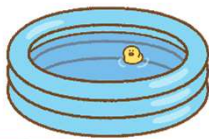


# ミントちょこっと新聞

2023  
8  
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



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。今回は「お祭りで行ってみたい屋台」を聞きました。院長はくじ引き。以前に隣の人がSwitchを当てたのでいつかは自分も。森は10円パン。韓国発祥で10円玉そっくりに作られていて、中にチーズが!私ものびるチーズを体験してみたい!長谷川は餡細工。小さい頃からの憧れで一度食べてみたい。村井はトルネードポテト。いつかのお祭りで見たら思わず食べてみたいです。赤石は金魚すくい。子供の頃難しかったので大人になった今なら成功しそうです!山田はイカ焼き。関東でのイカ焼きを食べてみたいです。有馬はフルーツ飴。いちご飴が大好きです♪。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

### 夏を乗り切ろう!

梅雨も明けて夏本番!!  
毎日暑くてマスクをし続けるのも大変...。  
治療の時はマスクを外してもらってかまいません。



治療中にかけるタオルも暑いと思われた場合、か  
けないこともできますのでお声かけください!

よかったら少し早めに来て、お水を飲んで涼んでく  
ださいね。  
一息ついてから治療スタート♪

### 小ネタ 暑さに負けない夏にしよう!

今の時期、夏バテで食事が取りづらい方  
も多いのでは?体重が減ってしまうと体力  
も落ち、熱中症に繋がることも。そんな時は梅干し  
レモンなどクエン酸を含む食べ物がお勧めです。クエン酸には食欲増進、疲労回復、更に汗の匂いを抑える効果も。酸っぱいもので夏を乗り切りましょう!



## 8月休診日のご案内

休みの色 ● 森本 ● 森 ● 村井 ● 山田

月	火	水	木	金	土	日
	1 ●	2 ●	3 ●	4	5	6 休診
7	8 ●	9 ●	10 ●	11 ● 9:00~13:00	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 ●	31 ●			

診療時間 平日 10:00~20:00  
土曜日 9:00~17:00  
休診時間 平日 13:00~15:00

## 今月の患者さんの声



顎を気にせずに歌えるように  
以前から軽い顎関節症に悩んでいたTさん。ある日昼食を食べようと口を開けたときに左顎に激痛が走ったそうです。それから口を開けると痛みを感じるようになりました。食事もうるさく摂れず、趣味だった歌も歌えなくなったそうです。このままではいけないと思い当院のHPをみつけて来院されました。触診すると鼻と肝臓に強く反応が出ていました。聞いてみるとアレルギー性鼻炎で度々鼻水が止まらなくなるとのこと。その影響で口呼吸になってしまい顎の筋肉が硬くなっていると考えました。固くなっている顎の筋肉と鼻水を止めるために鼻、肝臓の治療を集中的に行いました。施術4回目では鼻水の量が減り、9回目では口を開けても痛みが出なくなりました。その後は鼻呼吸の訓練をしつつ、数回通われて鼻水が出なくなったので卒業されました。  
~担当から一言~  
素敵な歌声をいつか聞いてみたいです(\*´艸`)♪



Minstagram 読者参加型コーナー

### ~私のマイブーム~

最近私がハマっているゲームはSky 星を紡ぐ子どもたちというゲームです。とてもほのぼのとしたゲームで景色も綺麗でとても癒されるものになっています!アイテムを貯めて交換する衣装などはとても可愛いものが多いです!短い時間でも楽しめるゲームです。ぜひ皆さんしてみてください!ちなみに二つの写真は私のおすすめの綺麗な場所です! Mさんより

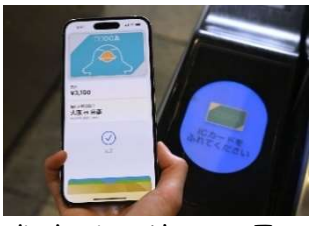


森本先生の

# デジタルオ・タ・ク

## ついに来た!! COCAのアプリ化

みなさんがJRで使っているCOCAがついにiphoneでアプリ化されました! 3年待ちましたよ。ウォレットアプリに持っているCOCAを読み込むだけで使えます。アプリ化するとチャージや定期はapple payから購入することになるので、もうこれで精算で並ぶ必要もありませんし、みどりの券売機を使う必要もありません。しかも新規のCOCA発行もできるから用途によって使い分けもできます。これを入れることで、物理カードが1枚減ります。スマホのケースもスリムになりました! 超おすすめです。(by 院長 森本賢司)



## 村井先生の本のしおり

### ごはんのおとも



ほんわかした短編のお話と、そこに出てくるごはんのお供のレシピがのった漫画です。大好きな本でたまに読み返しています。まずはごはんの絵がほんとうに美味しそう。ホカホカのごはんもご飯のお供もキラキラしていて、お腹が空いてきます。夜寝る前に読むのは危険かも(笑) レシピも作りやすいものが多い印象です。あとはイラストが可愛い。特に美味しいものを食べている表情がいいんです。美味しいものを食べてる時って、幸せな顔になりますよね。お話も素敵で、登場人物みんなが愛おしくなってきます。癒やされたい時にオススメです。(by 鍼灸師 村井 颯希)



## 山田先生の

### 今月の一本



## ワイルド・スピード/ファイヤーブースト

平穩に暮らしてたドムのもとに、彼らが昔倒したレイエスの息子ゲンテが現れます。昔の事を恨んでいたゲンテにファミリーが次々と狙われます。2年前にワイスピを全部見始めてからとても大好きな映画です。観るのをすごく楽しみにしてたんですが、今回は悲しいシーンや痛々しいシーンが多くて、観るのが辛かったです。次々とファミリーが狙われていくところは感情移入なしでは観れません…ただどのキャストもやっぱり最高にかっこいい!! 今回は途中で終わってしまったため、面白かった!とはならなかったのですが、また続きが公開されるのが楽しみです。(by 鍼灸師 山田 有紗)



## 長谷川先生の \By三ノ宮院/

## おいしいものめぐり



### 三ノ宮スイーツ巡り

まずは& EARL GREYの台湾カステラ。ふわふわのカステラは一口食べるだけで幸せな気持ちに。ソースを付けるとまた一気に味が変わって止まらなくなってしまう♪ 甘めのプレーンと香り高いアールグレイ、どちらも美味しかったです。夏はマカロンジェラートもおすすめ。続いてはCone(コーヌ)の焼き菓子。しっかり硬め生地のカヌレと、サクサクホロホロのレモンクッキーはどちらも絶品。焼き菓子大好きな私が最近食べた中で一番美味しかったです! ケーキも並んでいたの次は買いたい! どちらも三ノ宮院のすぐ近くです♪ (by 鍼灸師 長谷川 夏鈴)



## 赤石先生の \by三ノ宮院/

## お花のある暮らし



### ニオイバンマツリ

神戸の道端で見つけました。花の色がコロコロ変わります! 咲き始めは濃い紫で、だんだんと白色になります。初めて見た時はワクワクしました♪ 種類の花だけど、たくさんの種類が混ざった花束のようでした。夜になると、匂いが強くなり、ジャスミンの匂いにそっくりです。



名前の由来は、匂いがあり、外国(蕃)からきたジャスミンという意味から、匂い蕃茉莉(ニオイバンマツリ)になったそうです。花言葉は「熱心」。お仕事や学校など一日中頑張ってる人に贈るのもイイですね。花はさまざまな意味があるので、知ると楽しいですよ♪ (by 鍼灸師 赤石 はるか)



## 有馬先生の

### No Music No Life



### ♪オモイダマ / 関ジャニ∞

本日ご紹介する曲は、2014年の夏の高校野球での応援ソングにもなりました、関ジャニ∞の「オモイダマ」です。この曲実は部活引退の時に後輩が私に送ってくれた曲なんです。「ありがとう大切な人へ、大好きな姿を支えたい……」と続く歌詞があるのですが、自分だけ頑張っているのではなく、応援してくれる人、自分にとって大切な人、そんな人達がいるから今私は頑張れている、という内容になっているので、ずっと支えてくれた後輩からこの曲の歌詞を添えて作られたアルバムを買った時は、思わず泣いてしまいました。この曲は今でも色あせない思い出の曲です♪ (by 鍼灸師 有馬 凜華)

