

ミントちょこっと新聞

2021
2
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。2月になりましたね。今回は『春になる境目の思い出』を聞きました。院長は節分の豆が大好きです。きな粉も好きなんですが、材料が同じということで納得したのが中学生の頃でした。眞殿は5年前のこの時期に行ったスノーボード。雪が溶けてシャバシャバ、冬の終わりを感しました。森は恵方巻。毎年決まった方角をみて願い事を思い浮かべながら黙々と食べています。長谷川は国家試験。風邪をひきやすい時期なので、鍼治療を受けて体調を整えました。村井はバレンタイン。小、中、高、専門と友達にチョコレートをお土産のように配っていました。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



～予約をまとめて取ることができます～

平日の夜や土曜日など、希望しているお時間にご予約が取れないことが増えてきています。その対策として、まとめて4回まで先にご予約をお取りすることができます。希望のお時間が取りやすく、スムーズに治療が終わります。どうしてもご予約がお取りできない場合は、担当が代わって治療を引き継ぎます。引継ぎはしっかり行っておりますのでご安心ください。予約の変更にはLINEが便利です。是非ご利用ください(^^)



小ネタ 毎日食べたい唐揚げ

六甲道は美味しい唐揚げ屋さんがたくさん!私のおすすめはカリッジュ。テイクアウトのみですが、注文してから揚げてくださいるので、外はカリッと中はジューシーな唐揚げが楽しめます。メニュー豊富なのでぜひ寄ってみてください♪ 長谷川



2月休診日のご案内

休みの色 ● 森本 ● 眞殿 ● 長瀬 ● 森

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



1回の治療で咳の回数が半分に減りました。

同業のYさんは4ヶ月前から咳が止まらなくなりました。施術中に咳が出そうになることもあり、そのたびに隠れて咳をしてしのいでいました。コロナのこともあって空咳であっても周りの目が気になり病院へ。吸入薬を処方されましたが、効果が出るのはその時だけで咳は続きました。勉強会で院長と会い、「治りますよ。」という話を信じて当院に来院。

胸のあたりを触診するとそれほど反応は強く出ていません。それよりも咽と鼻の反応が強く出ていました。以前から慢性鼻炎はあるが、鼻水はでていないとのこと。後鼻漏で咳を誘発している可能性があると考え、鼻炎の治療と自宅での鼻うがいを指示しました。

2回目時点で半分、3回目で3分の1まで咳をする回数が減少。年末年始を挟んでも咳をすることがほとんどなくなったので5回目で卒業となりました。

～担当から一言～

同業の先生への治療はこちらも勉強になりました。



Minstagram

読者参加型コーナー

～トイプードルのポニョ～

友人のトイプードルを預かり可愛さに惹かれ当時付き合っていた彼と飼うことを決意。ネットでお顔を見てこの子!と決めてペットショップへ行き即決しました。ポニョを通して彼



との関係が深まり結婚。そして今は4人目の家族を授かっています。私達夫婦にとってポニョはかけがえのない大切な家族です。 Kさんより

森本先生の

デジタルオ・タ・ク



オンライン習い事「カフェトーク」

年のはじめというのは某通信教育のチラシをよく目にし、**習い事**が活況になります。資格でも取ってみようかな?と思う人もいるのではないのでしょうか。今年はコロナの影響で通信教育から**オンライン教育**に切り替わるでしょう。映像と音声が生配信されるので、種類が増えて、**料理、裁縫、ヨガからパソコンの組立**までなんでもオンライン習い事ができます。今年は**オンライン習い事の最初の年**になるのでお得に始めることができるかも。ぜひ挑戦してみてください。「カフェトーク」は現時点で最も充実しているサイトです。(by 院長 森本賢司)



村井先生の本のしおり

チョコレートコスモス



以前紹介した「蜜蜂と遠雷」の作者、恩田陸さんの小説です。**舞台演劇**の、演じる才能に溢れた二人の**“天才”のお話**です。蜜蜂と遠雷の時にも感じましたが、恩田さんの文章は読むだけで鮮明に描写が浮かんできます。舞台上の様子が描かれている場面では、**鳥肌がたつほど**。登場人物の良い感情も負の感情もひしひしと伝わってきます。また、演劇は広く深い世界なのだと知ることができました。このお話の続きが読んでみたい!少し分厚めの本ですが、**物語に惹きこまれ、すぐに読み終わってしまいました**。オススメです! (by 鍼灸師 村井 颯希)

長谷川先生の

Travel memory

神戸で沖縄気分

なかなか旅行に行けないけど、**ご当地グルメ**が食べたい!ということで以前から気になっていた**アンテナショップ**に行ってきました。シーサーが迎えてくれる店内には現地でしか買えないものがたくさんありました。私が購入したのは5点。ついつい**買い過ぎてしまいました**(笑)なかでも大好きな**ミミガー**と**海ぶどう**が食べたのが嬉しかったです。**海ぶどうはプリップリ!**ミミガーは帰ってすぐ食べたので写真を撮り忘れました…。沖縄そばはこれから食べるので楽しみです! (by 鍼灸師 長谷川 夏鈴)



眞殿先生の



おいしいもん、みーつけたっ!!

当院の近くの『六甲本通商店街』でおすすめの食べ物をご紹介します。今回は**揚げたて**のコロッケやお弁当が買える**スミヨシヤ**さん。種類豊富でいつも悩んでしまいますが、ここの**玉子コロッケ**が絶品!他店では食べたことない味です。外はサクサク、中には卵の白身、黄身とパセリやハム(たぶん…)が入っていて、しっかり味付けされています。夕食のおかずにかかてはいかがでしょうか。私は注文して揚げてもらっている間に2件隣の果物屋「**フルーツのかなさき**」さんで**ミックスジュース**をいただいています。このコースおすすめ!六甲本通商店街は美味しいものがいっぱいなのでまた、ご紹介しますね。(by 鍼灸師 眞殿さつき)



森先生の



いいね!動画



不眠や疲労感を根本的に解消するには

今回紹介する動画は「**眠れなくなるほど面白い自律神経の話**」という本を解説してくれている動画です。28分間と長い動画ではあるのですが、本1冊を簡単にまとめて分かりやすく説明してくれるのですぐ見終わってしまいます。自律神経の乱れという言葉をよく聞きますが具体的にどういうことなのか知らない人も多いと思います。この動画を見れば**自律神経の乱れてなに?**という疑問を解決、さらに整える方法も教えてくれます。最近疲れやすいなと感じている人は「**中田敦彦のYouTube大学**」でぜひ検索してみてください。(by 鍼灸師 森 美紗都)



ミントの日常はSNSで!

「ミントはり灸院」と検索するとスタッフの意外な姿が見えるかも?!



編集後記

2度目の緊急事態宣言が発令されました。感染の怖さもありますが、何よりも出かけられないストレスで身体を崩していないかが心配です。ミントのYoutubeチャンネルにはさまざまなセルフケア動画があるので自粛中の息抜きに見てくださいね。

森本