

# 陷谷 かんこく



## ●ツボの位置

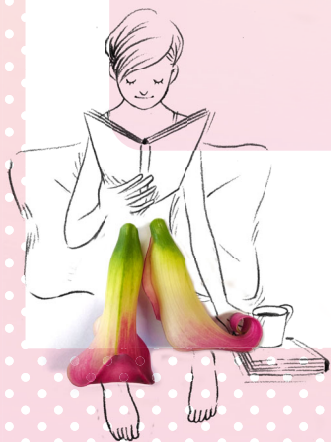
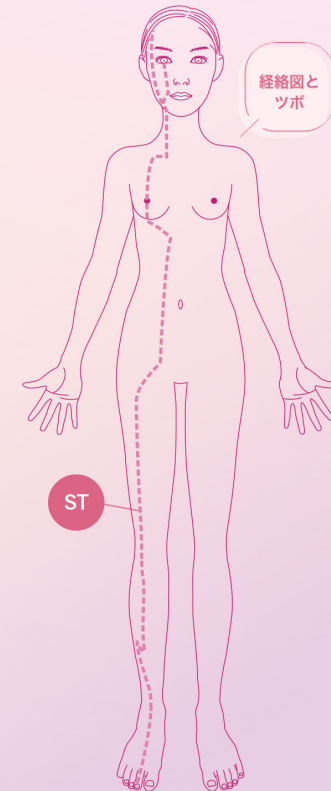
足の指を折り曲げ、第2趾と第3趾の骨の付け根にある関節の出っぺりから足首よりのくぼみが陷谷(かんこく)です。

## TUBO NOTE

ツボ名	陷谷
経絡名	足の陽明胃経 (ST)
英略	ST43
要穴	胃経の愈木穴

## 由来

「陷」はくぼみ「谷」はたに、足の中足骨間のくぼみのツボ



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