

ミントちょこっと新聞

2025
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。今月は「自分の中での流行りの食べ物」を聞いてみました! 赤石はサツマイモの固いチップス、おさつどきんの塩バター。バリバリ食べちゃいます。有馬はグミのコロロ。独特な食感が好きでつい買ってしまう。特にマスカット味がお気に入りです! 龍見はSOYJOYイチジク&レーズン。最近、ラインナップに加わりました。広地はうどん。あったかいおだしともちもちの麺、日本に生まれて良かったです。中村は鍋。色んな味、色んな具材を食べられるので毎回楽しみです。小早川は黄身のつぶれた目玉焼き。つぶれている方が好きなことに気づきました! 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

ミントにインスタがあるんだって?



←院長のアカウント
妊活の情報を発信
しています。



院のアカウント→
ミントの日常や鍼灸
が初めての人向けの
情報を発信していま
す。

多くの人に知ってもらいたいの

で、いいね、フォローで応援をお願いします♪/

「長谷川先生のオフショット日記」

「2024年の推し活振り返り」

私の推しはEXILE TETSUYAさんとFANTASTICS澤本夏輝さん。昨年はお二人に会うために11都市34公演行きました! 特に楽しかったのがLDH LIVE EXPO 2024。EXILE系のグループ12組84名が総出演するお祭りみたいなライブで、普段は違うグループのTETSUYAさんと澤本さんが同じステージで観れるんです。ライブがスタートすると前! 後ろ! 次は横! と次々にメンバーが登場してあちこちから歓声が。そのままノンストップでR.Y.U.S.E.I.やChoo Choo TRAINなど大ヒット曲を披露していきます。後半のメドレーパートではなんと目の前にTETSUYAさんが! 間近で見るダンスはキラキラに輝いていてめっちゃくちゃこよかったです。

推しが並んで踊っている姿もみれて大満足。2日間で声が枯れるくらい叫んで歌って踊って幸せすぎるライブでした(^o^)/



今月の

患者さんの声



まわりの目が気にならなくなりました!

もともと喘息持ちのUさん。何年かに一度症状が強くなるようなのですが、今回は9か月経っても治まらないため、不安になり当院に来院されました。夜も咳で何度か起きてしまい、職場や電車の中で咳が出るとなかなか治まらずに周りの目が気になり辛い状況でした。触診してみると、肺だけではなく、鼻と咽にも強く反応が出てました。聞いてみると鼻炎もあり、頭痛もあるということでした。週1回の治療をして3回目では症状がマシになりました。5回目では咳も出なくなりました。夜も起きずに寝れるようになり、頭痛もなくなりました。まわりの目も気になって控えていた外食も今では行けるようになりました。冬の乾燥を乗り越えるように治療し、今からは春の花粉の季節に耐えられるように2週間に1回の治療を続けています。

～担当から一言～

思っていたよりも早く症状が改善して良かったです。このままキープしましょうね(^^)



Minstagram 読者参加型コーナー

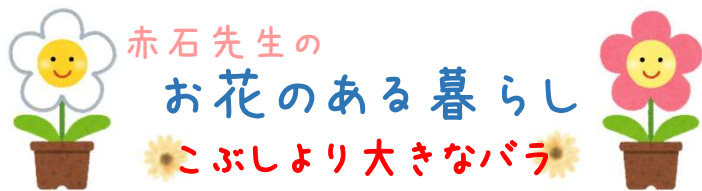


こだわりのモンブラン

はじめて目の前で絞ってもらったモンブランを食べたのは、10年ぐらい前の東京銀座みゆき館でした。そこから本格的なアルコールなしの和栗のモンブランを探してます。関西では「京都のKEIZO」、「奈良のラ・ペッシュ」、「大阪の五感」、「三田のエスコヤマ」が好きです。また和栗の季節まで待ち遠しいです(*^^)v

Oさんより





赤石先生の

お花のある暮らし

こぶしより大きなバラ

花の中でもバラが大好きな赤石です。皆さんもなんとなく、好きな花や植物はありますか？今回はバラの中でも特に大きくて、印象的なお花をご紹介します！その名も**エクスプローラー**。“探検家”という名の通り、エレガントさの中に秘められた力強さが魅力の品種。花びらの大きさだけでなく、全長も1.

5mもあります。ビックリですね！花言葉は「**冒険心・探求**」。バラは3万～10万種類もあり、なんと…！世界一種類が多い花だそうです。さすが**花の女王**ですね(^▽^)/
(by 三ノ宮院 赤石 はるか)



龍見先生の

Hero of the Race

“ダート王”コパノリッキー

父ゴールドアリュール、母コパノニキータ、2010年生まれの栗毛の競走馬です。4歳で挑んだ**ダートのGI**、第31回フェブラリーステークス。16頭中16番人気の評価でした。そんな中、彼はこのレースを優勝しました。しかし彼は、この一年後にさらなる偉業を成し遂げます。第32回フェブラリーステークス。この年**1番人気**に押されたコパノリッキー。最後の直線で抜け出して見事優勝。史上初のフェブラリーステークス連覇を達成しました。そして彼は、**日本馬GI級最多勝利数の記録**を持っています。王と呼ぶに**相応しい記録**ですね。
(by 三ノ宮院 龍見 将臣)



中村先生の

仕事終わりのスイーツ

いちごと練乳のもっちりみるくわらび

今月はセブンイレブンの商品をご紹介します。この時期の旬の果物といえは、いちごですね！旬のいちごを使ったいちごと練乳のもっちりみるくわらび。ソースはいちごソースと練乳ソースの2つが混ざっており、いちごの甘酸っぱさと練乳の甘さの**相性が抜群**です。わらび餅は牛乳と練乳を使って白いわらび餅にしているそうです。いちごソースだけで食べると甘酸っぱさを強く感じますが、全て混ぜて食べると**甘さと酸っぱさがちょうどよく**パクパク食べられます。わらび餅もスルッと食べられるので食後のデザートにちょうどいいです！食後に食べてみませんか？(by 六甲院 中村 円香)



有馬先生の

No Music No Life

♪BEAUTIFUL DAYS/SPYAIR

「プラスにもっと変えていける」から始まるこの曲。流れてきた瞬間元気が出る曲です。他にも、「誰かが君を笑っても俺は笑ったりしないよ」「自分に何も無いなんて抱え込むよりも、何かできるんだろって俺とワクワクしよう」といった、ネガティブをポジティブに変えてくれるフレーズが沢山あります。この曲を聞くと、大好きなSPYAIRが励ましてくれている気がして、よし！頑張ろう！という気持ちになります。流石**MOMIKEN**の作詞！SPYAIRでは珍しい**ドラマ主題歌**なので、聞いたことがある人もいるかもしれませんね。今度また久しぶりにドラマ主題歌を担当するそうなので、それにも注目です！(by 六甲院 有馬 凜華)



広地先生の

Travel memory

交野山の観音岩

春一番が吹きそうな冬晴れの日には、ほかほか身体もあったまる**お手軽絶景ハイキング**はいかがでしょうか？今回は私の地元にある交野山の観音岩。駐車場から頂上まではおよそ700メートルで、**慣れていなくても気持ちよく登れます**。運動不足の私でも楽しめるくらい軽いアップダウンと途中の**石のはしごにワクワク**しました。頂上には**とても大きな岩**があり、そこからは大阪や京都の街並みが見渡せて**晴れやかな気持ちになります**！もう少し本格的にという方には、三角屋根が可愛い**京阪交野線私市駅**から2時間半ほどで頂上につけるコースもあり、道中では**滝**もみれてこちらもおすすめです。(by 明石院 広地 海音)



小早川先生の

ガチャガチャの沼

おむすびのもこもこ巾着

おにぎりの形、好きなんです。**コロコロ感**に癒されて。今回はもこもこおにぎりの巾着をご紹介します。**ちょっとなついてる顔**がポイントです。かわいいで良ければお揃いに！ただ、置いてある場所が少なくて…。**6ヶ所**ほど探してやっと見つけました。変なところで一生懸命を発揮…。でも、見つからないものって**出会えた時**すごく**幸せ**になります。なので**大満足**！2回だけ回すと決め、梅としろごまをお出迎え。もう一回したい欲に耐えました。食べるおにぎりもちろん好きです。**1番は海老マヨ**！皆さんの好きな味も聞きたいです！(by 六甲院 小早川 蓮)

