

ミントちょこっと新聞

2026

6

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

各院へのご連絡は
こちらから↓



こんにちは。今回は「夏に向けて買ったもの」!!院長は釣り用の日焼け対策ウェア。今年は焼かないぞと決めて、つばの広いハット、冷感スパッツやグローブを準備しました。森はひんやりルームウェア。家にいる時間が長くなるので快適に過ごしたいです。長谷川は厚底スニーカー。夏もたくさん出かける予定なので歩きやすいものをゲットしました!赤石は紫外線カットパーカー。シミ予防に効果てきめんです!有馬は新しいズボン!ずっと気になっていたけど勇気が出なかった形をついに購入しました!。広地はワンピース。可愛く着るために身体をしぼろうかと計画中です!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



☆6月20日はミントの日☆

昨年より突然始まった「ミントの日」企画!



ミントの日は6月20日なのですが、実は1987年に北海道北見市が制定した「ペパーミントの日」にちなんでいます。(ミントはり灸院が出来た日ではないです💧)

ハッカ(20日)の語呂合わせ、初夏の爽やかさを表しているそうです。

今年も皆さんに爽やかになってもらうためにも、プレゼントを用意しています。お楽しみに!

「小早川先生のオフショット日記」

「ムーミンに会ってきました(^ ^)/」

カバさん??少し似ていますが、この

子は妖精さん、ムーミン!先日埼玉県にあるムーミン

バレーパークを訪れました。入場するとまず、全長

200メートルもの空一面に広がる傘の

アート💎足元に映る傘の影まで幻想

的でした。そこを抜けた先にはムーミン

が!嬉しくて駆け寄り、勢い余ってお顔に激突…。痛

かったらうな…。そしてよく見るお家を発見!お花や

シャボン玉が広がり、他のキャラクターもお

出迎えしてくれました。お気に入りな大きな

身体のモラン!ムーミンの世界では恐れ

られ、好かれていないようです…。でもでも私は好き!

他にも展示や没入型アトラクションがあり、癒され

ました。そして帰る時には、パークをでてから

駐車場まで、スタッフさんが運転してくれる

移動サービスも💎歩くのが不自由な方に

も優しいパークでした。次は大きなムーミン

を連れて帰る予定です!(by三ノ宮院 小早川 蓮)



今月の

患者さんの声



元の生活に戻ることができました。

2.3週間前から咽がイガイガし始めたTさん。イガイガし始めてから1週間後に発熱、熱は下がったが痰がらみの咳が出るようになり投薬を受けたが改善がみられず当院に来院されました。趣味で合唱にも行かれていたり、お仕事やボランティア活動などもされていたんですが、咳をしているからと予定を全てキャンセルしないといけなくてとてもつらい状況でした。触診をすると、咽と鼻の反応が強く出ていて、咳のし過ぎで首の筋肉も固くなっていました。咽と鼻を改善するために週1回の治療開始したところ、1回でイガイガは残るものの、咳はマシになりました。3回目では咽のイガイガも無くなり薄く痰がからむ程度になり、合唱やお仕事も前のように行けるようになりました。4回目からは10日間隔になりましたが完全に治って5回で卒業されました。

～担当から一言～

効果をすぐに感じれてよかったです(^ ^)



Minstagram 読者参加型コーナー

～今年初めて手話カフェに♪～

いろいろな人とおしゃべりしたりサロン

やワンツーマンを受講しています。最初は緊張しますが、自分が覚えた単語を

使って相手と会話がスムーズにできた

ときは嬉しいです。また手話の勉強頑

張ってね!と応援してもらえて励みになり

ました。難しいですが、これからも手

話の勉強頑張ります!

Fさんより



森先生の

デジタルオ・タ・ク



どこでもお昼寝できる簡易ベッド

職場の休憩環境を整えるために買いました。鍼灸業界で使う折りたたみベッドは大きくて重くて持ち運びは不可能です。ですが、これは7キロ。折りたたむこともできるので、専用の袋に入れたら、ちょっと大きめのストレッチポールを持っているぐらいです。これでどこでも横になって眠れるなんて最高じゃないですか？のび太くんもビックリ！しかもマットレスもしっかりしているので、ベッドなみの快適性があります。さああなたも職場で昼寝しちゃいましょう。(by六甲院 森本賢司)



森先生の



いいね！動画



日本全国使って壮大な鬼ごっこしてみた

今回ご紹介する動画は日本全国使って壮大な鬼ごっこしてみました。この動画はおすすめしていただいたことをきっかけに見ました。逃走者(鉄オタ)と鬼(非鉄オタ)の2チームに分かれ、逃走者は鬼に捕まらないようすべての公共交通機関を用いて逃げるゲームです。逃走範囲は日本全国。ミッションをクリアしながら戦略と鉄オタ知識を駆使して鬼から逃げ続ける姿がスリルがあ



面白いです。公共交通機関の知らなかった情報なんかも知れて見ていると旅行にくりだしたくなっちゃいます。気になった方は「西園寺 鬼ごっこ」で検索してみてください。(by明石院 森美紗都)

長谷川先生の

おいしいものめぐり



灘五郷酒蔵巡り

先日は森先生と日本酒飲み比べをしました。まずは櫻正宗記念館へ。4種類いただいた中で1番のお気に入りには金稀。飲みやすさと味のバランスが◎日本酒をゆっくり楽しみたいときにピッタリかも！続いて洪福鶴吟醸工房へ。こちらは無料も有料も試飲が多くてびっくり！12種類飲み比べて、空蔵愛山の日本酒らしい旨味とさっぱりした後味が好みでした！どんどん

飲めちゃう、いい意味で危ないお酒です(笑)最後は大吟醸ソフトも食べて大満足。ほろ酔い気分で楽しめました(^_^)



(by三ノ宮院 長谷川 夏鈴)



赤石先生の

お花のある暮らし

ホタルもどき??



この前、地元である姫路水族館に10年ぶりに行ってきました。昔は建物が小さかったんですが、増築されていて、時の流れを感じましたね。ホタルの展示があったので、思い出したお花「ホタルブクロ」です。花言葉は「愛らしさ」「感謝の気持ち」。名前の通り、夜に光を当てるとホタルのように光ってくれます。姫路



では夏になるとよくホタルが見れました。この花も、ホタルが出現する5月下旬～6月ごろに咲きます。お揃いですね♪かわいいです(^v^) 花のつぼみは食用になるので食べてみたいです。(by三ノ宮院 赤石 はるか)

有馬先生の

No Music No Life

♪ S.C.R.E.A.M / RainyBlueBell

歌がうまいとかのレベルじゃなく、「これが音楽で生きてる人の曲か」と思わせてくる歌唱力。素人には絶対歌えませんが、耳に残って離れない、インパクトありで、かなり印象に残ります。ラップパートが多いですが、テンポ感が気持ち良く、ラップが苦手な人でも聞きやすいんじゃないでしょうか。しかも、調べるまで知らなかったのですが、メンバーの1人が、あのFAKE TYPEの方！他2人も独特な歌声で、他の曲もつい見てみたいです。サムネは可愛い女の子3人組ですが、開くと野郎3人のバチバチにかっこいい声で脳みそがバグります笑



(by六甲院 有馬 凜華)

広地先生の

Travel memory

雨のち晴れの松山旅行



久しぶりのひとり旅、松山に行ってきました♪アルミ鍋で食べる鍋焼きうどんが甘いお出汁で美味しくて、良い旅の始まりです。今回は夏目漱石の「坊っちゃん」を片手に散策します。あいにくの雨の中向かったのは萬翠荘と隣の漱石カフェ愛松亭。竹林に雨が鳴るテラスでの時間はとても心地良かったです。次の日は始発で下灘駅へ。青春18きっぷのポスターで有名な駅です。5:51発の普通列車に揺られて小一



時間。天気は一転して晴れ。朝日とホームから見える水平線。早起きを頑張った自分を褒めたい！とても贅沢な時間でした。(by明石院 広地 海音)