2022 10

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。スポーツの秋!ということで「どうしても苦 手な運動 会の種 目」を聞いてみました。院長はダン ス。たまに動きが逆になって隣の人と向かい合ってびっくり!長渕は組体操。笛に合わせて動きをそろえる 緊 張 感がありました。森は大 縄 跳び。自 分が引っかかったらどうしようというプレッシャーと 闘いました。村 井はリレー。走るのが苦手なので、追い越されたらどうしようとヒヤヒヤしていました。赤石は短距離競争。 全力疾走!周囲から見るとスローモーションでした。山田は玉入れ。やる気が100%のせいなのか、いつもカ ゴを通り越して向かいに落ちていました。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♪

お知らせりりりりりり

~ミントの電話について~

診察券に電話番号が載っているって ご存じでしたか?

診察券の下に六甲院、三ノ宮院それぞ れの電話番号を記載しております。 また診察券の裏面にはメールアドレスや LINEのQRコードも記載しています。



ご予約の変更や、問い合わせ等 ありましたら、LINEでも対応して いますので気軽にご活用ください。



(小ネタ) 乾燥対策!菌から体を守る

秋に入り、だんだんと空気が乾燥しやすくなる時期。 風邪も引きやすくなります。そんな時におすす め!「のど飴」。あめを舐めることで、唾液が たくさん出て、のどの粘膜が潤います。潤う ことで、ウイルスや菌の侵入を防いでくれる んです。これならどこでも手 軽にできますね♪

10月休診日のご案内

休みの色	一森本	●長 渕	●森 ●	村井	赤石	山田
月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9 休診
10 9:00~ 13:00	11	12	13	14	15	16 休診
17	18	19	20	21	22	23 休診
24	25	26	27	28	29	30 休診
31						

診療時間 平日10:00~20:00 土曜9:00~17:00 休診時間 平日13.00~15.00

今月の 患者さんの声



仕事に集中しても顔が痛くない!

3か月前から顔の動きがおかしいと感じだして、徐々 に悪化し、目がまぶしいと感じるようになったしさん。 内科では原因がわからず心療内科でもらった薬で少 し軽減したことで自律神経の問題だと考え当院に 来院されました。顔の触診をすると、眉間や顎、鼻に 反 応が出ていました。鼻 炎があるそうなので、口 呼 吸から食いしばり。鼻炎の影響による眉間の筋肉の 緊張。そして、目の瞳孔を制御する神経の暴走が 考えられました。薬が効いたのは神経の興奮を抑え る作用が効いたからだと予想されます。治療では鼻 の炎症を改善することを第一に考えて施術しました。 また顎や眉間の筋肉の緊張を取ることも並行して 行いました。治療を開始して3か月後にはまぶしさが 緩和し仕事に復帰。半年後には仕事中に眉間の 痛みを感じることも少なくなりました。

~担当から一言~

鼻のセルフケアが習慣になって一気に良くなりました。

MinStagram 読者参加型コーナー

~夜の運動会~

毎夜繰り返されるわんこの運動会。我が家 は1人(夫)と1匹で開催されており、壁にぶ つかろうがダラダラしてる私を踏もうが気の



済むまで続きます。また、ソファーの住人でもあり、ソ



🤍 ファー下への出 入りもスムーズで、 かくれんぼはお手のもの。今日もしっ かりソファーを守ってくれています。

長 渕 先 生のティータイム

伊右衛門 恋々甘(ココア)

「伊右衛門」ブランドからホット専用の ココア飲料が9月20日に発売されま した。ココアパウダーが同社類似品よ り25%増量とのこと。ココアは濃けれ



ば濃いほど好きな私にとって魅力的な数字。加えて 「薫るガナッシュ」「濃厚ショコラ」「濃い、甘い」という 言 葉により一層 購買 意欲が湧いてきます。商品 紹

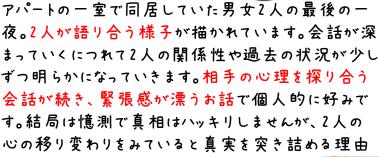


介文には「甘さがありながらもべたつかな い」とあり、これはもう 買うしかない!まだ 飲めていません・・・。涼しくなってきて、温か いものがより美味しい季節ですね♪

(by 鍼灸師 長渕 詩帆)

村井先生の本のしおり

0木漏れ日に泳ぐ魚



もないのかなと思いました。読後スッキリ!と いう感じではないです。言葉に表す

のが難しい心情を描いてしまう

恩田陸さん、凄いですね。ぜひ手に

取ってみてください♪ (by 鍼灸師 村井 颯希)



焼肉 伐析羅/やわらかハラミ定食

以前患者さんに教えてもらった焼肉屋 さん。三ノ宮の焼肉屋さんで一番のお すすめとお聞きして、それは是非食べた い!と思い眞殿先生と行ってきました。



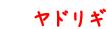
場所は二宮商店街のすぐ近く。タレがしみ込んだお 肉はとってもやわらかかったです。お手頃なお値段なの にお野菜まで美味しく、サラダとスープも付いていて、

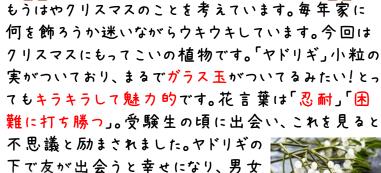
クオリティの高さにびっくりしましたoお腹もいっぱいに

なって大満足なランチでした。カウンター席 もあって1人でも入りやすそうでした。 美味しいお肉が食べたいときは是非行って

(by 鍼灸師 長谷川 夏鈴) みてください。







が出会うと永遠が訪れる そうです。ロマンチックです



よね♪11月頃から切り花として花屋さん に出回ります。来月が待ち遠しいです(^^)

(by 鍼灸師 赤石 はるか)

森先生の

いいね!動画



やりがちな失 敗例 今すぐ解決できる!

今回ご紹介する動画はお部屋をおしゃ れにする方法です。皆さん、お部屋のコ ーディネートに悩まれたことはありますか?



私はおしゃれだと思って購入したインテリアがお部屋 に合わなくてよく後悔します。配置換えを試してみて も理想通りにはなりません。この動画では視聴者さ んのお部屋の悩みを実際の画像をみながら分析し、 詳しく改善策を教えてくれます。プロの技も知ること

ができてとっても参考になります。私と同 じょうな失 敗 経験がある方はぜひー度 「1リエイティブの裏側 失敗例」で検索 してみてください。 (by 鍼灸師 森 美紗都)







今月の一本



ONE PIECE FILM RED

ワンピースはアニメや以前の映画も全然観 🥒 たことがなかったんですが、ワンピース好きの🤦 方に誘われて行ってきました。話が理解で きるか不安でしたが、色々な方の話を聞い てると普段のワンピースとは少し違って、ワ



ンピースを知らない方でも楽しめる内容になってたみ たいです。なので私自身も最後まで楽しく観れました。 歌うシーンが多く、ライブみたいだなーと思っていたん



ですが、その中でも感動するシーンや、仲間 との絆だったりがすごく感じとれて、もう1度 観たい!て気持ちになりました。もう上映が 終わっている所もあるかも知れないですが、 気になった方はぜひ! (by 鍼灸師 山田 有紗)