

風池 ふうち



●ツボの位置

首の後ろの左右のスジに指をおき、指をすり上げていきます。髪の毛の生え際まできたら、左右外側のくぼみでいちばんへこんでいるところが風池(ふうち)です。

TUBO NOTE

ツボ名	風池
経絡名	足の少陽胆経
英略	GB20

由来

「池」はへこんでいるところ、「風」は風邪の集まるツボ



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