

## ツボ

# 手五里 てごり



### ● ツボの位置

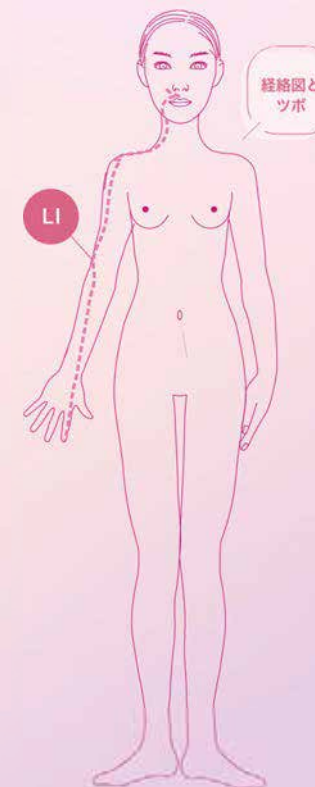
ヒジを曲げた時にできるシワの先端に小指をおき、指幅4本そろえて人さし指があたっているところが手五里(てごり)です。

## TUBO NOTE

ツボ名	手五里(てごり)
経絡名	手の陽明大腸経
英略	LI 13

### 由来

五臓の病に効果のあるツボ。



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