

# 全身(背中)の効能図

東洋医学では人間の生きるエネルギーの基本的な要素を“気”といいます。  
 気の流れる道を“経絡”と呼び、その要所が“ツボ”（経穴）です。ツボの位置・効能を  
 知って、気の流れを円滑にし、病気を予防し、健康の維持・増進を心がけましょう。

