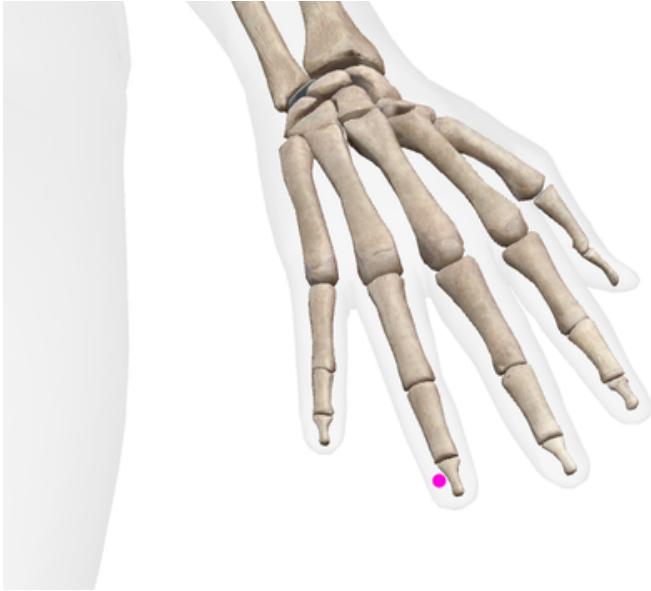




自己推拿入門

セルフケアに役立つ24のツボ

04



めまいには 関衝（かんしょう）

薬指から肘、肩、そして耳の周りを通り、こめかみで終わる三焦経の「関衝」穴は、目まい、耳鳴りや難聴といった耳の不調、側頭部痛などといった、その経絡上の不調をケアしてくれるツボです。

ツボの取り方

- ① 薬指の爪根部に引いた線と
- ② 小指側縁に引いた線が交わることを
- ③ ギュ〜

わかりにくい時は
こちらの動画を
ご参照ください →



推拿とレイキ ゆらね

〒612-0073 京都市伏見区桃山筒井伊賀西町40 シコービル3階東

ご予約・お問い合わせは、LINEなどもご利用いただけます（QRコードはこちら→）

