



あなたらしさを大切にしたいオーダーメイドの治療やケアを受けられるクリニックです。

療法

からだところを調える“療法”

お薬だけに頼らず、五感や動き、アートを通じて、心と体のバランスを整えるケア

オイリュトミー療法（運動芸術療法）

身体の動きを通して、エネルギー・気の流れを活性化させ、心と体に調和をもたらすセラピーです。急性、慢性の様々な疾患に働きかけ、生命力や自己治癒力を高めています。



絵画・造形療法

水彩で絵を描いたり粘土で形を作ったりすることによって、心身の不調を改善していくものです。芸術の調和的な作用を体験することで、心身全体のバランスを整えます。



音楽療法

呼吸に働きかけることから始まり、メロディやハーモニー、リズムや響きの要素によって、心を開きます。楽器はどれも自然の素材で作られたものです。響きの質を考慮しながら患者さんの生命力向上や意識へ働きかけます。



看護ケア（外用療法）

自然素材の湿布や足湯など、やさしい看護。アインライビング（オイルケア）を通して、心地よさ、リラックス感、安心感、温かさだけでなく、包まれて、自分自身を取り戻すお手伝いもいたします。



発達支援（治療教育）

様々な感覚を通してお子様の頭や心、身体に働きかけていきます。からだの感覚をしっかりと育てることで全体の発達を促すことにつながっていきます。遊びを通して、こどもの個別の関心・喜びを引き出し、発達へと促します。



バイオグラフィーワーク

人生をふりかえる時間。節目や悩みのときに、自分の人生をふりかえりながら“本当の自分”と再び出会う対話の時間。

ケア

その人らしさを大切にしながら、自分の“軸”を取り戻す時間。体をゆるめ、心を見つめ、食を整える——あらゆる面からのやさしいアプローチです。

温める

温めるケア | からだの芯からゆるむ時間

・ホットストーンケア

玄武岩などの温かな石で、冷えた体を芯からじんわり温めます。血のめぐりを促し、深いリラックスへ。

・足浴&外用ケア

足元から全身を整えるケア。クレイやオイルを使い、やさしく包み込まれるような時間です。

輝く

自分らしく輝く | 内面の色と外側の調和を

・パーソナルカラー診断

肌や瞳の色から“本来のあなたを引き立てる色”を見つけます。日々の服やメイクに活かせる、自分を大切にする第一歩。

食べる

食べて元気になる | “いのち”をいただくセルフケア

・薬膳

東洋医学の知恵に基づき、季節や体質に合わせた食の整え。毎日のごはんで、自然に体が変わっていきます。

・ハーブ&植物療法

お茶やチンキ、香りなど、植物の力を日々の暮らしに取り入れます。自然の中で育った草花の恵みで内側から整えるケアです。

・分子栄養学に基づく栄養サポート（準備中）

血液データや体調をもとに、体が本当に必要としている栄養素を見極めます。サプリや食材選びの具体的なアドバイスも。

すべてのケアは、医師や専門スタッフと相談のうえでご案内しています。まずはお気軽にご相談ください。

治療

当院の診療の特徴

からだ・こころ・生き方を丸ごとみる医療

不調の原因を「症状」だけでなく、生活やこころの状態、人生の流れまで含めて考え、全体的なバランスを整えることを大切にしています。

自然の力をいかしたケア

できるだけお薬に頼らず、植物や自然の恵みを活かしたケアを行っています。体が本来持っている“治ろうとする力”を応援します。

一人ひとりに合わせた診療

「今のあなたに本当に必要なことは何か？」を丁寧に考え、じっくり話を聞いたりうえて、ぴったりの方法を一緒に見つけていきます。

こんなご相談をお受けしています

• 体の慢性的な不調

例：アレルギー、糖尿病、疲れやすさなど

• こころの不調や疲れ

例：不安、気分の落ち込み、眠れないなど

• 子どもの発達やことばの遅れ

例：ことばの発達がゆっくり、自閉スペクトラム、学びにくさなど

• 皮膚のトラブル

例：アトピー、湿疹、にきび、肌あれなど

• がんの治療を支えるケア

例：治療中のつらさを和らげる、体力を保つためのサポート

• 女性特有の不調

例：不妊、更年期のゆらぎ、生理不順、冷えなど

すみれが丘ひだまりクリニック

横浜市都筑区すみれが丘13-3

045-594-2417

ホームページ



すみれが丘ひだまりクリニック

発達

皮膚科

内科

腫瘍科

婦人科