

# ミントちょこっと新聞

2022  
7  
月号

〒657-0028

神戸市灘区森後町3-1-5-201

TEL 078-857-8561

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↓



こんにちわ。7月と言えは夏!ということで「行ってみたい花火大会」を聞きました。院長は新潟で開催される長岡大花火大会です。TVで紹介された幅1.7キロのフェニックスを生で見たい。長淵はどこでもいいので一度行ってみたい。森は諏訪湖祭湖上花火大会。打上数が全国NO1だそうです。村井は秋田の大曲の花火。全国の花火師さんが集まり競い合うそう。それぞれの自慢の花火、見てみたい!赤石は下呂温泉花火ミュージカル。温泉につかりながらド派手な花火を見たい!山田は新潟のぎおん柏崎まつり海の大花火大会。尺玉100発一斉打ち上げ!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

### ~8月の診療について~

ミントでは8月も通常通り  
診療しております。

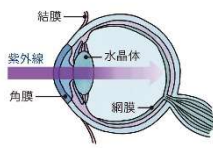
また、7月から9月の間にスタッフそれぞれ  
3日間、夏季休暇をいただきます。  
そのため、ご予約をお取りしたい日と  
お休みが重なる可能性がございます。

事前にカレンダーの確認を  
よろしく願います。



## 小ネタ 目の日焼けにも注意

梅雨が明けてどんどん日差しが強くなってきます。日焼け止め等で皮膚を守る対策はしていると思いますが、目はどうでしょうか?目の日焼けによって長期的には白内障や老眼のリスクが高まります。サングラスを使うなどして目を守ってください。



## 今月の患者さんの声



### 仕事に行けるようになりました!

数ヶ月前から全身のだるさに悩まされていたOさん。その後、めまいも発症したせいで度々仕事を休むようになったそうです。精神的にも疲れ切っている様子でした。触診すると鼻や耳、心臓に強く反応がありました。耳の不調があるとめまいはもちろん、反射で心臓が過剰に働いてしまいます。その影響で全身のだるさが出ていたと考えました。話を聞いてみるとこの数ヶ月で急に血圧が上がり、薬を飲んでも改善されないとおっしゃっていました。本人は日頃のストレスが原因だと思われていたので驚かれていました。鼻の炎症は耳に向かって広がるため、鼻と耳に鍼をして心臓はローラ鍼で治療しました。3回目ではめまいが軽減し、5回目では全身のだるさもなくなりました。その後数回の治療を受け、血圧も正常に戻ったので卒業されました。表情も明るくなり会話も増えていました。~担当から一言~  
休まず仕事に行けるようになって良かったです(\*^^\*)

## 7月休診日のご案内

休みの色 ● 森本 ● 長淵 ● 森 ● 村井 ● 赤石 ● 山田

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

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



Minstagram

読者参加型コーナー

## ~長年の趣味~

私は趣味でスポーツチャンバラという競技を長年やっております。マイナースポーツですが子供から大人まで生涯スポーツとして楽しめます。地方の大会から世界選手権まであるんですよ。武器は短いから長いまで13種類もあります。私が得意としているのは写真で構えている「槍」です。皆さんも一緒にしてみませんか。 **クさんより**



森本先生の

# デジタルオ・タ・ク



## DIYするならドリルドライバーから

最近の家具は組み立て式が多いですね。そのほうがリーズナブルだし、ちょっと調整もできます。私もこれまで様々な物を組み立ててきました。一番大きいのでソファになります。手だけでネジを締めるのって疲れませんか？力は入りにくいし、指は痛いし、長いネジになると**どんだけ回しても終わりが見えません**。というわけで電動ドライバーを買いました。5000円以下で先端も10パターンもあるので殆どの家具は**これだけでOK**です。これならカラーボックスの組み立ては**10分も必要ありません**。DIYの第一目は電動ドライバーから買しましょう。(by 院長 森本賢司)



# 長渕先生のティータイム



## タイマー付きボトル

1日に摂りたい量のお水を入れて、飲むタイミングや1回で飲む量が見える水筒です。種類は1Lや2L、デザインも可愛い物からシンプルな物まで様々。お値段も800円~3,000円と幅広くあります。ミントではお水を飲むことをよくオススメしています。そうは言っても「1リットルってどれくらい?」「いつ飲めばいいの?」など**思ったことはありませんか?**そんな時はこのような商品を使ってみるのもいいですね。飲んだ量が目に見えて分かるので、モチベーション維持にもなりそう。気になる方はぜひ探してみてくださいは?(by 鍼灸師 長渕 詩帆)



# 村井先生の本のしおり

噛みあわない会話と、その過去について



可愛らしい表紙に惹かれて手に取りました。辻村深月さんの短編集です。帯には『あなたの「過去」は、大丈夫?』とあるのですが、この本を読んだあとには誰もが他人事に思えず「大丈夫じゃないかもしれない…」と不安になるのではないのでしょうか。どのお話もお互いの過去の記憶が噛み合わず、ヒヤヒヤ。美しい思い出は、自分に都合の悪い部分を良いように変えてしまっているのかもしれないと思いました。ホラーではないのに、どのお話も**読み終わったあとにゾッとします**。無意識って怖い…。短編集ですが読み応えあります。興味があればぜひ!(by 鍼灸師 村井 颯希)



# 赤石先生のお花のある暮らし



## ゼラニウム

アロマの中から知りました。花言葉は「尊敬」。バラとミントのミックスっぽい香り。春~初夏に開花します。日々のストレスや不安もいっほい…。そんな時におすすめのお花。アロマオイルで使うと**心と体の乱れたバランスを整えてくれる**んです。また、紫外線にも効果的!!効能がとにかく多い!万能すぎて頼りになる存在だから、この花言葉がついたのかな?と思っています。普段使いには匂いが少し強く感じるので、ほかの香りやお花と混ぜて使ったり飾るのもグッド。あら不思議、ベランダが可愛くなります。日々の活力にぜひ♪(by 鍼灸師 赤石 はるか)



# 山田先生の

## 今月の一本



## 名探偵コナン「ハロウィンの花嫁」

毎年春に公開される名探偵コナンの映画を観に行ってきました。観終わってみて、怖かったというのが強いです。ある刑事の結婚式の警備をしないとイケないなか、過去に起きた**連続爆破事件の犯人が脱獄**したというニュースが入ります。その事件は昔の名探偵コナンのアニメで放送されていた事件と繋がっているそう。そのアニメを観たことがない私でもわかる内容になっていて面白かったです。笑えるシーンもあり、それ以上に**ハラハラするシーン**がたくさんで、ただ怖いただけではなく最後にはよかったです!って思える映画でした。コナンくんの映画は毎年観ています。(by 鍼灸師 山田 有紗)



ミントの日常はSNSで!  
「ミントはり灸院」と検索するとスタッフの意外な姿が見えるかも!?



ミントのスタッフにお祝いしてもらいました!嬉しい~(涙)



## ~編集後記~

最後までお読みいただきありがとうございました。毎月村井先生の読む本が面白そう!!っていつも思っていたので、今回の本をお借りしちゃいました☆読むの楽しみだなあ。人から借りる本って自分で買うのより面白く感じます。不思議ですね。(山田)