

# ツボから症状

## 志室 ししつ



動画で見る



### ツボの位置

まずヒジの高さを確認します。ヒジと同じ高さで背骨の両脇やや外側を親指で押して気持ちよく感じるところが志室(ししつ)です。

### ツボの探し方

- 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

### ツボノート

ツボ名	志室
経絡名	足の太陽膀胱経 (たいようぼうこうけい)
英略	BL52

### 由来

「志」はこころざし。

「室」は部屋。

五行論では精神作用は五神のどれかに属すとされ「志」は腎に属します。

腎臓の生気が宿るとされるツボ。

