



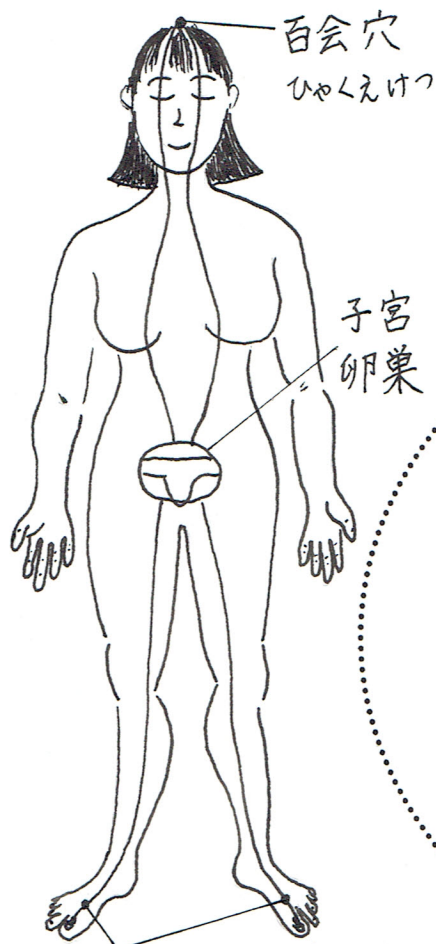
～幸せな月経ライフに鍼灸治療～



「ツボ」ってきいたことはありますか？「壺」ではなく「穴：ツボ」と書きます。

「経脈」ってきいたことはありますか？

ツボとツボをつなぎ、内臓ともつながる線路のことを経脈といいます。経脈は目には見えませんが、生きている人には必ずある、エネルギー、気の流れです。全部で12経脈ある中の1つ、子宮ともつながっている「足の肝経脈」の通り道を紹介します☆



* 肝経の通り道 *

足の親指→足背（太衝穴：たいしょうけつ）→
膝の内側→生殖器→胃の横→肝臓→横隔膜→胸→喉
→目→頭のとっぺん（百会穴：ひやくえけつ）

[目、子宮]ってはなれているけど、
つながっているんだね☆

だから、目を休めることは子宮を守ることにもなるんだね（^o^）

でも、パソコン、スマホ、テレビなど、目の使い過ぎ、睡眠不足は子宮に負担をかけていることにもなるんだ!!! 月経痛や月経前のイライラ、抑うつ気分など月経トラブルの原因になっちゃうんだよ！胃の横を通るので月経前の過食、胸を通るので「月経前の胸の張り」にも関係します！

特に月経中、産前産後は目の使い過ぎに注意！

早めに休みましょう（^^）



太衝穴：たいしょうけつ
足の母指と人指し指の間を足首に向って
ふれていき指が止まる所、くぼんでいる所

ツボと子宮がつながっているから、子宮の応援をすることができます！（^^）！

女性ホルモンの分泌を促し、肌ツヤ、美髪効果も期待できます☆

治療でこころもからだもリラックス

皆様の幸せな月経ライフを応援できることを嬉しく思います♪

田中里実



まついやまて なかにし しんぎゅういん
松井山手中西鍼灸院
Matsuiyamate Nakanishi Acupuncture Clinic

はり・きゅう、マッサージ、アロマセラピー

〒614-8295

編集：田中、遠藤

京都府八幡市欽明台中央 55-2

受付 9:30~12:30 15:00~19:30

火曜休診

TEL: 075-981-5058 <http://www.matsui-y-nac.jp>

美容鍼灸ホームページ <http://www.matsuiyamate-nac-biyou.jp/>