
□ 肩部 □ 天宗(てんそう)

[効果]
五十肩、肩こり

天宗は肩甲骨のくぼみにあるつぼで肩甲棘中央の直下(棘下窩の中央で圧痛のあるところ)です。

五十肩、肩こりに即効性があります。
反対側の三指(示指、中指、薬指)で響くまで3回押します。

誠に勝手ながら、当サイトをご利用になった上で生じたいかなる損害に対しても、一切の責任を負いかねます。予めご了承ください。
なお、著作権は放棄しておりませんので、当ページの内容のすべてまたは一部を他へ転載・配布・販売などすることをお断りいたします。

