

ミントちょこっと新聞

2026

4

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

各院へのご連絡は
こちらから↓



こんにちは。春ですね。春といたら!「お花見に食べたい食べ物」を聞いてみました。院長はナダシンのおはぎ。あべ川おはぎセットがベスト!森は桜餅。より桜を感じられていいですね。赤石はたい焼きです。お花に囲まれながら、ホカホカのあんこ食べたいですね。山田はサンドウィッチ。普段作らないものもこうゆうワクワクする時は作ろうかなって気持ちにさせてくれますね☆中村はお弁当。卵焼きと唐揚げがあったらうれしいなあ。小早川はみたらし団子。桜を見ながら、甘じょっぱいたれを味わいたいです。皆さんはお花見でなに食べたいですか?また聞かせてくださいね!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



～ゴールデンウィークについて～

うらかな季節となりましたね。
ゴールデンウィークのお知らせです。



ミントのゴールデンウィークは

5月4日(月)～6日(水)まで休診します。

7日(木)は三ノ宮院、明石院も診療しています。



前後は混み合いやすいので、ご予約はお早めに!

「広地先生のオフショット日記」

「弾丸富士山長野たび」



「え、明日晴れになってる!」急遽早朝に出発しました。私にとって富士山は約1年ぶり。高速で眼前に広がる富士山が見えて、疲れが一気に吹き飛びました。今日は精進湖から河口湖にかけてのコース。私は富士山の雄大に広がる裾が大好きなのですが色んな角度から雲に隠れきることなく見れて大満足でした。でもゆっくりはしてられません。後ろ髪引かれながらも長野へ。茅野諏訪エリアに行きました。圧巻のハケ岳とおいしい空気の中向かったのはずっと気になっていた「ハーバルノート」さん。お土産でもらったハーブティーが大好きで来たかったんです。最後に



向かったのは立石公園。諏訪湖が一望できるスポットです。上から眺める湖と街は綺麗であの映画を思い出しました。自然に癒された1日でした(*^*)(by 明石院 広地 海音)



今月の

患者さんの声



不調になりにくい体になりました!

全身のだるさや痛み、お腹の不調などが続いていたKさん。病院に行くも異常はなく、規則正しい生活や運動を心がけましたが症状は日々悪化していました。特に季節の変わり目は体調を崩すことが多く、職場で心配をかけてしまう現状を変えたいと思いミントへ。触診をすると鼻の反応が強く出ていました。普段からくしゃみが出やすいとのこと。鼻の不調が自律神経を乱し様々な不調をきたしていると考え治療を開始しました。初回の治療後から鼻が通りやすくなりお腹や腰の痛みもなくなりました。4回目には風邪気味になることもありましたが、以前なら1週間以上不調が続くところを4日で回復。7回目には鼻水や肩の痛みも気にならず集中力がアップして、3日かかっていたお仕事が1日で終わったそうです。現在は体調を崩しにくいお体を維持できるようにメンテナンスされています。～担当から一言～

職場の方も驚くほど体調が安定してよかったです。



Minstagram

読者参加型コーナー

～ギター再開!～

クラシックギター。朝から晩まで没頭した大学時代。仕事も落ち着き、ひょんなことからギターを再開することに。思いきって人生初のエレキギターを購入しました!桜散るまでに一曲完成するのでしょうか。再び、少し俯きながら指板と向き合う日々が始まりました。



Sさんより

森本先生の

デジタルオ・タ・ク



画面を綺麗にする専用クロス

液晶画面ってすぐにホコリが付いたりしませんか? 液晶画面はどうしても電気を帯びているのでホコリを寄せ集めてしまいます。なので、**除菌シート**とかで拭いてもホコリが上手に取れない、**水に濡れる**ことやザラザラの面で**傷がついて**しまうかもと思うとしっかり拭くことができません。そこで買ったのがこちらです。家電メーカーからでている**専用クロス**です。

液晶画面用なので**シッ**

カリと拭けてひと拭きで

ホコリは取れて、さらに

油脂にも対応しているので、指紋跡もピカピカになります。(by 六甲院 森本賢司)



赤石先生の

お花のある暮らし

トサミズキ



この前、名古屋の徳川家康の庭である、徳川園に行ってきました。その時に会ったお花です。花言葉は「**伝言**」「**愛**」。初めて見た時はドキミしました。花は上向きに咲いていることが多いですが、この子は**下向きに綺麗に花を咲かせています**。枝からしずくのように頑張って咲いている姿が、とってもカワイイです。



江戸時代に、よく庭木で流行っていたそうです。確かに、、風情を感じます。徳川園には滝もあり、鯉もいたり、そして**たくさん珍しい花々**があり、植物好きにはとってもいい場所ですよ♪ (by 三ノ宮院 赤石 はるか)



中村先生の

仕事終わりのスイーツ

いちごのクッキーシュー

今月はローソンのUchi cafe X ICHIBIKOのスイーツ!

ローソンのクッキーシューは前から人気だと聞いていて、気になっていたもので、せっかくなら**いちごバージョン**を食べてみました。いちご味のクッキー生地はザクザクしていて、中には生クリームと**甘酸っぱいいちごジャム**が入っていました。甘すぎず食べ進めてもしんどくなく、**ちょうどいいバランス**! 1個が大きくて、クリーム



も沢山入っているので、クリームでしんどくなりやすい方は、**コーヒーや紅茶と一緒に**食べてみるのもいいかもしれませんね! 次は何を食べようかな? (by 六甲院 中村 円香)



森先生の



いいね! 動画



絶対に見るべき「関西の桜10選」

今回ご紹介する動画は絶対見るべき「**関西の桜10選**」です。4月は桜が見ごろになり



お花見に行かれる方も多いんじゃないでしょうか? これまで関西でお花見といえお京都のイメージがありましたが**関西にこんな素敵な桜スポット**があったとは驚きでした。特に奈良の「**高見の郷**」はカートに乗って桜を見てまわられたり、茶店でお団子などいただけるみたいで気になります。撮影日も書いてあって見ごろの時期



も分かるのがありがたいですね。この動画で**花見気分を味わってみて**はいかがでし

ょうか? 気になった方は「**イケノウエ旅ch 関西の桜10選**」で検索♪ (by 明石院 森 美紗都)

山田先生の

今月の一本



彼女はキレイだった(韓国ver)

今まで韓ドラは長いので避けていたん

ですが、ついに見てみたら**ドハマリ**して

しまいました! 子供の時の初恋相手と

再会するも外見が変わってしまい正体を明かせない

ヘジンとイケメンエリートに変貌したソンジュンの2人

を囲む**四角関係**を描いたラブコメディです。もう毎話

面白すぎるのと終盤にいくにつれて自分の感情が入

り込みすぎて**キュンキュン**を通り越して**めっちゃめっちゃ苦**

しい...途中展開が進まず長く感じたんですが

終わりが近づくにつれて観終わりたくなり、

見終わってから挿入歌を何度も聞くくらい

大好きなドラマになりました!(by 六甲院 山田 有紗)



小早川先生の

ガチャガチャの沼



めざましコラショ

「よいしょ」「コラショ」でお馴染みの**ランドセル**の妖精さん、**コラショ**! 皆さん、この子と

一緒に勉強しましたか? 私は、しまじろう

の頃からさせてもらってました。なのに全然、勉強せ

ず...。もらえるものを楽しみに続けていた、とても悪い

子でした。なので、貰ったこの**コラショの時計**はよく覚えて

います。私の時は**黒板**のもので、中でも**耳がのっ**

かっているところがお気に入りでした。懐かしい。つい、

回しちゃいました。狙いは**黒板の子**! 1回、2

回。ダメです、出ません。**コラショ**がいるだけで

幸せなので、今回は諦めました。偉い! でも

今も少しガチャガチャを覗くと見かけるんで

す。うう、耐えなきや...。(by 三ノ宮院 小早川 蓮)

