

ミントちょこっと新聞

2021
9
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



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。9月は運動会シーズンですね。今回は「運動会の思い出」を聞いてみました。院長は部活動対抗リレー。部長なのでアンカーを務めました。防具をつけた剣道部に追い抜かれて周りに怒られました。長淵は部対抗リレー。袴で走ったので3回転びました。森はソーラン節。夏休み中も学校で練習をしました。長谷川は保護者の綱引き。毎年父が1番前を陣取っていたのを今でも覚えています。赤石は騎馬戦! 団結して勝利を勝ち取るのがたまりませんでした。村井は徒競走。前を走っていた4人が転んだのに最下位だった話は今でも両親に聞かされます…。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 ミントはり灸院 三ノ宮院オープン!

8月18日(水)に、ミントはり灸院の二つ目の分院「ミントはり灸院 三ノ宮院」がオープンしました! 初日から沢山の患者さんが来院されました。明るくて、清潔感のある院内になっています。近くにはランチにピッタリなお店もありますよ。三ノ宮駅で鍼灸院をお探しの方はぜひ♪
【眞殿先生から一言】
ご来院お待ちしております。



今月の患者さんの声



しんどかった抱っこが楽になりました

慢性的な肩こりを訴えて来院されたSさん。高校生の時から肩こりが続いていて、マッサージや整体に行っても1日でもとに戻ってしまうとのこと。来院する数日前からは左の肩甲骨に強い痛みがあり、娘さんを抱っこするのもしんどい状態でした。触診すると、鼻や心臓に強く反応がでていました。お話を聞くと昔から鼻炎持ちとのことでした。当時は娘さんの夜泣きが酷かったため睡眠時間が短く、心臓にも負担がかかっていたようです。そのため、鼻と心臓を重点的に鍼やローラー鍼で治療しました。ご自宅でのセルフケアの効果もあり、治療3回目で痛みが和らぎ抱っこが楽になりました。その後、10回の治療で肩こりも改善。身体がスッキリ過ごせるようになったと嬉しそうに話されていました。現在はメンテナンスのために通院されています。

～担当から一言～

毎日スッキリ過ごせるようになってよかったです♪

ミントニュース

院内を彩る緑たち

院内にいくつか新しい観葉植物がやってきました。お気づきの方もいらっしゃるのではないのでしょうか? 待ち合いと廊下に飾っています。まだ見ていない方は見つけてみてください! 大切に育てて、これからも緑と共に皆さんをお迎えしていきます。



9月休診日のご案内

休みの色 ● 森本 ● 長淵 ● 森 ● 長谷川

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 9:00~13:00	21	22	23 9:00~13:00	24	25	26 休診
27	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

～おうちでプラモデル制作～



去年プラモデル制作を始めてからはまっています。写真はガンダムに出てくるズゴックというモビルスーツです。工夫次第で自分の好みのものを作ることができ、制作中は

脳みそを空っぽにすることが出来るので仕事のことを忘れられます! 夫と「こんな技法があるね」などとお互いアドバイスしあいながら楽しんでます。 Kさんより



森本先生の

デジタルオ・タ・ク



パリピな「anker soundcore3」

三ノ宮院に導入したBluetoothスピーカーです。金額は5000円未満と同じような製品に比べると半額程度です。音も軽い感じかなあって思ったら、想像以上にクリアで低音がよく響きました。本体も小さなのですが、部屋の隅々に音が広がり十分な性能でした。すべてスマホで完結するので

手軽に音響環境を作るならオススメ。

防水機能付き、線が無くても利用することができ、

さらにparty castというスピーカーを複数台並列につなぐこともできます。

BBQしながらイェ〜イってできそうですね。

(by 院長 森本賢司)



森先生の



いいね！動画



アクリル絵の具で「鹿が住む森」を描く方法

今回紹介する動画はアクリル画を描いている動画です。このチャンネルをみつけたきっかけは母の日でした。YouTubeで「母の日」と検索した時にこのチャンネルが出てきて、そこからはまってしまいました。どのアクリル画もとても綺麗で見ているだけで癒されます。特に「鹿が住む森」の絵は描き始めからは想像もつかないほど神秘的な絵が完成し感動しました。学校の授業では水彩画が多かったので子どもの頃に知っていれば夏休みの絵の

宿題で描いてみたかったなっと思いました。皆さんも癒されたいときは「Junya Art」で検索してみてください。

(by 鍼灸師 森美紗都)



村井先生の本のしおり

キネマの神様



映画を愛する人達の家族と友情のお話です。私はこれまであまり映画を観てこなかったので、この本が楽しめるか不安でしたが、没頭してしまいました。80歳のゴウは幼い頃から大好きな映画を観続けていて、映画によって世界を広げ、友人ができ、更に人生を豊かにしていきます。やっぱり好きなものにまっしぐらな様子って心が動かされますね。私はゴウにとっての映画ほど好きなものがないので、羨ましい気持ちにもなりました。

最近公開された映画は、また内容が違うそう。小説と映画、どちらも楽しめますね♪

(by 鍼灸師 村井 颯希)



長洲先生のティータイム



情報と一緒に楽しむ 綾鷹カフェ

最近商品のホームページを見るようになりました。それによって情報量が多くなり、より味わえる気がしています。例えば、最近まで品薄状態続いていた「綾鷹カフェ抹茶ラテ」。ホームページを見ると楽しみ方が変わります。ミルクは「抹茶の味わいを引き立てる上品なミルク」とあり、抹茶以外に意識が向きました。驚いたのはペットボトルの形。綾鷹シリーズのペットボトル

がぼこぼこしているのは、湯呑をイメージした形だろう。「急須で入れたような旨み」を楽しむためのこだわりですね。ぜひ一度商品ページをご覧ください♪



長谷川先生の

Travel memory



絶品食材をお得に楽しむ

地方の美味しい食材が食べたい!ということで初ふるさと納税をしました♪気になっていた宮崎県の鶏モモ肉を注文。届いたお肉の重さはなんと2.5kg!!冷凍庫がパンパンになりました(笑)さっそく親子丼にして食べると、とってもジューシーで口の中が幸せでした。届いたときは1人で食べ切れるか不安でしたが、3ヶ月でなくなりました!おうちにいながら美味しいお肉が食べられるなんて

最高ですね。お取り寄せ、ハマリそうです。コロナが落ち着いたら現地に行ってチキン南蛮が食べたいです♪

(by 鍼灸師 長谷川 夏鈴)



赤石先生の

お花のある暮らし

スイートアリッサム



小さくてかわいい!ほんのり甘い香りが特徴です。1年草と言われ、特に9月頃開花します。湿気に弱いのですが、最近は夏に強いスーパーアリッサムも登場!名前だけで強そう。花言葉は「素直」。主張せずに互いにくっつきながら育つ姿が、どんな事でも広い心で受け入れる素直さを連想させたことが由来。花束としてだけではなく、食べられる押し花で使われること

もしおしお。昔から美術が好きなので押し花に挑戦してみたいです。料理やお菓子のアクセントに、

いかがでしょうか? (by 鍼灸師 赤石 はるか)

