

耳なり

動画で詳しく



照海 しょうかい



● ツボの位置

内くるぶしの真下にあり、押すと痛みを感じるくぼみが照海(しょうかい)です。

動画で詳しく



中渚 ちゅうしょ



● ツボの位置

手をにぎった時、小指と薬指の関節にできるくぼみが中渚(ちゅうしょ)です。

ツボの働き > 耳まわりの緊張を緩め血行を促します

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

