

〒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

LINEからのご連絡は
こちらから↓



こんにちは。楽しい行事が沢山の12月!今回は『クリスマスに欲しいもの』を聞いてみました。院長サンの昼の仕事は子供がプレゼント開ける瞬間の撮影!というわけで撮影時に手ブレを完全に防ぐスタビライザーが欲しい!長淵はラッピングされたプレゼント。かわいい!森はキーケース。今よりコンパクトなものが欲しい。長谷川は加湿器。枕元における小さめのものが欲しい!赤石はミフィーのふれあいマット。ミフィーに埋もりたい。山田はまくら。横になってすぐ、眠りにつける最高な枕が欲しい!村井はストウブ鍋。無水調理であたたかいごはんを作って食べたいです。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 年末年始の休診日について

2021年も終わりに近づいてきましたね。
今年一年治療お疲れさまでした。

ミントの年末年始は

12月30日(木)~1月3日(月)まで休診します。

年始は1月4日(火)10時から20時までの
通常診療となります。

ご予約はお早めに♪



今月の患者さんの声



ぐっすり眠れるようになりました

耳鳴りを訴えて来院されたMさん。1年前から耳鳴りが続いていて、**気になって眠れない**ことが悩みでした。耳鼻科では異常なしと診断され、先生には「**肩こりが原因でしょう**」といわれたそうです。処方された飲み薬のおかげで日中の耳鳴りは治まったものの寝る前の耳鳴りは改善せず鍼灸治療を試してみることに。触診すると内耳と鼻、咽に強く反応が出ていました。そこを重点的に鍼やローラー鍼で治療し、免疫力を高めるために肝臓や小腸にお灸をしました。治療3回目でわずかな耳鳴りの変化を実感。**5回目の治療で気にせず眠れるよう**になりました。その後、5回の治療で耳鳴りは無くなり**ぐっすり眠れて肌の調子が良い**と嬉しそうに話されていました。そこからメンテナンスとして数回通われたあと、卒業されました。
~担当から一言~
表情も明るくなって良かったです(*^^*)

ミントニュース 長谷川先生の異動について

2021年12月1日から長谷川夏鈴先生が三ノ宮院へ異動することになりました。三ノ宮院は**木曜日がお休み**となっています。もちろん**三ノ宮院への転院も可能**です。ご希望の方はお声がけくださいね。

12月休診日のご案内

休みの色 ● 森本 ● 長淵 ● 森 ● 村井

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5 休診
6	7	8	9	10	11	12 休診
13	14	15	16	17	18	19 休診
20	21	22	23	24	25	26 休診
27	28	29	30 休診	31 休診		

診療時間 平日 10:00~20:00
土曜 9:00~17:00

Minstagram 読者参加型コーナー

~もらってうれしい、いただき物~

蓋を開けると大好物の京都銘菓「**阿舍利餅**」がギッシリ!京都に行った時は、いつも2、3個買うのが常ですが、蓋を取るなりテンションアップ:*(°ω°)/。+。素朴な饅頭なんですけど、**もちり、ねっちりした皮の食感**と、**しっかり甘い餡**の取合せは食べ飽きることなし。おやつが毎日阿舍利餅、ささやかだけどこんな贅沢ありません♪ **Tさんより**



森本先生の

デジタルオ・タ・ク



カメラにスマホに手が足りないなら
シューマウントはいかがでしょうか？

運動会に音楽会、クリスマス。スマホはママでカメラは
パパで、手分けして撮影する方が多いと思います。思
い出の時間が画面越したといまいち楽しめない。両
手がふさがってしまい、何をするのにあたふた…。そん
な状況を変えるのがこのシューマウント。スマホとカメラを1つの三脚に取り付け
が可能です。これだけではありません。



照明やマイクもつけること
ができます。一つの三脚で
ビデオとスマホにマイクと照明をつけられ
さあ、あなたは保護者の中で一目を置かれ
るのは間違いありません。(by 院長 森本賢司)

長谷川先生の

Travel memory

年を越すと丸くなる…

皆さん年末年始はどこで過ごされますか？私は母の
実家がある愛知県岡崎市で過ごすことが多いです。
とにかくご飯が美味しいので、毎年帰省するのが待
ち遠しいです！特に風来坊の手羽先とかつやの味噌
カツ丼がお気に入り。他にもチーズたい焼きや鉄板ナ
ポリタンなど食べたいものが大渋滞。年を越したら近
くの神社に初詣に行って、おしるこを食べるのが毎年
の決まりです。寒い中食べるおしるこは体に染み渡り



ます。こんな感じで食べては
かりなので、年始はいつも顔
がまんまるです(笑) 今年
は行けるといいな♪ (by 鍼灸師 長谷川 夏鈴)



長瀬先生のティータイム



Mulled Wine

イギリスではクリスマスの時期に
飲まれているモルドワイン。赤ワイ
ンにブランデーやラムを足し、シナ
モン、ナツメグ、シード、クローブ、アニスなどのスパ
イス、オレンジやレーズンなどのフルーツが入ったホット
ワインです。甘さは砂糖やはちみつ。いったいどんな味
なんでしょうか。材料だけ見ると体がほかほかしら
うですね。材料はご家庭によって少し違うそ
うです。実際に12月イギリスでキラキラし
たクリスマスムードを楽しみながら味わって
みたい！お酒に強かったら家で作ってみた
かったです。(by 鍼灸師 長瀬 詩帆)



赤石先生の

お花のある暮らし

ブルースター



星が綺麗に見える季節になりましたね。最近散歩が
たらに、夜空を眺めちゃいます！それにしてもさむい…。
18歳の誕生日に母から花束を貰い、この花に惹かれ
ました。ブルースター。なんと花の形が星なんです☆
さらに、色鮮やかな青色が特徴的。青色が大好きな
私には、とっても輝いて見えます♪花言葉は「幸福な
愛」「信じあう心」。西洋では男の子の誕生日を祝
うときに贈られ、日本ではウエディング

にもよく使われるそうです。
これなら宇宙に行かなくても
星が手に入りますね。なんて
お手軽なんでしょう。(by 鍼灸師 赤石 はるか)



村井先生の本のしおり



友達にオススメしてもらって手にとったミステリー小説
です。帯の「すべてが、伏線」というキャッチコピー。大胆
なキャッチコピーだなと思いつつワクワクしながら読みま
した。最後まで読み終えて納得、なるほどすべてが伏
線でした。くると騙されてしまいました(笑) さらに
登場人物の翡翠の可愛さもこの小説の魅力の一つ
です。読み終わった後にもう一度読み返した
くなるタイプのお話です。最近、犯人目線の
続編も出版されたそう。とても気
になっています…。読みやすく、一気に
読んでしまいました。ぜひ手にと
りてみてください。(by 鍼灸師 村井 颯希)



山田先生の

今月の一本

きみの瞳が問いかけてる

不慮の事故で視力を失い、目が不自由
ながらもいつも明るい女性と、罪を犯し
キックボクサーとしての未来を絶たれた男
性が出会い惹かれ合うさまを描いたラブ
ストーリーです。幸せに暮らしてる2人
ですが、ある日彼女が彼女と両親に起きた悲劇を打ち
明けた時、幸せだった二人の運命が揺さぶられてしま
います。途中心苦しくなり見ていられないシーンがあり
ますが、何度か涙してしまい、見終わった後
には優しい気持ちになりました。幸せそ
うな二人をみて私までほっこりしました♪
そして改めて人と人との運命というもの
を考えさせられました。(by 鍼灸師 山田 有紗)

