

気がつまる

動画で詳しく



太衝 たいしょう



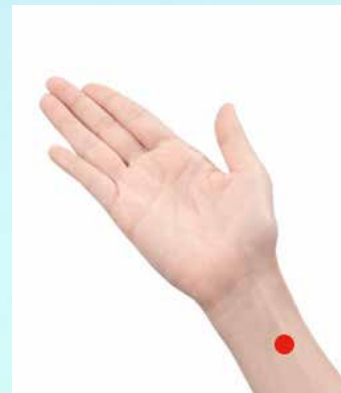
● ツボの位置

足の甲の親指と人さし指の骨が交わる場所から、やや指先よりのへこみが太衝(たいしょう)です。

動画で詳しく



内関 ないかん



● ツボの位置

手首の曲がりジワに薬指をおき指幅3本そろえて人さし指があたっているところ、腕の幅の真ん中が内関(ないかん)です。

ツボの働き > 思いがたまと胸がつまります。胸のつまり、心の緊張をほぐして、気持ちを伸びやかにします。

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

