



肩こりのツボ

大杼(だいじょ) 肩井(けんせい) 天髎(てんりょう)
 肺俞(はいゆ) 外関(がいかん) 合谷(ごうこく)
 眼点(がんでん) 風池(ふうち) 天柱(てんちゅう)
 肩井(けんせい) 中腕(ちゅうかん) 曲池(きょくち)
 手三里(てさんり) 三陰交(さんいんこう)

腕のたるさ

肩井(けんせい) 中府(ちゅうふ)

