

12/10（日）10時～11時30分  
NESPA 主催事業「東洋医学健康ツボ押し講座」

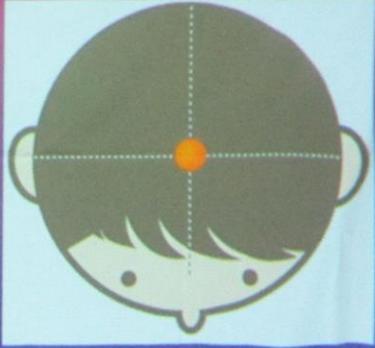
☆☆一部ご紹介☆☆

「ひゃくえ」と読みます！

お役立ちツボ（経穴）情報

**百会**  
百（多種）のツボの道が会う場所という  
意味をもっていて様々な症状に効くツボ  
効果：頭痛、肩こり、眼精疲労、自律神経  
の安定、めまい

場所  
両耳を頭頂部に結んだ線のちょうど中央



ツボ押し体験の講座を開催しました！

前半は、ツボとはどのようなものなのかなどのお話しをしていただきました。

後半では、「お役立ちツボ（経穴）情報」として、先生に位置を確認して  
もらいながら実際にツボ押しをしました。

1人1人丁寧に教えてくださり、皆さまも楽しそうでした！

先生、受講者の皆さまありがとうございました。