



3月3日、5月5日、7月7日は不思議な共通点があります。
なんと、毎年3日とも同じ曜日なんですよ！
カレンダーで確かめてみて下さいね。



発行：緑のかえる治療院
〒458-0828 名古屋市緑区鳴海町字姥子山22-1
TEL 052-693-8797
ホームページアドレス <http://midori-kaeru.com/>

毎日ツボ押し いきかえる♪



両手を使うと見つけやすいです

ひやくえ
百会 ~今日のツボ~
眠れない時はココです

ツボの場所

頭のとっぺんで顔の中心線と両耳を結ぶ線が交わる点
押すと少し凹んでいたり、やわらかいことが多いです。

押し方

中指で10回ほど押します。眠れない時は、このツボを
保冷剤などで冷やしても効果的です。

解説

たくさんの経絡が集まるツボ、「百会」です。
このツボは不眠だけでなく、ストレスなどによる精神
疲労にも大変効果的です。
モヤモヤする時や、気持ちがスッキリせず落ち込んだ
時には百会を中指でトントンと30回ほど叩いてみて
下さい。以前紹介した足裏の「湧泉」で地の気を取り
こみ、「百会」で天の気を取り込んで、全身の体調を整えてみましょう。「困った時は
まず百会」といわれるくらい大切なツボでコツコツ押してみてください。



いろいろと万能なツボですよ

あたまをほぐす

なぞなぞの森

1回目と2回目は無料で得られるのに、
3回目からは有料になるものはなーに？

0円 ➡ 0円 ➡ ¥!

ヒント：
誰もが持っています

こたえは 4月号に書いてあるよ

1-2月号のこたえは「まごころ」だよ。

mojikirie
もじきりえ

空

漢字にもアルファベットにも
読める不思議な漢字の切り絵
ふとした瞬間に出来上がります

今月の一文字は「空」です。

「空(そら)」という漢字の上側を左にすると、
英語で「sky」とも読むことができます。

受付から見えるガラス越しの空、今日は晴れて
欲しいなあいつも願っています。

編集後記

先月号で「石の上にも3年」と書きましたが、まだ2年しか経って
いませんでした。(笑) 気持ちは3年経ったと思うほど、あっという
間に月日が流れています。忙しさに流されないように一日一日を大切
に過ごし、そして精一杯治療に臨みたいですね。

(山崎)

温灸治療コース 残りわずか

秋冬限定で行っている「温灸治療」は3月までです☆
寒い日がまだ続きます。冷え性などでお悩みの方は、
この機会にぜひ温灸をお試し下さいね～