

ツボ

足通谷 あしつうこく



●ツボの位置

足の小指のつけ根で外側に出っばっている関節の小指よりのへこみが足通谷(あしつうこく)です。

TUBO NOTE

ツボ名	足通谷(あしつうこく)
経絡名	足の太陽膀胱経
英略	BL66
要穴	膀胱経の栄水穴

由来

「通」は通りすぎる「谷」は谷間。足の気の流れる経絡のところにあるツボ。



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