

ミントちょこっと新聞

2024
6
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



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。今月は「今年あと半年で〇〇やります宣言」をスタッフの皆さんに聞いてみました!院長はあと2キロ減量して60キロ代に戻ります。軽やかに動けるようになりたい。森は新しく観葉植物を育てる。サボテンをからしてしまったので再チャレンジします。長谷川は断捨離。増えすぎたCDとグッズ達を整理します!。赤石はゴルフ。周りの人もついに始めたのでレッスンから頑張りたい!山田はパン作り。発酵する手順が大変そうで手を出せていなかったですが…1回は作ります!有馬は部屋の模様替え。フロアタイルを買ってお部屋の床を白くしたいです。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!

はじめまして

鍼灸師の広地海音です!

【出身地】私は大阪府枚方市に住んでいます。近くにひらかたパークがあり、冬にはイルミネーションがとても綺麗です。

【趣味】音楽が好きで邦ロックバンドの曲をよく聞き、

ドラムも少し叩けます。また、動物が好きでペットのうさぎを日々愛でています。

【一言】皆さんのそれぞれの心に寄り添っていきたくです。精一杯頑張りますのでこれからよろしく願います。



今月の患者さんの声



山登りを再開!

来院する1週間前からめまいを感じ始めたHさん。ひどい時は立ち上がれないことも。10年前にも同じ症状を発症し、数年前からヨガに通って楽になってきたそうです。今回は日に日にめまいがきつくなり外出もままならない状態でした。ヨガにも行けず悩んでいた時に当院のHPをみて来院されました。触診すると耳と鼻に強い反応が出ていました。そこから影響する首の硬さも出ていたのでその3点を中心に鍼やローラ鍼を使って週2回ペースで治療しました。3回目でめまいが軽くなり、5回目で近くのスーパーへ買い物に行けるようになりました。7回目ではしばらく行けていなかった山登りも再開できるまで回復しました。今度は旅行に行ってみたいと笑顔で話されていました。その後、治療間隔をのびし首の硬さをとるために数回通って卒業されました。

～担当から一言～

また、山登りの話を聞かせてくださいね!

小ネタ 6月病には負けない!

4月の環境の変化から、疲れがたまって6月は落ち込みがちになり、体調を崩す方が増えています。そうならないためにも自分で自分を守りましょう。まずは睡眠をしっかりと、そして自分の好きなことをして、好きな食べ物を食べて満たされる時間を作りましょう!日々頑張っている自分を労わる“息抜き法”を作ることですトレスへの対応力も高まりますよ!



6月休診日のご案内

休みの色 ● 森本 ● 森 ● 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



Minstagram 読者参加型コーナー

～ライラック-ストレスを緩和する香り～

私が40年近く住むボストンは札幌と同じ緯度で長い冬の後、さくらが4月後期に咲きます。そして5月にライラックが一斉に咲きピンクからパープル色に街の庭の色が変わります。ライラックの何が好きて言われると優しい甘い香りでしょうか。アメリカでは香水に良く使われます。是非一度香りを楽しんで欲しいですね。



ボストンのライラック大好きなTさんより

森本先生の

デジタルオ・タ・ク



スピードコントローラー

業務用や建物に備え付けの電気製品は頑丈にできていますが融通が効かないところがあります。例えば換気扇はスイッチをいれるといきなり**最大スピード**で動いて音が大きいと感じませんか? そんな頑固な家電を**調整**できるようにするのがこちらコンセントと本体の間にかますだけ。



ボリュームが絞るだけで簡単に**風量調整**ができます。他にも温度や光量調整にも使えます。ちょっとマニアックな家電ですが、オンラインだと簡単に手に入るのが良い時代ですね。

(by 院長 森本賢司)



森先生の



いいね! 動画



いつもべったり腕の中でお昼寝

今回ご紹介するのはサモエドのりんたろうくんがお昼寝する動画です。りんたろうくんは真っ白のふわふわの毛で性格は超甘えん坊のかまってちゃんです。旦那さんの腕の中でスヤスヤお昼寝している姿やなでなで欲求する姿が可愛くてたまりません。いつも飼い主にベテベテで撫でられているときのお顔に癒されます。気持ちいいと耳がパツパツと後ろに倒れてアザラシみたいになっちゃうことも。



サモエドカフェがあると聞いたので今度癒されに行ってみたいと思います。気になった方は「サモエドりんたろう お昼寝」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



三ノ宮焼き鳥めぐり

まずは三ノ宮駅の北側にあるとり禅。とにかく何を頼んでもめちゃう美味い! 焼き鳥盛り合わせは身が大きくて食べ応え◎特に鶏ミンチは旨味がギュッと詰まっています、日本酒との相性も抜群でした。お腹いっぱいでのラーメンを断念したのでリベンジします。続いてとり禅の向かいにあるまるまさ家。突き出しの鶏ポン酢から美味すぎる! おまかせで頂いた焼き鳥のはつがプリプリで感動しました。2人で7,000円程でお腹いっぱい食べれてコスパ◎。お酒も豊富で進んじゃいました。まだまだ開拓していきたいです(^_^)



(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



つやつや花びら

最近お気に入りのケーキ屋さんで見つけました。その名も、ラナンキュラス ラックス ケモラス。呪文みたいで面白いですね。花びらが思わず…触れられずにはいられない!! ぐらいつやつやでキレイです。まるで肌触りがシルクのドレスのよう。カエルが生息する場所によく生えることから、ラテン語で「小さいカエル」=ラナン・キュラスなので、この名前がつけられました。花言葉は「とても魅力的」「純潔」です。いつか花屋さんで手に入れることができれば触ってみたいです。



(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 100万ドルの五稜星

毎年恒例のコナンの映画を観てきました。今回は北海道の函館を舞台にしていて、服部平次と怪盗キッドが戦います。平次がキッドに恨みがあるため戦うのですが、その理由が可愛かったです(笑) いつも宝石を狙うキッドですが、今回は日本刀を狙い、色んな変装をします。変装はわかりづらかったり、バレバレの時があったりで面白かったです。アニメを観てないと知らない登場人物がいたり、またアニメ



も観たいなと思いました。内容としては理解できない所とかもあったんですが、クスッと笑えるようなシーンがたくさんあって大満足です! 来年も楽しみです! (by 鍼灸師 山田 有紗)

有馬先生の

No Music No Life



♪レプリカ /BAK feat. IKE

この曲は、歌手のBAKが、年間12曲の配信リリースに挑戦していた時の第7弾の曲です。そして今作のフューチャリングゲストとして、SPYAIRの元ボーカルであるIKEが選ばれました。脱退後初の歌声の披露だったので、SPYAIRファンの私は発表と同時に大喜び! BAKの優しいけど力強さもある歌声と、聞き慣れたIKEの歌声が悲しい雰囲気のある歌詞ともマッチしていて最高です。内容は、人を好きになっても、偽物(レプリカ)のように感じてしまい愛が嫌になるものの、結局また誰かを愛してしまう、そんな矛盾や自分との葛藤を描いた曲になっています。是非聞いてみてください!



(by 鍼灸師 有馬 凜華)