

# ミントちょこっと新聞

2019  
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

LINEからのご連絡は  
こちらから↓



こんにちわ。今回は3月楽しみなことを聞いてみました!院長はいとこの結婚式が地元の高知県であります。親戚に会えるのが楽しみです。眞殿はスノボ!今シーズンは雪不足でまだ2回しか滑りに行けてません。山根は3月に誕生日を迎える家族が3人居るので天ぷら屋さんにもみんなで行くことです。またには31日(日)に出演するライブ!入場無料なのでぜひ堂島リバーフォーラムへお越しください(笑)リモネの西尾はフレーバーティを買ったので毎日飲むのが楽しみ。マンゴー&ストロベリーがお気に入り♪岩橋は西尾先生とワイン会&またにさんのライブ。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♪

## お知らせ この春おすすめセルフケア 〜ベビーミスト〜

当院で耳や鼻の症状でお困りの方に  
おすすめしている鼻うがい。  
治療を卒業してもわざわざ買いに来られる  
ほど人気です。これから花粉や黄砂、  
PM2.5など外出時に鼻づまりやムズムズ  
することも。ベビーミストがあればお化粧室  
でシュッと鼻をかめばスッキリします。



## 小ネタ 猫のラベルのワイン 『シュワルツ・カツ』

猫もワインも好きな私がデザインで買った  
ドイツワインの『シュワルツ・カツ』。  
直訳すると黒猫。ドイツのある村でワインを  
作っており、黒猫が座った樽のワインが一番美味し  
かったことから由来されているものです。いろんなラベル  
の物がありますが、確かに美味しかったです。



## 今月の 患者さんの声



### 耳鳴りがなくなりました

Kさんは夏ごろから耳鳴りに悩んでいました。仕事柄、  
電話で会話をするのに音が響いて辛かったそうです。  
3週間後、年末の帰省までに体調を整えたいと来院  
しました。触診すると鼻、耳の内耳と中耳に反応が  
強く出ていました。「鼻が悪いですね」というと数回  
副鼻腔炎になったことがあるそうです。  
週に2回の治療を始め、集中的に治療した結果、  
音の響きはかなり軽減し帰省することができました。  
12回目の治療を終えるころには耳鳴り、音の響きは  
ほぼなくなったそうです。  
その後も肩こりや腰痛で定期的に来院していましたが  
遠方に引越しのため治療を終了しました。  
～担当者から一言～  
お酒が好きなKさんから美味しいお店をたくさん  
教えてもらいました。またお会いできる日を楽しみに  
しています。

## 3月休診日のご案内

| 月           | 火           | 水  | 木                                  | 金           | 土             | 日         |
|-------------|-------------|----|------------------------------------|-------------|---------------|-----------|
|             |             |    |                                    | 1<br>院長 休み  | 2<br>岩橋14時まで  | 3<br>休診日  |
| 4<br>眞殿 休み  | 5<br>眞殿 休み  | 6  | 7<br>岩橋 休み                         | 8<br>院長 休み  | 9<br>院長 13時まで | 10<br>休診日 |
| 11<br>眞殿 休み | 12<br>眞殿 休み | 13 | 14<br>岩橋 休み                        | 15<br>院長 休み | 16            | 17<br>休診日 |
| 18<br>眞殿 休み | 19<br>眞殿 休み | 20 | 21<br>午前診のみ<br>9:00-13:00<br>岩橋 休み | 22<br>院長 休み | 23            | 24<br>休診日 |
| 25<br>眞殿 休み | 26<br>眞殿 休み | 27 | 28<br>岩橋 休み                        | 29<br>院長 休み | 30            | 31<br>休診日 |

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

## 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!

ご夫婦で来院されていたSさん。  
夜泣きで寝てくれないお子さんを治療に  
連れてきてくださいました。(眞殿)

嬉しいお言葉ありがとうございます。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



### 耳への負担が少ないイヤホン

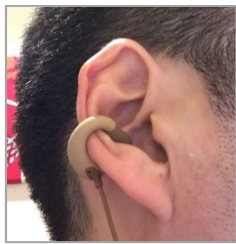
耳をふさぐイヤホンは耳の中への負担がとても大きい。若年性難聴の原因とも言われています。

このイヤホンは耳穴に入れず、クリップで耳たぶに固定しています。

小さなスピーカーのような感じですが。私はインカム用のイヤホンとして

使っています。

これなら長時間の装着でも耳が疲れません。音が少し悪いですが、装着の時に目立たないのもおすすめです。



(by 院長 森本賢司)



眞殿先生の

おいしいもん、みーつけたっ!!



### 野菜にこだわりを感じる 古民家ダイニング

加古郡稲美町にある『稲空』さん。平日のランチタイム。予約してて正解!店の広い玄関には行列が…。



古民家を改装して作られた店内は掘りごたつがあり中庭を見ながらお食事できます。落ち着く空間(´▽`)スティック野菜と3種のディップ。実は大きい人参が好きではない私ですがワサビ醤油につけると美味しくいただきました。



味噌巻き寿司やトマト酢などはじめて食べたものもたくさん。こだわりのお味噌買って帰りました。

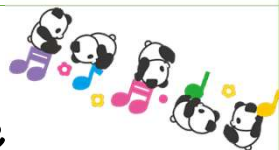
(by 鍼灸師 眞殿さつき)



受付マスタニの

No Music No Life

### Shocking Blue



きっと誰もが一度は耳にしたことがある曲だと思います。バブル世代の方は、おそらく「Bananarama」の方のShocking Blueを思い浮かべるのではないのでしょうか。

有名なのもBananaramaのバージョンなのですが、実は原曲はShocking Blueというオランダのロックバンドによって1969年にリリースされました。

Bananaramaはいかにもな80年代のディスコサウンドなのに対して、原曲はギターメインのシンプルなロックサウンドです。他にも色んなアーティストがカバーしていて、私の所属するバンド

「BARNZ」も3/31にこの曲を演奏しますのでぜひお越しください!笑

(by 受付 ますたに)



岩橋先生の

今月の一本



### 七つの会議@ミント神戸

オススメ度 ★★☆☆☆

数年前の夏休み、実家で暇を持て余していた私は本棚にあった本を読み始めました。分厚い本でしたがあまりの面白さに夜中までかけて一気に読み。それが池井戸潤作の「七つの会議」冒頭TBSの表記を見てたせいか撮り方がテレビっぽい。そして野村萬斎(能)VS香川照之(歌舞伎)&愛之助(歌舞伎)が濃くて、顔芸のオンパレード。



俳優の感情を表す耳をピクピク動かす動作が山根先生の特技と重なり、頭から離れなくなりました。

(by 鍼灸師 岩橋さとこ)

山根先生の

いただきますーす♪



### 雷豆腐



材料:木綿豆腐1丁、ごま油、醤油、白ネギ(細かい分量はお好みで)

手順:ごま油をひき、一日冷蔵庫で水切りした木綿豆腐を大きくちぎりながら炒めます。(炒めた時の鳴る音が雷と似ていることから雷豆腐と名付けられたそうです。)豆腐がきつね色になってから醤油、白ネギを入れ、味を整えて完成。

今回はこの本から☆軽い気持ちで開いたら江戸時代のレシピを現代の料理人が料理を実践しているものでした!!



(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ヤンて!!

~爪とぎ~



猫がバリバリ爪を研ぐのは有名ですが、あれは古くなった爪をはがすことでどんどん鋭利な爪に仕上げているんです。

いろんな種類の爪とぎがありますが、うちでは段ボール製の爪とぎが大活躍です!

段ボール製のものにはデザインが豊富な上に、爪を研ぐだけでなく、中でくつろいだり上に乗ったり…使い方は無限大です!!



(by 鍼灸師 西尾真美)

