

# ミントちょこっと新聞

2021  
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



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



こんにちは。最近暑く感じる日も増えてきましたね。今回は『夏に向けて買ったもの』を聞いてみました。院長は大量のボディシート。暑い日の出勤後に体を拭きます。眞殿はハッカ油スプレー。爽やかなミントの香りで暑い夏を乗り切ります。長淵は保冷タンブラー。いつでもアイスコーヒーが飲めます! 森は日焼け止め。これで今年の紫外線もブロック。長谷川は半そでの刺しゅうシャツ。ショート丈なのでワンピースとの相性抜群。早く着たいです! 赤石はアイス枕。夕方まで寝ちゃいそう。村井は日傘。真夏の日差しの中、日傘なしでは歩けません…。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

### 先生のお休みが変わりました

6月から鍼灸師の先生のお休みが変わります。

火曜日 → ● 眞殿先生  
● 森先生

木曜日 → ● 森本院長  
● 長淵先生  
● 長谷川先生



水曜日、森本院長は午前診療のみとなります。

## 今月の患者さんの声



### 生理中でも普段通り過ごすことができました

Tさんは約1年前からひどい生理痛とPMS(月経前症候群)で悩まれていました。ひどい時は学校に行くことができず休んでしまうこともあったそうです。休まず学校に行きたい、そして4ヶ月後に会社員として働き出すので、それまでに治したいとの思いで当院を受診されました。初診で触診すると、子宮だけではなく耳、鼻、胃、大腸に強い反応が出ていました。話を聞いてみると、生理が始まる前から強い倦怠感で動けなくなるなどの症状もあったそうです。子宮の環境を整えながら、それ以外の内臓の状態を良くするため身体の状態に合わせて週に1~2回の治療を開始。4ヶ月後には生理前の倦怠感と生理が始まってからの腹痛が出なくなり、痛み止めを飲まず普段通り仕事ができるようになったと喜んでいました。

~担当から一言~

ご自宅でのローラー鍼を使ったセルフケアも真面目に取り組まれていたので早く改善しましたね。

## ミントニュース 村井、引っ越しします!

今まで姉と一緒に大阪で暮らしていた村井ですが、この度六甲に引っ越すことになりました!

これで六甲近辺に住んでいる先生が3人に! 皆さん、六甲のお得情報を是非教えて下さい^^



## 6月休診日のご案内

休みの色 ● 森本 ● 眞殿 ● 長淵 ● 森 ● 長谷川

月	火	水	木	金	土	日
	1 ●	2 ●	3 ●	4 ●	5 ●	6 休診
7 ●	8 ●	9 ●	10 ●	11 ●	12 ●	13 休診
14 ●	15 ●	16 ●	17 ●	18 ●	19 ●	20 休診
21 ●	22 ●	23 ●	24 ●	25 ●	26 ●	27 休診
28 ●	29 ●	30 ●				

診療時間 平日 10:00~20:00  
土曜 9:00~17:00

森本院長は水曜日午前診療のみ

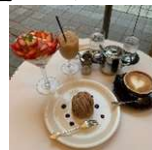


## Minstagram

読者参加型コーナー

### ~ランチと写真とおしゃべりと~

ここ最近お家にいる日が続いていましたが、友達に誘われてカフェのテラスでランチをしてきました! 2、3年前から始めたカメラで撮影した



写真です。私も友達もカメラが好きで、写真を撮る時は2人とも無言で撮っていました(笑) 学生時代からずっと仲良く、話したすと止まりません。久しぶりに話せてリフレッシュできました!!

Fさんより

森本先生の

デジタルオ・タ・ク



### 新しいエアコンは除菌機能つき

ミントの天井に釣っている大きなエアコンがこの度新くなりました。最新式のエアコンは音は静かで、空調の効きも良くなり、電気代は下がって、良いことばかりです。今回はそこに**除菌機能**がついて

います。右の写真の黒いやつです→

コロナ禍でシェアを伸ばしたダイキンが開発した**ストリーマ**。電子がウイルスや細菌といった**有害物資**を分解します。



多くの大学が様々な物質で分解能力の調査をしたそうですが、**コロナ**はもちろん**インフルエンザ**から**PM2.5**まで**99.9%分解**してくれるそうです。天井から綺麗な空気てますよ。(by 院長 森本賢司)

森先生の



いいね！動画



### 90%の姫路市民がおすすめするうどん屋

今回紹介する動画は姫路にある「**浜さき**」というお店に行ってみたという動画です。「**浜さき**」というお店はうどんがとても美味しく、お寿司も最高なんです。**うどんは手打ちで、私はよく肉うどんを食べます。**お寿司も美味しくオススメは**トロ鉄火**です。皆さんも姫路に行くことがあれば是非「**浜さき**」に立ち寄ってみて下さい。姫路にはたくさんの美味しいごはん屋さんがあります。気になった方は「**ブドウちゃんねる**」で

検索してみてください。

このチャンネルでは**姫路の名店**をたくさん紹介してくれています(\*^^\*) (by 鍼灸師 森美紗都)



### 村井先生の本のしおり

そして、バトンは渡された



3人の父と2人の母をもつ優子と、その親たちのお話。あらすじだけ見ると不幸な女の子のお話、と描かれがちな設定ですが、優子はどの親からも**溢れんばかりの愛**を注ぎ込まれて育っています。環境も苗字もころころ変わるけれど、いつも穏やかに幸せに過ごしている。私自身も相手の境遇や外側だけを見てその人のことを分かった気になっていることがあるのかもハッとしました。最近**映画化が発表された**そう。

読んだ本の映画はあまり見ない村井ですが、このお話、映画でも見てみたい！**愛情たっぷり**のお話です。(by 鍼灸師 村井 颯希)



### 長洲先生のティータイム



### UCC ブルーマウンテン&モカ

真っ赤なラベルとコーヒーチェリーが印象的なデザインの缶コーヒーです。**2種類**の豆の個性を最大に引き出すために、ブルーマウンテンは浅炒りでモカは中炒りだろう。開けた瞬間、**とってもいい香り!**缶コーヒーで**香料無添加**なのは珍しいのではないのでしょうか。肝心の味は…**甘み**が際立ち、**コク**があって**美味しい!**好きです!



いつも苦めを好んで飲む私には新鮮です。コーヒーの苦みや渋みが苦手な方、ブラックに挑戦してみようかなと思っっている方におすすめしたいです。気分転換にいかがでしょうか? (by 鍼灸師 長洲 詩帆)



長谷川先生の

### Travel memory



### 札幌おすすめグルメ

今回は札幌在住の友人におすすめグルメを聞いてみました♪まずご紹介するのは**小熊商店**。二条市場にある小さな**海鮮丼屋**さんです。おすすめは**生ウニ**。どんぶりに**ぎっしり敷き詰められた生ウニ**が



美味しそう!続いては、**松尾ジンギスカン**。**タレが染み込んだお肉**は絶品。初めての方も店員さんが焼き方を教えてくれるので安心です。写真を見てるだけでお腹が空きますね。**早く食べに行きたい!**おすすめの観光地も教えてもらったのでそれはまた次回に♪ (by 鍼灸師 長谷川 夏鈴)



赤石先生の

### お花のある暮らし

### 花の女王 バラ



バラは**馴染み深いお花**の一つですよ。5月中旬～6月上旬が**開花時期**です。全般の花言葉は[愛][美]。私自身バラが**大好き**で、家で育てたり、バラの形の料理を作ったり、油絵を描いたり。見てるだけで癒やされます。いつか**バラのような女性**になります!バラは色ごとに花言葉があり、本数でも違います。相手に対しての**気持ちや敬意**を表すのにもオススメです。また、香りを嗅ぐことで

[**鎮痛効果**] [**安眠効果**]  
[**美肌効果**] などもあります。自身のへご褒美でバラをご自宅に置いてみては? (by 鍼灸師 赤石 はるか)

