑誌 第126巻・第11号/平成13(2001)年12月1日

「日」など、今でも多くの人達に愛唱されており、「精霊流し」は、その出来栄えはともかくとして彼の小説処女作品に姿を変えて出版され、今期のベストセラーとなりました。

ここで心の癒しとしての音楽に話を転じたいと思います。

今、癒しの音楽(ヒーリング・ミュージック)がブームになっております。たいていのCDショップにはヒーリング・ミュージックのコーナーが設けられ、自然・環境音楽や、カラヤンのアダージョ特集、ヒーリング・ミュージックの第一人者といわれる宮下富実夫のCDなどが、そして最近若者達に異常人気の音楽界期待の星・東儀秀樹の音楽がCDショップの売れ筋となっているのだそうです。

音楽には心の癒しとしての長い歴史がありました。原始時代、音楽は呪術的なものと結び付いて治療に使われておりました。ギリシャ時代、哲学者アリストテレスは音楽による感情発散の効果を説きました。中世近世の宗教音楽には精神的効用があると考えられていました。楽聖F・シューベルトは、歌曲『音楽に寄せて』D547の中で、音楽を惨めな生活において、「心を温かい

愛へと燃え立たせ、別のより良い世界へと移して、さらなる良い時の天を開くもの」として称えていました(石井誠士)。そして現代、様々なジャンルの音楽がストレスフルな人間関係や家族問題に不安や悩みを抱える人の心を癒してくれております。

私には音楽、とりわけクラシック音楽に格別の思いがあります。わが国のクラシックファンの裾野がもつと広がりを見せてほしいという願望があります。好きな音楽で、その時の気分にあつたのが一番癒しの効果があるといわれております(同質の原理)。その意味ではクラシックにこだわる必要はないのですが、癒しの音楽として聴いてもらうことでクラシックファンになつていただければと、敢えて最後に家庭向けのクラシック曲メニユーを挙げさせていただきました。

「朝の快適な目覚めに」

- J・S・バッハ／イギリス組曲 1・3・6、チェンバロ協奏曲 第二番―第二楽章、モーツァルト／ポストホルン・セレナード
- 「家事をしながら」 ムソルグスキー／展覧会の絵
- 「食事をしながら」テレマン／食卓の音楽、大江光／大江光

ふたたび

「眠れない時」グレゴリオ聖歌、J・S・バッハ／ゴールドベルク変奏曲

「不安緊張の緩和」 J・S・バッハ／無伴奏チェロ組曲、ヘンデル／ハープ協奏曲

「子育てにイライラした時」 ヨー・サイゴン・オリジナル・ロンドン・キャスト(ミュージカル)

「落ち込んだ時」 〈ヒルデガルト・フォン・ビンゲンとビルギッタ・フォン・シュヴェーデン〉

「悲しい時」 ブラームス／クラリネット五重奏曲、チャイコフスキー／ピアノ三重奏曲イ短調

〈参考文献〉
宮本英世著

「統クラシック名曲二〇〇選」
音楽之友社一九九五



一九三五年秋田生まれ。
早稲田大学文学部哲学科卒業。
心理学専修。
自衛隊中央病院精神科、航空自衛隊岐阜病院などを経て、現在は東海女子短期大学人間福祉学科教授。なごやメンタルクリニック心理カウンセリング担当。

● 野鳥図鑑 ●

【アオサギ】

日本のサギの仲間では最も大きく、飛んでいるとツルにまちがえられるくらいです。アオと名前がついていますが、実際は全身が灰色をしています。

以前は冬鳥として飛来していましたが、今は一年中見ることができるようになりました。



撮影 (財)日本野鳥の会
岐阜県支部長 大塚之穂

INFORMATIONS

●市民講演会のお知らせ

今年は4月13日(土)に開催の予定です。
(詳細はクリニックの掲示やパンフレットで後日お知らせ致します。)

●クリニック関係図書出版案内

- 「人はなぜ人を恐れるか」
編著者：坂野雄二／不安・抑うつ臨床研究会編
出版社：日本評論社
- 「パニック障害に負けない
～不安恐怖症の体験・克服記～」
編著者：貝谷久宣／不安・抑うつ臨床研究会
出版社：日本評論社
- 「強迫性障害～わかっちゃいるけど
やめられない症候群～」
編著者：久保木富房／不安・抑うつ臨床研究会
出版社：日本評論社
- 「うつ病／私の出会った患者さん」
編著者：樋口輝彦／不安・抑うつ臨床研究会
出版社：日本評論社
- 「不安とストレス」
編著者：野村忍／不安・抑うつ臨床研究会
出版社：日本評論社
- 「パニック障害」
編著者：貝谷久宣／不安・抑うつ臨床研究会
出版社：日本評論社
- 「PTSD～人は傷つくとどうなるか～」
編著者：加藤進昌・樋口輝彦／不安・抑うつ臨床研究会
出版社：日本評論社

(近刊)

- ①「対人恐怖—社会不安障害」2月10日
編者：貝谷久宣
出版社：講談社健康ライブラリーシリーズ
- ②「摂食障害—食べられない、やめられない」
2月3日
編著者：久保木富房／不安・抑うつ臨床研究会
出版社：日本評論社

●CD発売のお知らせ

全行程がパニック障害患者さんによって作成されたいやしの音楽のCD
「poco a poco／ケ・セラ・セラ」(定価：税込2,500円)が発売されました。
クリニック受付でお買い求め下さい。

Que Será, Será 「ケ セラ セラ」

発行日 平成14年1月1日

【診療時間】

	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
日	休 診											
月	休診	診療(貝谷)					診療(貝谷) 心理カウンセリング(八尋)					
火	休診	診療(貝谷)				休診	診療(貝谷)					
水	休 診			診 療			診療(安田)				休診	
木	診療(土田)				休 診							
金	休 診				診療(貝谷) 心理カウンセリング(岩鐘)							
土	診療(岡崎・原田)				休 診							

※予約診療

発行者 貝谷久宣
発行所 医療法人 和楽会
なごやメンタルクリニック
〒453-0015 名古屋市中村区椿町1-16
井門名古屋ビル 6F
Tel 052-453-5251 Fax 052-453-6741
ホームページアドレス
<http://www.gld.mmtr.or.jp/~nmc/>
E-Mail nmc@gld.mmtr.or.jp
印刷 ヨツハシ株式会社
〒501-1136 岐阜市黒野南1-90
Tel 058-293-1010 Fax 058-293-1007
定 価 ￥500



なごや
メンタルクリニック