

ミントちょこっと新聞

2019
2
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

LINEからのご連絡は
こちらから↓

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



こんにちわ。2月はバレンタインデーがありますね。今月は好きなチョコレート菓子。院長は以前患者さんから頂いた岩塩入りのチョコレート。感動するほど美味しかったので銘柄を調べておけばよかった〜。眞殿はラングドシャ。プチシリーズをよく買います。山根はモンロワールのアーモンドチョコ(オーロラチョコ)カリッとして美味しいです。またにはリンツのチョコレート。お店を通るたびに買っちゃいます。リモネの西尾はゴンチャロフのラブストーン♪ビター、スイート、ミルク、ハイミルクが味わえます。岩橋はチョコレート効果のカカオ72%、美味しく食べられる限界がこれ。それではミントちょこっと新聞、ほっとするひとときをお楽しみください♪

はじめまして

やまね なおみ

鍼灸師の山根直美です



「出身地は」神戸市東灘区。
山と川が近く、イノシシをたまに見かけます。

「特技を教えて」
手を使わず頭を動かしたり、
腹踊りのようにお腹が動かすこと。側転。気ままに散歩をしたり、探索が好きです。

「好きな食べ物は何ですか？」

白いご飯と納豆といちじく。

いちじくは食べ過ぎてよく口がかぶれます。

「一言」1月に入社しました。慣れないことも多いですが丁寧な仕事を心がけますのでどうぞ温かく見守りください。おひとりおひとりの明るい未来へのお手伝い出来るよう邁進していきます。よろしく願います。

2月休診日のご案内

月	火	水	木	金	土	日
				1 院長 休み	2	3 休診日
4	5 眞殿 休み	6	7 岩橋 休み	8 院長 休み	9 院長 13時まで	10 休診日
11 午前診のみ 9:00-13:00 眞殿 休み	12 眞殿 休み	13	14 岩橋 休み	15 院長 休み	16	17 休診日
18	19 眞殿 休み	20	21 岩橋 休み	22 院長 休み	23	24 休診日
25	26 眞殿 休み	27	28 岩橋 休み			

院長は毎週火曜日12:20~16:40休診
診療時間 平日10:00~20:00
土曜9:00~17:00

今月の患者さんの声



夜ぐっすり眠れます

Yさんは2、3か月前から夜中にトイレに行くため度々起きるようになりました。
同じ頃から腰痛もあり、痛みとトイレで多い時は一晩に3回も目が覚めるので夜もぐっすり眠れず、日中も身体の疲れが取れなかったそうです。
触診すると腹部は膀胱、子宮に反応が強く出ていました。膀胱に小さな炎症があると少ない尿でも粘膜が敏感になり、尿意につながります。下腹部の小さな炎症は反対にある腰やお尻の筋肉を固くさせるので腰痛になります。
3回目の治療時に夜間のトイレが3→1回に減り、5回目には夜間0回の日もあったそうです。
現在は夜間頻尿も腰痛もなくなり、「ぐっすり眠れます」と喜んでいました。現在は肩こりの治療中です。
～担当者から一言～
次は同じ症状で悩むお母様と一緒にきてくださいね。

紹介患者さんの声

当院をお知り合いに紹介して下さった方の声を掲載!

近所に住む弟に勧められて。ドキドキでしたが重たかった体がスッキリ! Tさん

嬉しいお言葉ありがとうございました。紹介の輪が広がり、多くの方を助けられると幸せですね^^

森本先生の

デジタルオ・タ・ク



知っトク!パソコンの買い方

最近では軽くて長時間使えてすぐ起動するノートパソコンがたくさん出ています。

スタバで作業している人も増えてますよね。そこで失敗しないパソコンの買い方です。これから買おうと思っ

ている方は**3年から5年くらいで買い替え**があることを想定しましょう。↑最近買いました。3年で買い替えなら5万円以下、5年なら10万円代が



狙い目です。大きさは**外に持って行く可能性**があるなら**13インチが基準**になります。今はクラウドで何でも揃うのでソフト代も節約できますよ。相談に乗ります。
(by 院長 森本賢司)

眞殿先生の

おいしいもん、みーつけたっ!!



西宮のgood spoon

お隣のグラニースミス アップルパイが買えなくて残念でしたが、以前から気になってたお店に入れたので満足満足(^.^)店舗ごとにコンセプトがあるそうで、**西宮は但馬地鶏と紅玉を使用したメニューが豊富**。

というわけで『紅玉たまごの濃厚のカルボナーラ』を注文しました。

玉子を割ってみるとめっちゃ紅い!

見た目から美味しい☆今回

はランチで行きましたが食べて

みたい一品が多いので今度ディナーに行きます。店内は広々していてオシャレでした。

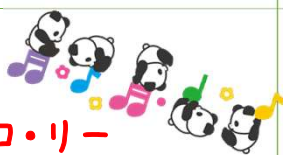


(by 鍼灸師 眞殿さつき)

受付マスタニの

No Music No Life

♪ we will Rock You/ケイコ・リー



今回も名曲カバーシリーズでお送りします。大ヒット映画『ボヘミアンラプソディ』にも登場するQUEENの「we will Rock You」。それをケイコ・リーさんという方が全然違ったアレンジでカバーされています。QUEENは手足を使ったリズムとギターソロのみという、非常にシンプルかつロックなかつ良さがありますよね。一方ケイコ・リーさんは**幻想的でどこか物哀しさを感じさせるような独特のアレンジ**です。女性の音域の

平均を超えた低音ボイスとコーラスワークが宇多田ヒカルさんに似ているような気がします。ぜひ聴き比べてみてくださいね。



(by 受付 またたに)

岩橋先生の

今月の一本



こんな夜更けにバナナかよ

オススメ度 ★☆☆☆☆

実は「病氣」がテーマの映画が好きじゃない。限りある時間を大切にしたり、人間関係で後悔しないようにしたり自己実現など。それが払拭できるかと思いきや、**何を感じ取ればよいのか私にはわかりませんでした**。私、思いやりはあると思うんですが、主人公は筋ジストロフィーの男性。発言も行動もとっても自由。この映画を観た方、ぜひ見どころを教えてください。(本気)(by 鍼灸師 岩橋さとこ)



が。主人公は筋ジストロフィーの男性。発言も行動もとっても自由。この映画を観た方、ぜひ見どころを教えてください。(本気)(by 鍼灸師 岩橋さとこ)

山根先生の

いただきますーす♪



鰯のムニエル

実は料理好きの山根、これから毎月作った一皿を紹介합니다。アルミホイルに塩コショウを振っておいたタラ、好きな野菜(火の通りやすいもの)を乗せ、マヨネーズをかけて、**レモン汁**はお好みで。私はマヨ多めでレモン汁で蒸すのが好きです。アルミホイルでほわっと包みフライパンの上で蒸し焼きに。火が通ったか確認したら、包んだままお皿に乗せできあがり♪♪今回は**見栄えを気にして盛り付けまし(笑)**



「初めて教えてもらったシリーズ:高校生の時に姉から。」

(by 鍼灸師 山根直美)



西尾先生の **帰ってきたねこのいない生活ニャンテ!!**

~ねこのあくび~



表情がころころ変わるので見ているだけでも楽しい猫ちゃんですが、私はあくびが大好きです。正しくは、**あくびの写真を撮るのが好き(笑)**瞬間によっては

歌っているように見えたり、怒っているようにも見えたり・**同一猫物でも違う猫に見えてしまうくらい、数秒で表情が変化**します。だいたい、終わりが



が牙が剥き出しの恐ろしい顔に写ります。もし猫があくびをする瞬間に立ち会えたら、猫がびっくりしないように是非カメラを構えてみてください♪ (by 鍼灸師 西尾真美)

