

ぽーと鍼灸通信



令和7年 1月号

新年あけましておめでとうございます

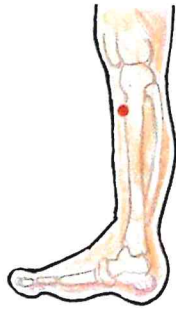
本年もよろしくお願ひいたします。

2025年も元気にすごしましょう！！

鍼灸は **医療保険** 適用です

※医師の同意が必要です

教えて、鍼灸！ 第9回



お正月明けは寒さが厳しくなるうえに、昨年一年間の疲れやお正月料理・お酒などで胃腸・肝臓が弱ってきやすくなっています。今回はそんな症状にオススメのツボを1つ紹介いたします。「足三里」(あしさんり)というツボでひざの外側にあります。

鍼灸よもやま話

上記で紹介させていただいているツボの「足三里」は、江戸時代の「奥の細道」で知られる俳人 松尾芭蕉もこの「足三里」にお灸をすえて、胃腸の働きをよくして旅に備えたと言われています。

実はこの松尾芭蕉、三重県の伊賀の出身で、実は忍者だったのでという都市伝説があります。諸国を漫遊していたのもスパイ活動だったなんて噂もあったとか。

なにはともあれ、「足三里」は昔から効果があるツボと知られていました。皆様もこの「足三里」をあたためて、寒い冬をしっかりと乗り切りましょう！

医療証をお持ちの方は医療控除を受けられます

介護保険枠いっぱいの方、ぜひご相談ください

株式会社 アクセス H.L

ぽーと鍼灸院

☎ 070-1797-0300

