

ミントちょこっと新聞

2020
8
月号

〒657-0028
神戸市灘区森後町3-1-5-201
TEL 078-857-8561
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。8月と言えばお祭り!ということで今回は屋台で買うものについて聞いてみました。院長は唐揚げです。串に刺さった唐揚げをハフハフしながら食べるのが好きですね。醤油ベースの味付けが好きで西宮神社で買います。真殿はカステラ。毎年、何箇所か並んで食べ比べします。長淵はラムネ。昔ながらのガラスにビー玉が入った物が好きです。森はたこ焼き。ソースたっぷりが好きです。長谷川はチョコバナナ。夏の屋台では見つからず、おばあちゃんが手作りしてくれたのも思い出です。またには台湾風まぜそば。年に4回開催される地元のイベントでいつも必ず食べます。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 

トイレに荷物置きを設置しました!

今までは受付やベッド内にお荷物を置いていた方が多かったのですが、リクエストにお応えしてお手洗いに荷物置きを設置しました。
ハンドバッグや小さな荷物が置けるくらいの大きさです。貴重品が心配な方はぜひご利用ください。



小ネタ お気に入りTシャツ

まずはFUTENGの灯籠T。シンプルで合わせやすい! により他の人と被らないのが嬉しいです。続いて RubberduckのオリジナルTシャツ。生地がしっかりしているので、1枚でさらっと着やすいです。皆さんのお気に入りも教えてください♪(長谷川)



8月休診日のご案内

休みの色 ● 森本 ● 眞殿 ● 長淵 ● 森

月	火	水	木	金	土	日
					1	2 休診
3	4	5	6	7	8	9 休診
10 9:00~13:00	11	12	13	14	15	16 休診
17	18	19	20	21	22	23 休診
24	25	26	27	28	29	30 休診
31						

森本院長は毎週火曜日 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



初診の夜から泣くことが減りました

2歳のKちゃんは今最近かんの虫がひどくなっていました。夜泣きも多く、食事前や嫌なことがあると大泣きしたり奇声をあげたりとアピールが過剰になり、困ったご両親と一緒に来院されました。Kちゃんのお腹を触診すると、胃の反応が強く出ていました。ご両親によると、ご飯は出すだけ食べ続けてしまうそうです。胃を中心にローラー鍼で治療をし、ご飯は少なめにしてみました。初診の夜から効果があり、食事前に泣きませんでした。初めはベッドが嫌でお母さんの膝の上でローラーをしていました。2回目には嫌なことで泣かなくなり、自らベッドに寝転んでくれました。3回目には夜泣きがなくなり、ローラーに興味を持ち自分で持って出来るようになりました。5回目で卒業。最終日にはいつも歩いてくれなかったのに歩いてミントにいられたそうです。

~担当者から一言~

ローラーを気に入ってもらえて良かったです^^



Minstagram 読者参加型コーナー



Stay Homeの過ごし方

コロナ予防として、家族全員毎日必ず、ミントさんお勧めの「鼻うがい」をしています。分かりやすいようにマスキングテープでデコレーションしてみました。他にもネットを見て簡単料理を作ってみたり、大人の塗り絵、ダンス、読書などをして過ごしています。



マッキーさんより

森本先生の

デジタルオ・タ・ク

手洗いより10倍よごれが落ちる?

超音波電動歯ブラシ「Doltz」

1000円前後で手に入るようになった電動歯ブラシですが、そこをあえて電機メーカーが「10倍綺麗になる」と言っている音波式を買いました。確かに振動が速い、細かい。あまりの速さに口に入れて



からスイッチを入れないと歯磨き粉が飛び散ってしまうほど。効果は抜群でいつも磨き残しの多い奥歯の裏もツルツルになって夜まで感触が残っています。



値段は3万円から6千円まで幅はありますが、一番安いモデルでも十分な能力です。迷っている方は是非買ってみてください。

イチオシ家電です。(by 院長 森本賢司)

真殿先生の



おいしいもん、みつけたっ!!

六甲道のテイクアウト出来るお店をご紹介します!

『CHANJA』餃子の種類が豊富!えび餃子をよく買います。辛いものが好きな方は赤八味・黒八味餃子もあります。『焼鳥まさや』にんにくダレが美味しいんです!にんにくガンガンにきいているのでお休みの前に食べることをオススメします(^)『にはとりや』長谷川先生から教えてもらった焼き鳥屋さんの親子丼。トロトロ半熟のこだわり卵です。鶏肉がゴロゴロ入っているのも嬉しい。受付のますたにさんと同じで鶏肉好き。まだまだ行きたいお店がいっぱい。普段行列で入れないお店のお料理が家で食べられるのはいいですね。私は土曜日のお仕事帰りにテイクアウトすることが多いです。(by 鍼灸師 真殿さつき)



長渕先生のティータイム



テイクアウトにも!サーモタンブラー

今気になっている商品フランチのサーモタンブラーです。保温保冷機能だけでなく、コンビニコーヒーのレギュラー・ラージサイズなどをカップのまま入れて

使えるんです。テイクアウトの利用が増えた今、とても活躍するのではないのでしょうか。

タンブラーに入れると、熱くて持てない問題がおきません。結露でびしょびしょになったり、この時期に氷が溶けて薄く



ぬるくなったりするのを防げます。デザインも豊富でかわいい!オフィスでも使いやすいシンプルなものもあります。職場にひとつあると便利ですね♪



(by 鍼灸師 長渕 詩帆)

森先生の



いいね!動画



長友佑都が教える簡単体幹トレーニング

以前から長友佑都さんが出している体幹トレーニングの本に興味があってこの動画を見つけた時すぐに試してみました。実際にやりながら気をつけるポイントを教えてくれるのでしっかり体幹を鍛えることができます。何より一緒にトレーニングをしているような感覚を味わえるのでモチベーションもアップしました。体幹トレーニングの中でもハードなものが多いので3秒試してみてもフォームが維持できなかつたり体のどこかに痛みを感じるものは避けるなどして工夫しました。これからの時期、夏バテ対策にもオススメです。是非試してみてください。(by 鍼灸師 森美紗都)



受付マスタニの

No Music No Life

♪See You Again/ Carrie Underwood



突然ですが、今月末でミントを去ることになりました。途中ブランクはありましたが、合計で約3年お世話になりました。音楽や愛犬、他にもプライベートなことまでたくさんの方とお話が出来てとても嬉しかったです。皆さんを勇気づける立場にも関わらず、皆さんの方から元気を頂きました。本当にありがとうございました。最後にご紹介する曲はCarrie UnderwoodのSee You Againです。別れの曲ですが、背中を後押ししてくれる力強いサウンドです。イントロの後「OH～」と始まる分厚いコーラスも、切なさや温かさを感じます。またどこかでお会いした際はよろしくお願ひします。



3年間ありがとうございました。(by 受付 ますたに)

長谷川先生の

Travel memory



今回は「岡山旅」。おすすめの日帰りコースをご紹介します。まずは倉敷の美観地区!景観やお買い物はもちろんですが、私がおすすめしたいのは“有鄰庵のたまごかけごはん”。いまだにここを超えるたまごかけごはんに出会ったことがありません。桃ジュースやプリンも絶品です♪続いて向うのは、“ベティスミス ジーンズミュージアム”。ジーンズの歴史を知ったり、ジーンズ作りを体験できます。アウトレットもあり、いいジーンズがお手頃なお値段で買える穴場です。車の方が周りやすいコースですが、バスもあるのぜひ行ってみてください♪



(by 鍼灸師 長谷川 夏鈴)