

百会 ひやくえ



●ツボの位置

耳のいちばん高いところに親指をあて中指を頭のでっぺんにあててそこから前へ押しながら移動し、気持ちよく感じる場所が百会(ひやくえ)です。

TUBO NOTE

ツボ名	百会(ひやくえ)
経絡名	督脈
英略	GV20

由来

「百」は多い。「会」はあう、交わるの意。多くの経脈が集まるところ、ということから百会なのです。



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