

## ツボ

# 気海 きかい



### ●ツボの位置

カラダの中心線上でおへそから指幅2本下がったところが気海(きかい)です。

## TUBO NOTE

ツボ名	気海(きかい)
経絡名	任脈
英略	CV6

### 由来

「気」は精気、エネルギー。  
「海」は広く集まるの意。気の集まることから気海です。



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

