ミントちょこっと新聞

2021 3 月号

LINEからのご連絡は こちらから↓



〒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

こんにちは。3月に入って少しずつ春めいてきましたね。今回は『春のピクニックに持っていきたいもの』を聞いてみました。院長は元ボーイスカウトとしてはシルバーコンパス。これがあれば遭難しない、安心して前に進むことができる。そうシルコンならね。眞殿はお弁当。自分で作ったもの、ではなくテイクアウトした確実に美味しいものを持っていきます。森はフリスビー。楽しく遊んで、日頃の運動不足を解消したいです。長谷川は大きなレジャーシート。ゴロンと寝転んでお昼寝したいです。村井は温かいコーヒー。ポカポカ陽気の中、ほっと一息つきたいです。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♪

お知らせりりりりりりりり

~診察時間について~

いつも治療後やLINE、お電話でご予約したときに時間を案内しています。そちらのお時間は『治療の開始時間』となります。

治療開始時間に治療が始められ るよう、<mark>ご予約のお時間の5分前</mark>を 目安にご来院ください。時間通り に治療を終え、スムーズにご案内が



できるよう努めて参りますので、ご協力をお願いし ます!

(小ネタ) 本と出会えるアプリ

「taknal」というアプリをご存知ですか?街中ですれ 違った人とオススメ本情報が交換できるアプリです。 普段手に取らないような本に出会えて楽しい! 位置情報を使うので、私は通勤中のみ オンにして使っています。本好きの方はぜひ ダウンロードしてみてください♪ 村井

3月休診日のご案内

休	みの色		<u></u> 美景		森	長谷川
月	火	水	木	金	土	日
1	2 👴	3	4	5	6	7 休診
8	9 🔵	10	11	12 •	13	14 休診
15 🦲	16	17	18	19 •	20	21 休診
22	23	24	25	26	27	28 休診
29	30 0	31				

診療時間 平日10:00~20:00 土曜9:00~17:00

<u> 今月の</u> <u>患者さんの声</u>



顔の半分が動くようになりました

Mさんは顔面神経麻痺と診断されました。一週間耳鼻科のステロイド点滴治療に通われた後、受診された病院で数ヶ月から1年ぐらいの回復期間をみてほしいと言われたそうですが「早く治したい。何かできることはないか」と思い、ネット検索で当院を見つけてくださり来院。

顔の左半分が動きにくく口が閉じられない、左側で食べると頬を噛んでしまうとおっしゃっていました。動かしにくくなった口の周りの筋肉を鍼で緩める治療を開始。治療3回目の翌日、口の周りにピリピリした感覚があり、その翌日から少しずつ動きにくかった部分が動くようになったそうです。治療6回目でゆっくり麺もすれるようになり、7回目では最初できなかったうがいも出来るようになりました。

~担 当からー 言~

Mさんのご自 宅でのケアの頑 張りもあり早い改善がみられました。

MinStagram 読者参加型コーナー

~耳鳴りのときには~

耳鳴り、難聴で通院しています。音楽療法として聴き始めたクラシックのモーツァルトや自然の水の音。寝る前や、耳鳴りがひどく



イライラしてしまう時に聴くと耳鳴りも穏やかになり、



眠りにつくことができます。鳥のさえずりが 聞こえる川のせせらぎの音がお気に入り です。 Sさんより

|蕭||| 日本製スティック掃除機は軽自動車

■ 電池の持ちが悪くなったので掃除機を買い 替えました。掃除機といえばダ○ソン!ですがここは家 雷オタクらしく吟味して選んだのが日立製のステック 掃除機です。日本製掃除機の特徴は「小さい、軽い、

そこそこの吸引カ」。ダ○ソンホッタト車なら 日本製は軽自動車のようです。何度が 掃除してみて、マンション住まいの広さに は十分な性能。海外の大きい家、土足



文化なら確かにダイソンの スペックが必要なのでしょう。ヘッドの先端 にライトがつたり、分解掃除が簡単なのも 日 本らしいですよね。日 本 家 電 の 良さを感 じた掃除機でした。 (by 院長 森本賢司)

眞殿先生の

おいしいもん、みーつけたっ!! 西区のお蕎麦屋さん『あずみの庵』

お蕎麦が美味しいと聞いて行きまし た。(かなり前なので情報が変わって

いる可能性あり) 土鍋で炊いたご飯に、米粉で楊げ た天ぷらがのった天井。お蕎麦は10割蕎麦。なんと セットで1000円以下!あえて麺を冷凍技術で熟成さ せていると書いてありました。麺が切れやすいことはな くしっとりした食感。天ぷらはサ1サ1で軽い感じ。天 つゆをご飯の底までかけてくれていたのは嬉しい。

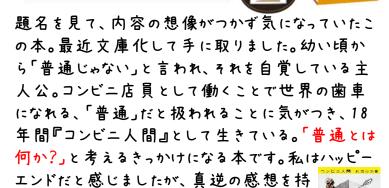


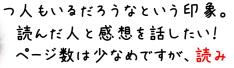
店主さんは懐石料理店出身だろうです。 それは美味しいはず!また行けるようになっ たらメニュー表を見て気になった『オレンジ 精卵の親子丼』を食べてみたいです。

(by 鍼灸師 真殿さつき)

村 井 先 生 の本のしおり 🛮

コンビニ人間





応えのあるお話でした。(by 鍼灸師 村井 颯希)

森先生の

いいね!動画



iPhone使ってる人は絶対に見て下さい

今回紹介するのはiPhoneの便利機能 iPhoneの を紹介している動画です。今年の2月 初旬に今まで使っていたiPhone7が としまで使れる能



故障してiPhoneSEに機種変更しました。イマイチ使 い方が分からずYouTubeで調べていた時、この動画を 見つけて知らない機能ばかりで目から鱗でした!! 日常生活でiPhoneを使う機会が多いのでちょっと した手間が省けたり、新しい使い方ができてとても



助かっています。どれも知っていて損しない 便利機能だと思います。iPhoneをお持ちの 方は是非「かわにしみき便利機能」でチェッ クしてみて下さい。 (by 鍼灸師 森 美紗都)

長谷川先生の

Travel memory

沖縄のんびり旅 前 編

今回は2年前に行った沖縄旅行。国際通りを拠点に 観光地を巡りました♪まずは首里散策。お腹が空いた ので首里をばへ。あっさりしたスープとやわらかい三枚 **肉が美味しかったです。並んだ甲斐がありました。続い** て首里城へ。ちょうど新エリアがオープンした時でした。 琉球舞踊のステージもあって、沖縄の歴史を感じまし た。いつかまた華やかな正 殿をみれることを楽しみにし てます。夜は国際通りに戻って屋台村へ。中でも美味

> しかったのが紅芋梅酒。 さっぱりして飲みやすいので 🌉 飲み過ぎにはご注意を!



続きはまた来月♪ (by 鍼灸師 長谷川夏鈴)

ミントをインスタ 投 稿してみませんか?

~インスタグラム タグ付けキャンペーン~

3月はインスタグラムのキャンペーンを 行います!



①インスタグラムで投稿する際、ミントはり灸院 のアカウント(@mint.harikyu.clinic)をメンション、 またはタグ付けする

②インスタグラムのストーリーズでミントはり 灸 院 のアカウントをタグ付けする

どちらかの方 法で投稿して、受付で見せて いただくと、セルフケア商 品 等をプレゼント! キャンペーンは3月最後まで。詳しく知りたい、

やってみたいけどやり方が分からない・・・などございま したら、お気軽に受付までお尋ねください♪