

命門 めいもん



● ツボの位置

まずヒジの高さを確認します。
ヒジと同じ高さの背骨にあるのが命門
(めいもん)です。

TUBO NOTE

ツボ名	命門(めいもん)
経絡名	督脈
英略	GV4

由来

2つある腎臓の間にあるため「生命の門」といわれている。
生命エネルギーの出入り口。



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

