



2000年にオープンした整膚健康センター玉島、2月3日で18年目を迎えます。場所を自宅に移してからでも、もう2年近く…、本当に月日が経つのは早いものです。

こうして長くやってこられたのは皆様のおかげと感謝しています。これからも、より良い整膚を目指して頑張っていきたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願いいたします。

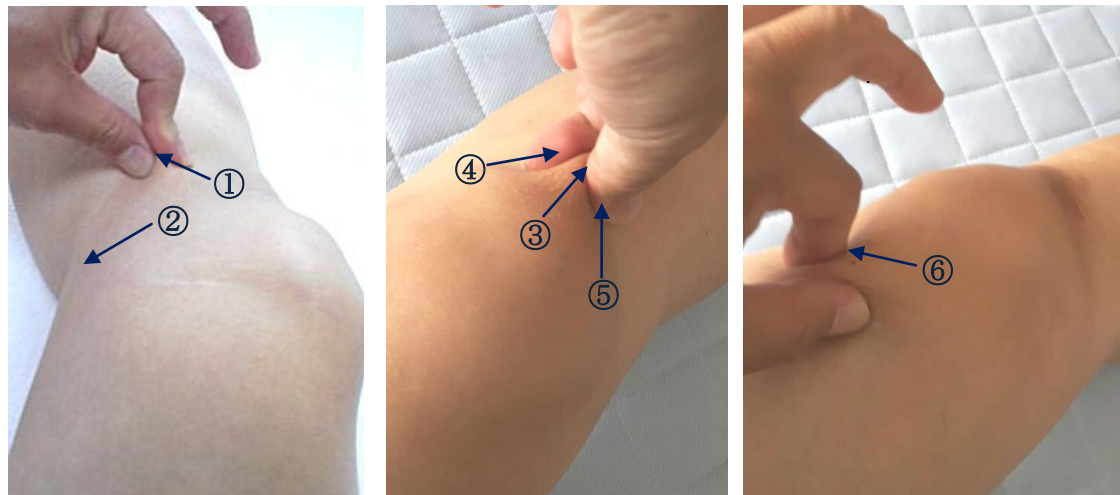
78号から、体の部位ごとのツボを紹介していますが、今回は「膝のツボ」です。膝のトラブルは意外に若い方でも起こります。酷くなる前なら膝の整膚で改善は可能です。痛気持ち良い程度の刺激を心がけてつまんでみましょう。

《休業日のお知らせ》

2月の休業は毎週水曜日の他に、**2月4日(日) 5日(月)**です。宜しくお願いします。

《宜しくお願いします》

エキテンや Google に口コミを書いて頂いた方には、お礼として**+10分施術**いたします。また、お客様をご紹介頂いた方は**+20分施術**いたします。宜しくお願いします。



膝の整膚は膝や足の痛みにおススメです。

二本指、三本指でつまんでみましょう。冬場は冷えからくる血行不良で、足のトラブルが増えます。特に関節部分は痛みを感じやすく、膝痛はその代表格です。これらのツボを参考に丁寧に整膚してみてくださいね。

※膝の裏にはリンパ節があります。優しく擦って流してやりましょう。

膝の主なツボを紹介します。()内は効果

- ① 陰陵泉：膝の内側下にある骨の出っ張りの下（膝痛・腰痛・足の痛みなど）
- ② 曲泉：足を伸ばしたときにできる膝内側のくぼみ（膝痛・泌尿器トラブルなど）
- ③ 犢鼻：膝蓋骨のすぐ下、靭帯の上にある（膝痛）
- ④ 外膝眼：ツボ犢鼻の横で膝蓋骨外側下にある（膝痛）
- ⑤ 内膝眼：ツボ犢鼻の横で膝蓋骨内側下にある（膝痛）
- ⑥ 梁丘：膝蓋骨外側の上端から指幅3本分上（膝痛・腰痛・胃のトラブルなど）

ご予約・質問は、TEL：086-525-3413

<http://www.seifu-tamashima.net>

