

5 May

CALENDAR

2025

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
27	28	29	30	1	2	3 憲法記念日 休診
4 みどりの日 休診	5 こどもの日 休診	6 振替休日 休診	7	8	9	10
11 休診	12	13	14	15	16	17
18 休診	19	20	21	22	23	24
25 休診	26	27	28	29	30	31

イチャオシ ツボ acupuncture point

今月のイチオシのツボ

今月のいちおしのツボは聴会（ちょうえ）です。耳にあるツボで、耳珠という耳の穴の前方にある三角形の形をした小さな突起物の顔側にあり、口を開けた時にできるくぼみに位置します。人差し指または中指をツボに当て、優しく回し押します。耳の聞こえを良くしたり、筋を緩めて伸ばし、

経絡の通りをよくしたりします。難聴、中耳炎、顔面痛、顎関節炎、下顎脱臼、顔面神経麻痺など



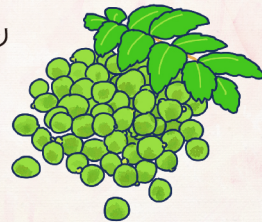
※不調のときは早めの受診をお勧めします。
※妊娠中の方は当院にご相談の上行って下さい。

==== 食事に漢方を取り入れよう ====

今月のおすすめ漢方食材

山椒（さんしょう）

体は小さくても気性や才能が鋭く優れていて侮れない人を「山椒は小粒でもピリリと辛い」と言うように、山椒には多くの薬効があり生薬にも使われます。ピリリとする辛味は、サンショオールという独特の成分で、殺菌・抗菌作用や消化不良、胸やけ、胃もたれを改善する働きがあります。新陳代謝を活発にし、血行を良くするので冷え症や肩こり、神経痛の改善にも効果的。爽やかな香りはジテルペンで、免疫細胞の活性化や、抗酸化作用を高める働きがあります。木の芽、花山椒、実山椒の他、粉山椒として年中利用できます。



※上記の食物にアレルギーのある方は摂取しないでください。

鍼灸・マッサージ きらり (法人本部)

〒675-1115 兵庫県加古郡稲美町国岡3丁目4番7号

TEL / 079-492-8100 (代)

診療時間 / 月～金 8:30～17:30
土曜日 8:30～12:30

休診日 / 日曜・祝日