

# ミントちょこっと新聞

2023  
4  
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。4月は新年度の始まりということで「始業式の思い出」を聞いてみました。院長は気合を入れて髪を茶色に染めて登校したら別の体育館に連れて行かれて、そこで気合を入れた同級生たちと始業式をしました。長淵は同じ部活の子と一緒に嬉しかったです。森は校長先生の話聞きながらうとうとしました。村井はクラス替え。高校3年間同じクラスだった友達とは今も仲良しです！長谷川は体育館がないので近くの会議室に集合。毎回会場が変わってました。山田は名簿順の席に着くと隣の子と誕生日が同じでビックリしました。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

### ～ゴールデンウィークについて～

うらかな季節となりましたね。  
ゴールデンウィークのお知らせです。

ミントのゴールデンウィークは  
5月3日(水)～5日(金)まで休診します。

前後は混み合いやすいので、ご予約はお早めに!



### 小ネタ 「春キャベツ」を食べよう!

今が旬の春キャベツは通常のキャベツより、葉の巻きが緩く、やわらかいのが特徴です。通常のキャベツより甘みも強く、緑色が濃い分、美肌やエイジングケアに役立つβカロテンが豊富。ビタミンや胃の粘膜の修復、むくみなどにも効果的です。旬の今、料理に取り入れてみましょう!



## 4月休診日のご案内

休みの色 ● 森本 ● 長淵 ● 森 ● 村井 ● 山田

月	火	水	木	金	土	日
					1 ●	2 休診
3	4 ●	5 ●	6 ●	7 ●	8 ●	9 休診
10	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

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



### 突発性難聴が改善されました

初診日の10日前に発症した突発性難聴で来院されたTさん。耳鼻科でのステロイド治療をしましたが耳の聞こえが治りきらず、低音の聴力が下がってしまっている状態でした。また、大きい音を聞くと音が響く、耳閉感、夜何度も起きてしまう等の症状もありました。触診すると耳、鼻、顎の筋肉に強い反応が出ていたため、その3点に集中して治療を行いました。つらい状態が続いていたため、はじめは1週間に2回、4回目以降は1週間に1回のペースで治療をしました。1回目の治療で音の響きが緩和され、夜ぐっすり眠れる日が増えました。3回目の治療のあと耳鼻科に行くと、聴力が回復していて、音の響きも改善されました。8回目の治療では毎日ぐっすり眠れるようになり、耳閉感も改善しました。今はメンテナンスで通院されています。

～担当から一言～

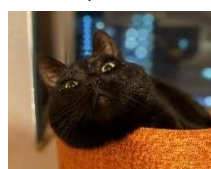
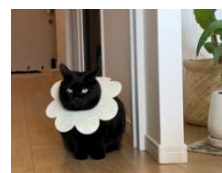
趣味の音楽を楽しめるようになって良かったです♪



Minstagram 読者参加型コーナー

### ～キュートなあんこちゃん～

元美容院の看板猫ちゃん♡チャームポイント是人懐っこい所!誰の膝の上にも乗っちゃいます。名前を呼ぶと“ニャ〜”とお返事もしてくれる犬よりの猫です。6kg



のビックサイズなところもカワイイ。普段は一緒に寝ると20分おきにニャ〜と起こしてくれます。可愛くて毎日が癒されます♪  
Tさんより

森本先生の

デジタルオ・タ・ク



### Nintendo Switch 有機ELモデル

子供の誕生日に買いました。私もかつては10年前までは**プレステ3**でバリバリゲームをしていました。それ以来のゲーム機の購入になります。せっかく買うのだから最新の**有機ELモデル**にしました。そして息子のデビューゲームはマリオパーティー。ついに開封そして2人で早速ゲームを興じることに。せっかくだから有機ELを体験すべく本体の画面でプレイしてみると。字が小さい…。**綺麗**だけど、**小さく**てぼやける。どこ？**おれのワリオ？**私の目はすでにゲーム対応ではなかったようです。(by 院長 森本賢司)



長瀬先生のティータイム



### 午後の紅茶 無糖のミルクティー

午後の紅茶**おいしい無糖**シリーズから、3月7日に新発売の**ミルクティー**。“おいしい無糖”が好きな私には嬉しいニュースです。そして開発には8年かかったそう！紹介文では「**ミルクティーでありながら無糖でスッキリしたおいしさ**」とあります。ネットの評判では、「**ごくごく飲める**」そう。実際に飲んでみると、9割お茶！ミルクはコーヒーフレッシュほどこに感じました。それだけ**あっさり**して**いて飲みやすい**です。美味しい無糖シリーズがお好きな方にぴったりかも。いつものミルクティーが少し恋しくなりました。(by 鍼灸師 長瀬詩帆)



森先生の



いいね！動画



### 頭のブラッシングをしようとした時

今回ご紹介するのは子猫をブラッシングしている様子を撮影した動画です。この動画は以前おすすめ動画欄に出てきて偶然を見つけました。子猫の名前は**コロタ**くん。生後4ヶ月の**スコティッシュフォールド**です。コロタくんはブラッシングが苦手みたいですがこの日はご機嫌でされるがまま。**気持ちよさ**そうにしている姿に癒されます。ですが頭のブラッシングは嫌みたいで必死の抵抗で**バンザイポーズ**。その可愛さに顔の表情筋が緩みおなしです。猫好きな方、癒されたい方はぜひ「**コロタ日記 ブラッシング**」で検索してみてください(\*^^\*)(by 鍼灸師 森美紗都)



### 長谷川先生の \By三ノ宮院/ おいしいものめぐり



### 野菜とさかな Delicacafe/お魚プレート

**魚と野菜を中心とした定食屋**さん。トアロードを北へ上がったところにあります。落ち着くカフェ風のお店は一人でも入りやすい雰囲気でした。メインは塩焼きや煮付けなど**7種類**ほどの中から、お野菜デリは**ショーケースの中**から3つ選べます。メインはサバのタツタ揚げ。デリはきのこのマリネ、野菜と豆乳のココット、たいの甘酢和えにしました。普段の食事で魚や野菜をたくさん取るのは大変なので、ランチで手軽に食べられると嬉しいですね。**ボリューム満点!!**お弁当やデリのデリバリーもあるみたいです♪ (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 桃の花



最近花屋さんでよく見かけるようになりました。花言葉は「**チャーミング**」です。3月中旬～4月下旬に開花します。バラ科のサクラ属です。桜に似てるな～と思います。小学生の頃は桃の花も梅も全部桜かと思ってました…。なんと、桜と桃と梅の**簡単な見分け方**があるんです！それが**花びら**です。桃は先端がとがり、桜は先端が割れ、梅は先端が丸くなっているんですよ。先日近所に梅の花が咲いていたので、見てみると…本当にまん丸で**かわいかった**です！もし道端で花を見かけたときは種類を当ててみて楽しんでみてください♪ (by 鍼灸師 赤石はるか)



山田先生の

今月の一本



### 空飛ぶタイヤ

ある日、1台のトレーラーが**脱輪事故**を起こし、歩道を歩いていた子連れ母親が外れたタイヤの直撃を受けて死亡します。その事故を起こした車の会社がタイヤの製造している赤松運送の**整備不良だと決めつけて**、全方面から信用を失った赤松運送は倒産寸前に追い込まれます。もうダメかもしれない、というところからそれでもみんなて信じ合い、みんなて**団結**するところにグッときました。観ていると**どんどん見入ってしまい**、時間はあっという間に終わってしまい、考え深い映画だなと感じました。キャストも豪華で**迫力の演技**がカッコよかったです。(by 鍼灸師 山田有紗)

