

関元 かんげん



● ツボの位置

指幅4本をそろえて人さし指をおへそにおき、小指があたっているところが関元(かんげん)です。

● 症状

めまい、足先のしびれ

TUBO NOTE

ツボ名	関元
経絡名	任脈
英略	CV4

由来

小腸の募穴 「関」はせき、しきり。「元」は人が集まる場所。先天の気と後天の気が集まる場所。



ツボは血行不良をおこしているポイント > ●へこみをさがす ●押すと軽い痛みのあるところ ●皮膚のカサつきもチェック