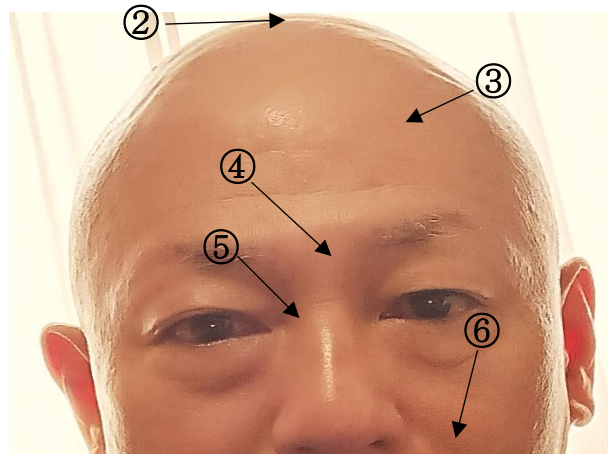
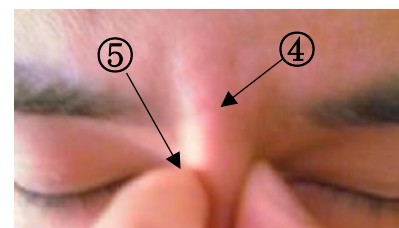
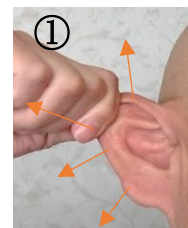


整膚通信 No.140

早いもので、2000年2月に開業して丸25年が過ぎました。台風による高潮で仕事場として借りていた部屋が水没したり、コロナ禍による緊急事態宣言など、大変なこともありました。こうして26年目を迎えることができ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こうと思っていますので、整膚健康センター玉島を宜しくお願いいたします。



2月も半ばになって来ると春の気配を感じられることも増えてきます。嬉しい反面花粉症の方にはつらい季節の到来ですね。そこで今回は「目にも鼻にも効果的なツボ」を集めてみました。本格的に花粉が飛び始める前に、これらのツボで目や鼻のコンディションを整えておくのもおすすめです。私も、年々花粉症が怪しくなっているのので、毎日これらのツボを刺激しています～



目にも鼻にも効果的なツボ

- ① 耳を引っ張って頭部の血流を良くしておく
- ② 百会：頭のとっぺんにある
- ③ 曲差：瞳のライン上で髪の毛の生え際の少し上にある
- ④ 印堂：眉と眉の間にある
- ⑤ 睛明：眼窩のふちにある
- ⑥ 巨髎：瞳のラインと鼻のラインの交差点にある
- ⑦ 風府：体の中心線上で髪の毛の生え際から少し上にある
- ⑧ 風池：首筋で髪の毛の生え際にある



「整膚で safe」のテレビ放送は終了しましたが、YouTube には頭痛・肩こり・腰痛など様々な動画がアップされています。「整膚で safe」と検索してみてくださいね。

ご予約は、TEL：090-9734-9426

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

