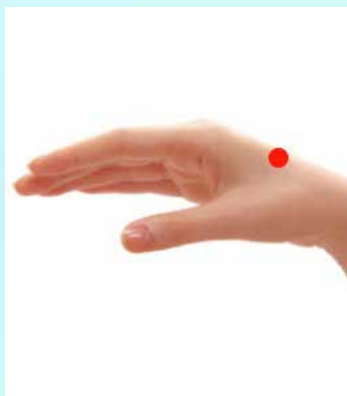


顔のシワ

動画で詳しく



合谷 ごうこく



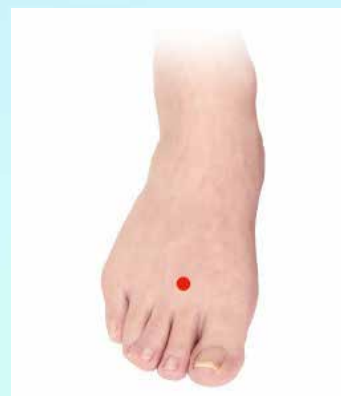
● ツボの位置

親指と人さし指の骨がまじわったところから、やや人さし指よりのへこみが合谷(ごうこく)です。

動画で詳しく



陥谷 かんこく



● ツボの位置

足の指を折り曲げ、第2趾と第3趾の骨の付け根にある関節の出っぱりから足首よりのくぼみが陥谷(かんこく)です

ツボの働き > お腹を温めて胃腸の運動と働きを促し、皮膚を引きしめます

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

