

ツボ

志室しつ



●ツボの位置

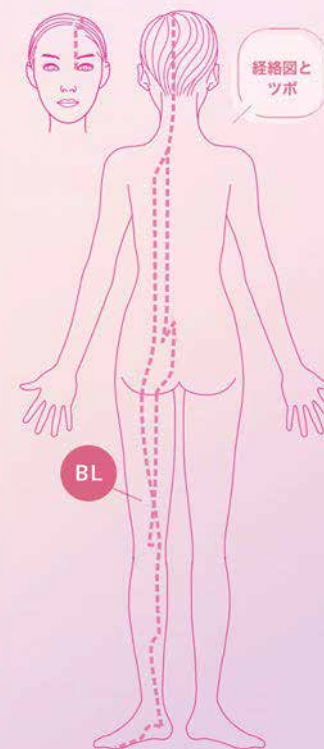
まずヒジの高さを確認します。ヒジと同じ高さで背骨の両脇やや外側を親指で押して気持ちよく感じるところが志室(ししつ)です。

TUBO NOTE

ツボ名	志室(ししつ)
経絡名	足の太陽膀胱経
英略	BL52

由来

「志」はこころざし「室」は部屋。五行論では精神作用は五神のどれかに属すとされ「志」は腎に属します。腎臓の生気が宿るとされるツボ。



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