

ミントちょこっと新聞

2026

3

月号

〒657-0028

神戸市灘区森後町3-1-5-201

TEL078-857-8561

発行:ミントはり灸院



診察時間 平日 10:00~20:00
土曜日 9:00~17:00
祝祭日 9:00~13:00

各院へのご連絡は
こちらから↓



こんにちは。今回は「春の思い出の曲」です。院長はかりゆし58「オワリはじまり」。鍼灸学校の卒業式後飲み会で解散をするときに頭の中で流れていました。長谷川はEXILEの「道」。卒業式の後この道最後なんだなと思いながら口ずさんでました。赤石は「春よ、来い」です。いつも梅や桜を見るとは〜るよ〜♪と歌いたくなります。広地は「風になる」。暖かくなってくると河川敷で弾き語りしたくなります。中村はゆずの「友〜旅立ちの時〜」。バレエの卒団式で歌った事を思い出します。小早川はスピッツの「春の歌」。サビの少し前からじわじわ心に響いていく感覚、大好きです。それではミント新聞、ほっとするひとときをお楽しみください♪

お知らせ

2025年のオプション利用調査!

第1位 「美容オプション」

顔の疲れやくすみ、顔全体が軽くなります!

第2位 「電気鍼」

頑固な筋肉のコリを解消!!

第3位 「頭部ローラー」

ストレスによる脳の興奮を落ち着かせます!

第4位 「点灸」

内臓を集中的に治療したい方におすすめ!

試してみたい!と思った方や質問等ありましたら
いつでもお声かけください☆

「有馬先生のオフショット日記」

「あつ森にハマってます!」



子供の頃からどう森シリーズは大好きで、Switchのあつ森も勿論購入済み!しばらくプレイしてませんでしたが、半年ほど前に再熱し、毎日自分の島を開拓しています。中でもお気に入り

入りは神社!観光地のような神社にするか、古き良き神社にするか...悩んだ末選ばれたのは古

き良き神社。古い緑の鳥居と、竹に囲まれた小さな神社です。その他、行事に合わせた家具を置けるように、広く作った住宅地の広場。

野外シアターやお花畑、公園...

沢山のエリアを作って、自分の理想の島を製作中!ただ思う

ようにはいかず、自分のセンスの無さを実感します...。色んな方の島を参考にして、日々勉強です(;・`Д・`) (by六甲院 有馬 凜華)



今月の

患者さんの声



妊娠することができました

約1年間妊活を続けられていたHさん。病院で検査を受けても授けられない原因がわからず、唯一思い当たるのが肩こりや体の疲れだったそうです。休日は体のだるさから家で過ごしがちになり、どうにか体質改善できないかと思い来院されました。触診していくと鼻・咽・肝臓・小腸・子宮に反応がでていました。お話を聞くと不眠もあるとのことでした。不調な内臓が多く自律神経が乱れている状態から妊娠しづらくなっていると考え、まずは3か月後の体外受精に向けて1週間に1回のペースで治療開始しました。治療を続けていくと2カ月後には休日にすすんで外出するほど調子が回復し、予定していた体外受精で妊娠されました。その後は良い体調を維持するために安定期まで2週間に1回のペースで通われて、つわりもなく無事卒業されました。

〜担当から一言〜

また、元気なお子さんのお顔を見せてくださいね(^_^♪



Minstagram

読者参加型コーナー

〜至福のサンリオガチャ〜

私の推しはタキシードサムです。ガチャのラインナップにあれば、迷わず回します。特にポーチ等の実用性に優れたアイテムは、普段使いができるので、回した後も幸せが続きます♪これから出る予定のガチャもチェックしてサムを当てにいきたいです☆



Hさんより

森本先生の

デジタルオ・タ・ク



部屋中に置くべき温湿度計

近年の異常気象によって**部屋の温度**や**湿度の管理**が求められるようになりました。夏場は**熱中症対策**、冬場は**ヒートショック**。どれも部屋や廊下、脱衣所での温度差が大きいことが原因です。温度や湿度は感覚でわかりそうですが、**個人差**や**環境**による影響が大きい。だからこそ温湿度計を部屋中において、数字で管理しておくことが大切です。数字でわかれば**冷暖房の無駄**も**削減**できるかもというわけで各院に設置しました。皆さんも**探**してみてください。(by六甲院 森本賢司)



赤石先生の

お花のある暮らし

美味しい菜の花



最近、ゲームのどうぶつの森で花を育てることに、ずっとハマっています。そんな花好きな私ですが、今回は**小さい頃よく食べていた**花の話です。菜の花畑が、地元・姫路で、よく作られていました。花言葉は『**小さな幸せ**』。子供の頃は抱っこしてもらい、菜の花畑に包まれる写真を撮ってもらったものです。**食べる**のもよし、**見る**のもよし、**撮る**のもよしな花ですね。効能として、**風邪予防**や**疲労回復**につながります。皆さんも食卓に花を添えて、ハッピーな気分はいかがですか?(^▽^)(by三ノ宮院 赤石 はるか)



中村先生の

仕事終わりのスイーツ

生チョコみたいなわらび餅



プリンみたいなわらび餅。でも生チョコ感もある**不思議なデザート**!お皿に出すとちょっと高級感が出て少しテンションが上がりました(^▽^)生チョコ感はありませんが、**甘さは控えめ**なので、甘いものを食べたいときには少し物足りないかもしれませんね。滑らかで柔らかめの**チョコのわらび餅**。ココアパウダーが付属で付いてるので、ココアパウダーをかけることで**更に美味しさアップ**!少し水っぽさがあるのは、わらび餅だからですね!わらび餅なので、食後でも仕事終わりでもかなり軽く食べられます!皆さんのおすすめは?(by六甲院 中村 円香)



長谷川先生の

おいしいものめぐり

トンコパン/レディースセット



王子公園にある洋食屋さん。患者さんからおすすめしてもらったので友人と行ってきました。私はレディースセットを注文。**オムライス**はふわとろで、**カキフライ**はサクサク!ボリューム満点でしたがあっという間に食べ進めてしまうくらい美味しかったです♪王子動物園を散歩した後はGelateria Monction (ジェラテリアモンクション)へ。**ウユニ塩湖**のソルトが**めっちゃ美味しかったです!**さっぱりした甘さでいくらかでも食べれそう♪灘駅付近に移転されるそうなのでいかれる際はHP要チェックです。(by三ノ宮院 長谷川 夏鈴)



広地先生の

Travel memory

初の別府温泉



人生初九州、別府に行ってきました。街中に湯煙立ち込める風景に大興奮の中、1番の感動は**鉱泥温泉**。女将さんお一人でされていて初めての方には丁寧に入り方を教えてくださいました。**44度と高め**ですが、じきに慣れてきました。成分が豊富だそうで私は10分も浸からず上がりました。すると入浴前寒!と足早に通り過ぎた**休憩処の窓から風の吹きぬけがなんと心地いいこと!**座って風をそよよと感じる時間が堪りませんでした!**肌も帰宅後から調子が良**くプチ湯治できたなと感じています♪午前中のみの営業ですが、また別府に行く理由ができました。(by明石院 広地 海音)



小早川先生の

ガチャガチャの沼

卒業式の音楽



3月といえは卒業シーズン。この時期になると**卒業式**を思い出します。特に**合唱**の時間が大好きでした。皆さん、一番心に残っている曲はありますか?私は『**さよならぼくたちのようちえん**』。この曲を聴くといつも心を動かされます。そこで今回ご紹介するのは、**ボタンを押すと卒業式の音楽が流れるガチャガチャ**。このシーズンによく見かけます。中でもお気に入りには『**旅立ちの日**』。いい音で流れてくれるんです。ただ一つ難点。少しあたるだけで音が!しかも**一度流れると止まらなくて...!**静かにしないといけないう時は気をつけなきゃ。(by三ノ宮院 小早川 蓮)

