



ぽーと鍼灸通信

令和7年 2月号

立春を迎えましたが、まだまだ春には遠い感じですよ。
身体を温めて風邪などひかずに頑張りましょう！

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10回

三陰交



「冷えは万病のもと」と言います。
今回は冷えに効くツボ「三陰交」を紹介します。場所は足の内側のくるぶしから指4本分上がった骨のきわのところですよ。ここを指圧したり、カイロなどで温めると冷えに効果があるとされています。ぜひお試しください！



鍼灸よもやま話

今年の節分はいつもと違い、4年ぶりに2月2日でした。これは節分が立春の前日であり、地球が太陽を回る時間のズレが関係しています。地球が太陽の周りを約1年で1周しますが、この「約」が約6時間の誤差となっています。この誤差を「うるう年」で調整するのですが、それでもわずかな誤差が残り、その結果、節分がずれることがあるらしいです。なにはともあれ「春遠からじ」春は1歩ずつやってきているのですね。

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

