
Ear Jewel Chart

もくじ

1. ダイエット
2. 代謝アップ
3. リフトアップ
4. 美肌
5. むくみ
6. ストレス
7. 冷え性
8. 生理痛・生理不順
9. 肩こり
10. 腰痛
11. 頭痛
12. 眼精疲労
13. 不眠
14. めまい
15. 耳鳴り
16. 疲労回復
17. 自律神経失調症
18. 便秘
19. 鼻炎
20. 禁煙
21. 風邪
22. 高血圧
23. 二日酔い
24. 花粉症



ダイエット

神門：

自律神経の調和を促すツボ
心と体の美しいバランスづくり

肺：

体調リズムを整えるツボ
肌と代謝の理想的なバランス

飢点：

食生活バランスを整えるツボ
理想的なボディメイクへ

胃：

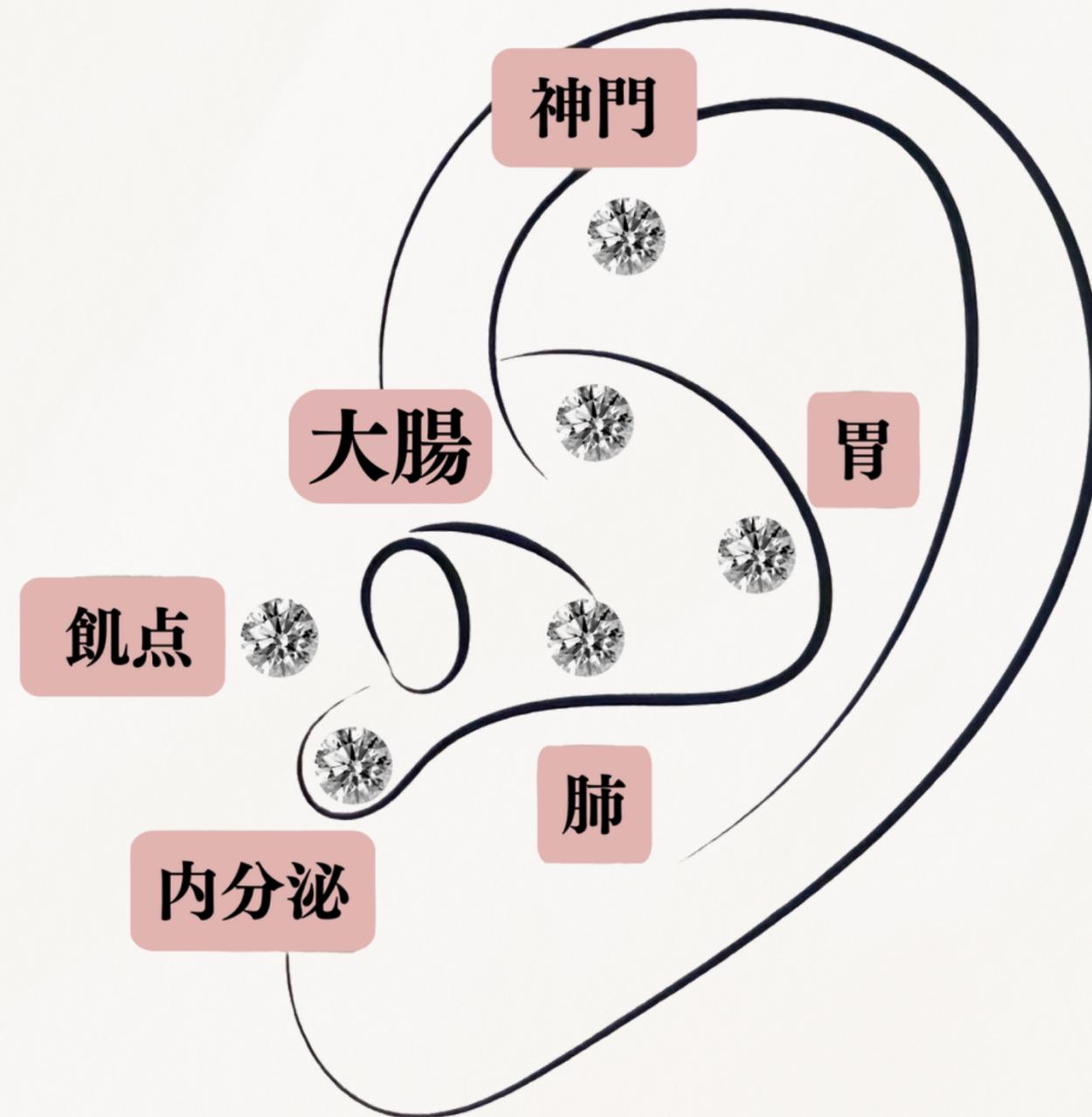
胃まわりの調子を整えるツボ
快適な食事時間をサポート

内分泌：

ホルモンバランスを整えるツボ
健やかな代謝リズムづくり

大腸：

腸内環境をえるツボ
理想的なボディコンディションへ



代謝アップ

神門：

自律神経の調和を促すツボ
心と体の美しいバランスづくり

腎：

生命エネルギーを整えるツボ
代謝を整え不調を改善

小腸：

腸内環境を整えるツボ
理想的なボディコンディションへ

肺：

体調リズムを整えるツボ
肌と代謝の理想的なバランスへ

内分泌：

ホルモンバランスを整えるツボ
健やかな代謝リズムづくり

肝：

手足の末端の巡りを促すツボ
温かなぬくもりを届ける



リフトアップ

神門：

自律神経の調和を促すツボ
心と体の美しいバランスづくり

面頬：

顔まわりの血行を促すツボ
ハリのある印象へのアプローチ

下顎：

あごのラインを整えるツボ
すっきりとしたフェイスラインへ

腎炎点：

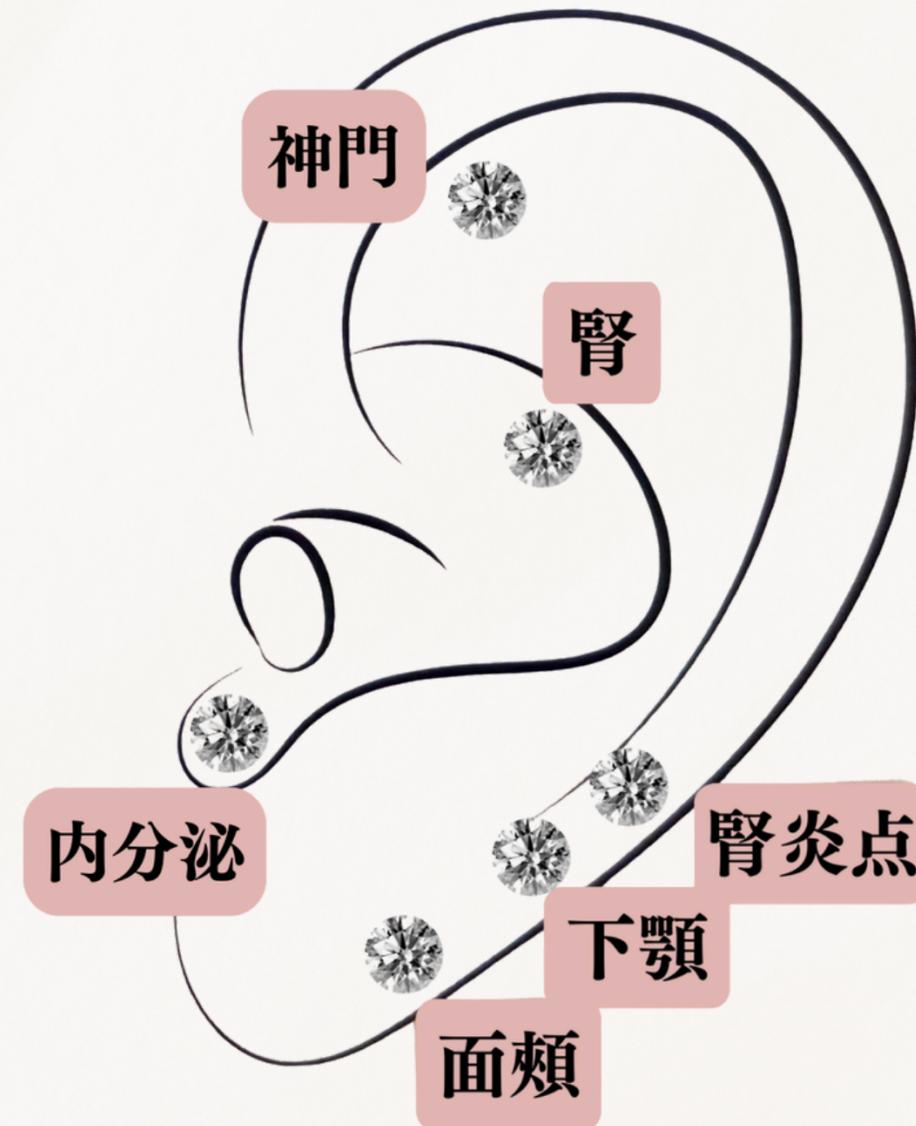
顔まわりのむくみをケアするツボ
すっきりとした印象づくり

腎：

生命エネルギーを整えるツボ
代謝を整え不調を改善

内分泌：

ホルモンバランスを整えるツボ
健やかな代謝リズムづくり



美肌

肺：

体調リズムを整えるツボ

肌と代謝の理想的なバランスへ

腎：

生命エネルギーを整えるツボ

代謝を整え不調を改善

面頬：

顔まわりの血行を促す美容ツボ

ハリのある印象へのアプローチ

内分泌：

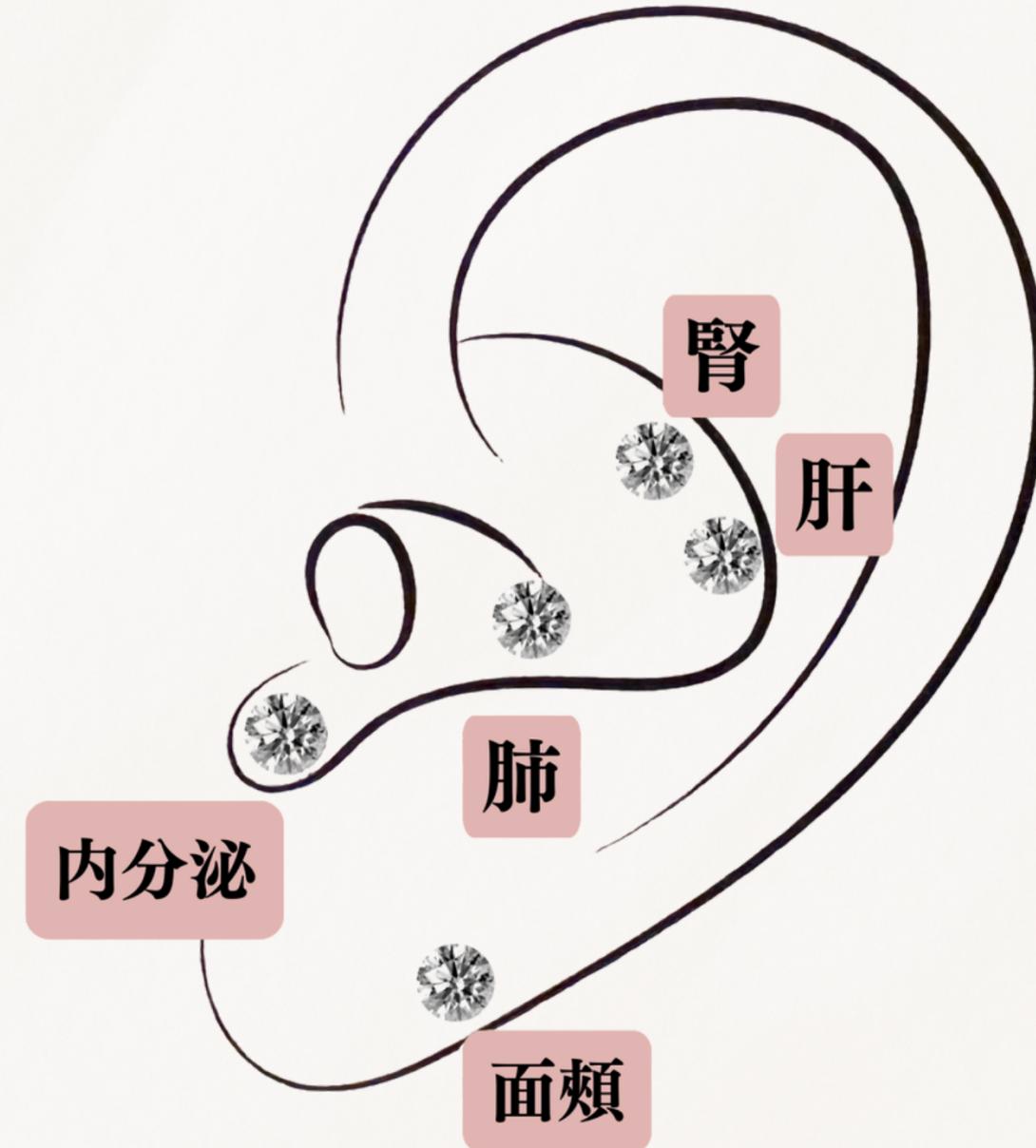
ホルモンバランスを整えるツボ

健やかな代謝リズムづくり

肝：

手足の末端の巡りを促すツボ

温かなぬくもりを届ける



むくみ

肺：

体調リズムを整えるツボ

肌と代謝の理想的なバランスへ

三焦：

体内の水分環境を整えるツボ

なめらかな代謝リズムへ

濁点：

水分バランスを保つツボ

うるおいのある毎日を

脾：

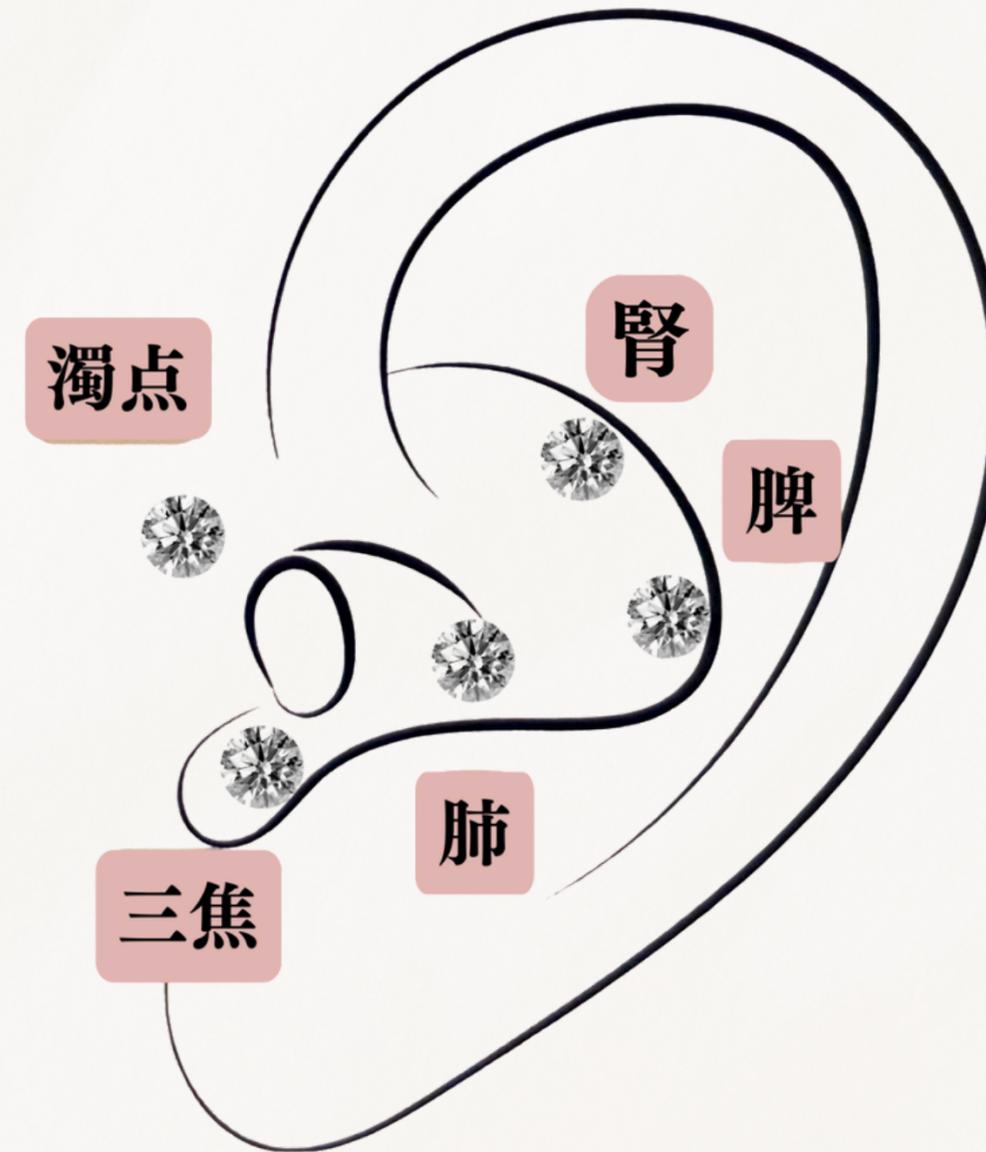
体内の水分環境を整えるツボ

すっきりとしたシルエットづくり

腎：

生命エネルギーを整えるツボ

代謝を整え不調を改善



ストレス

神門

自律神経の調和を促すツボ
心と体の美しいバランスづくり

脳幹：

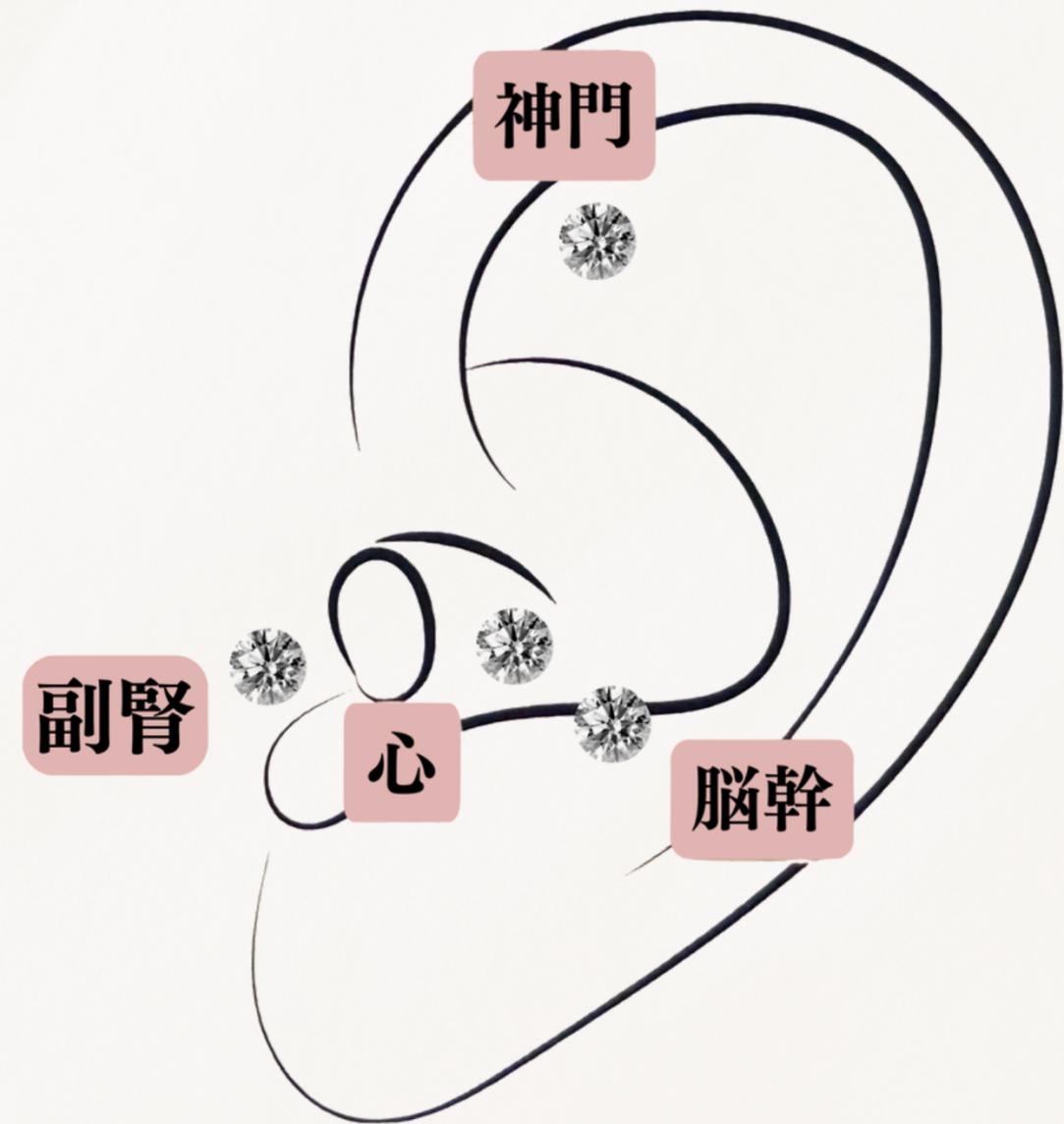
脳の働きを活性化するツボ
考えることが多くて疲れている方に

心：

心の安定をもたらすツボ
穏やかな表情を引き出す

副腎：

ストレスケアをサポートするツボ
輝く毎日へのアプローチ



冷え性

肺：

体調リズムを整えるツボ

肌と代謝の理想的なバランスへ

腎：

生命エネルギーを整えるツボ

代謝を整え不調を改善

肝：

手足の末端の巡りを促すツボ

温かなぬくもりを届ける

脾：

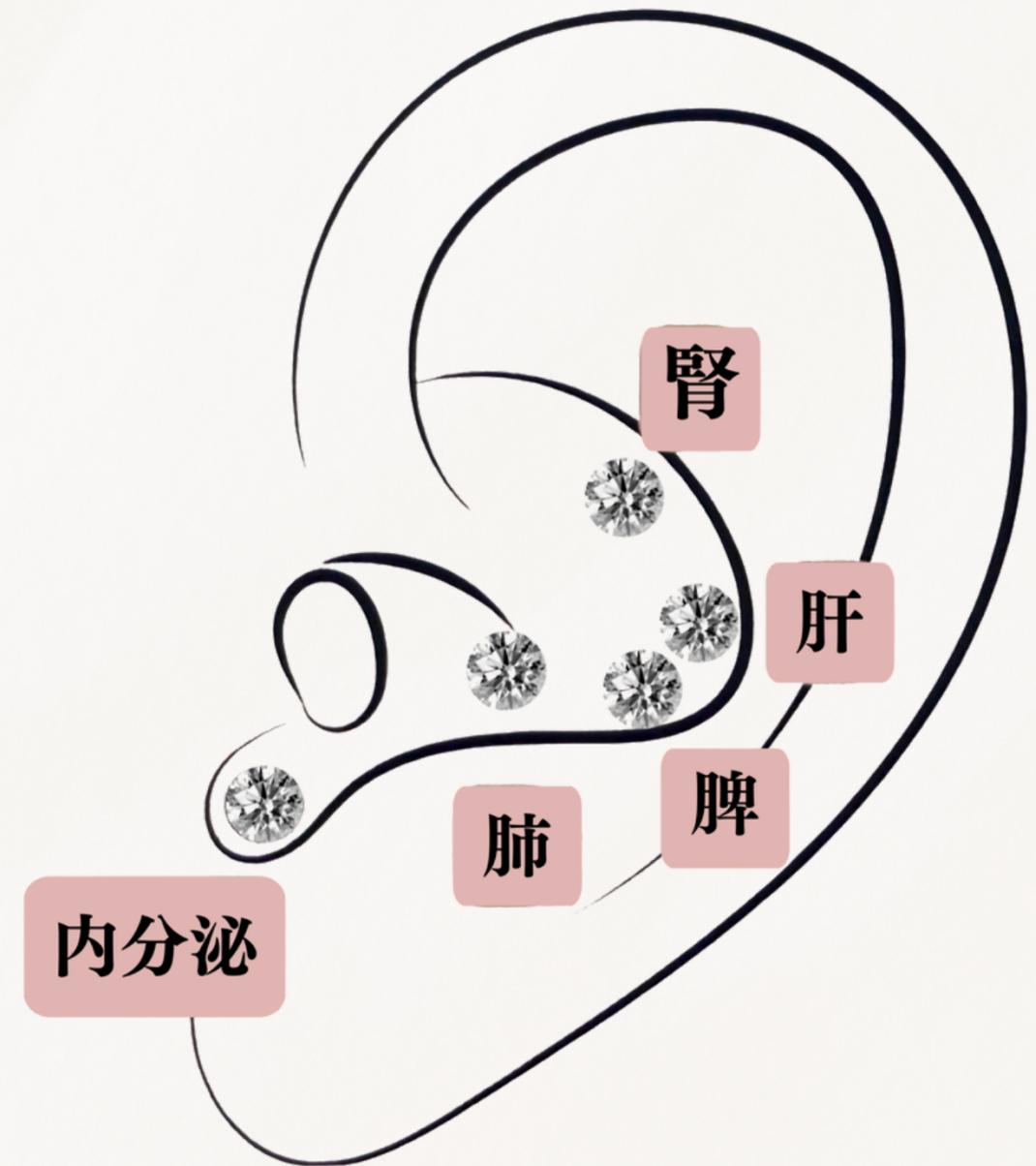
体内の水分環境を整えるツボ

すっきりとしたシルエットづくり

内分泌：

ホルモンバランスを整えるツボ

健やかな代謝リズムづくり



生理痛・生理不順

神門：

自律神経の調和を促すツボ
心と体の美しいバランスづくり

内分泌：

ホルモンバランスを整えるツボ
健やかな代謝リズムづくり

腎：

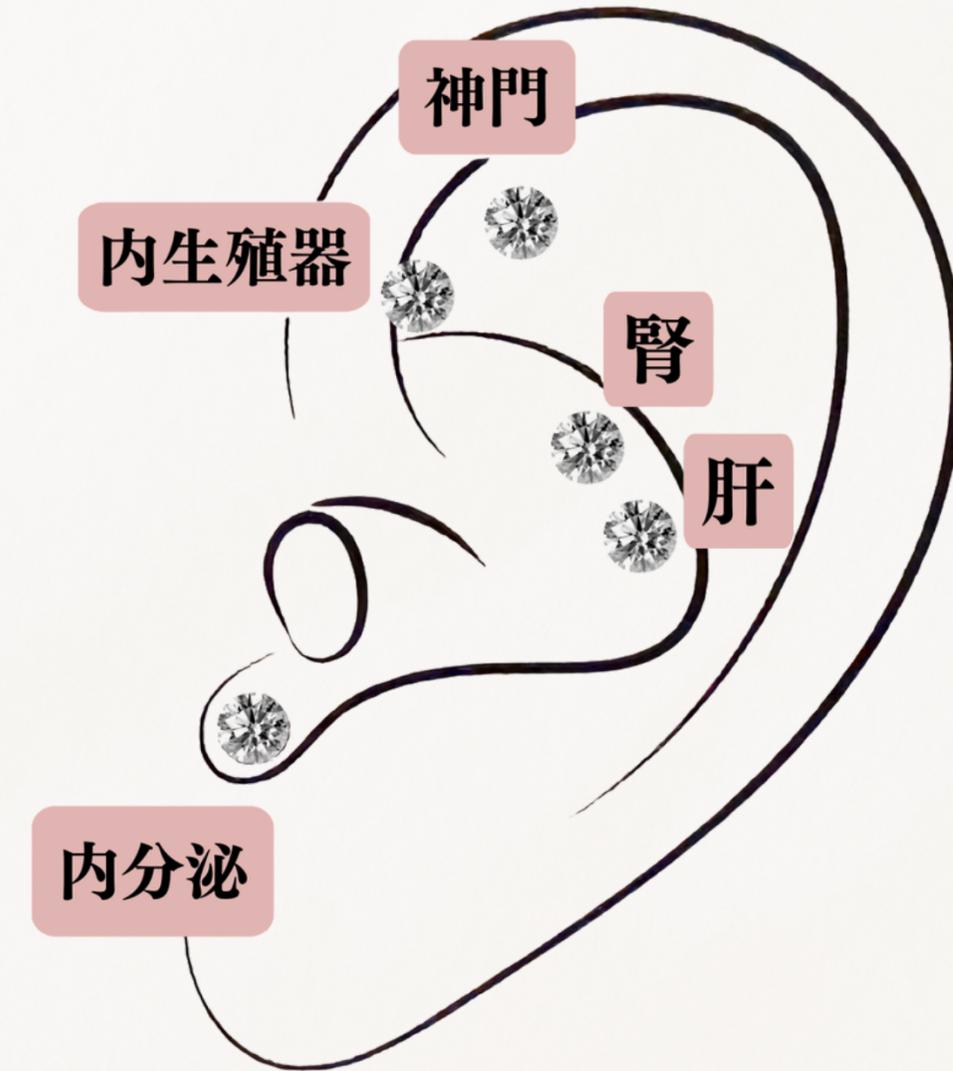
生命エネルギーを整えるツボ
代謝を整え不調を改善

内生殖器：

女性特有のリズムをサポートするツボ
心地よい毎日へのサポート

肝：

手足の末端の巡りを促すツボ
温かなぬくもりを届ける



肩こり

神門：

自律神経の調和を促すツボ
心と体の美しいバランスづくり

肩：

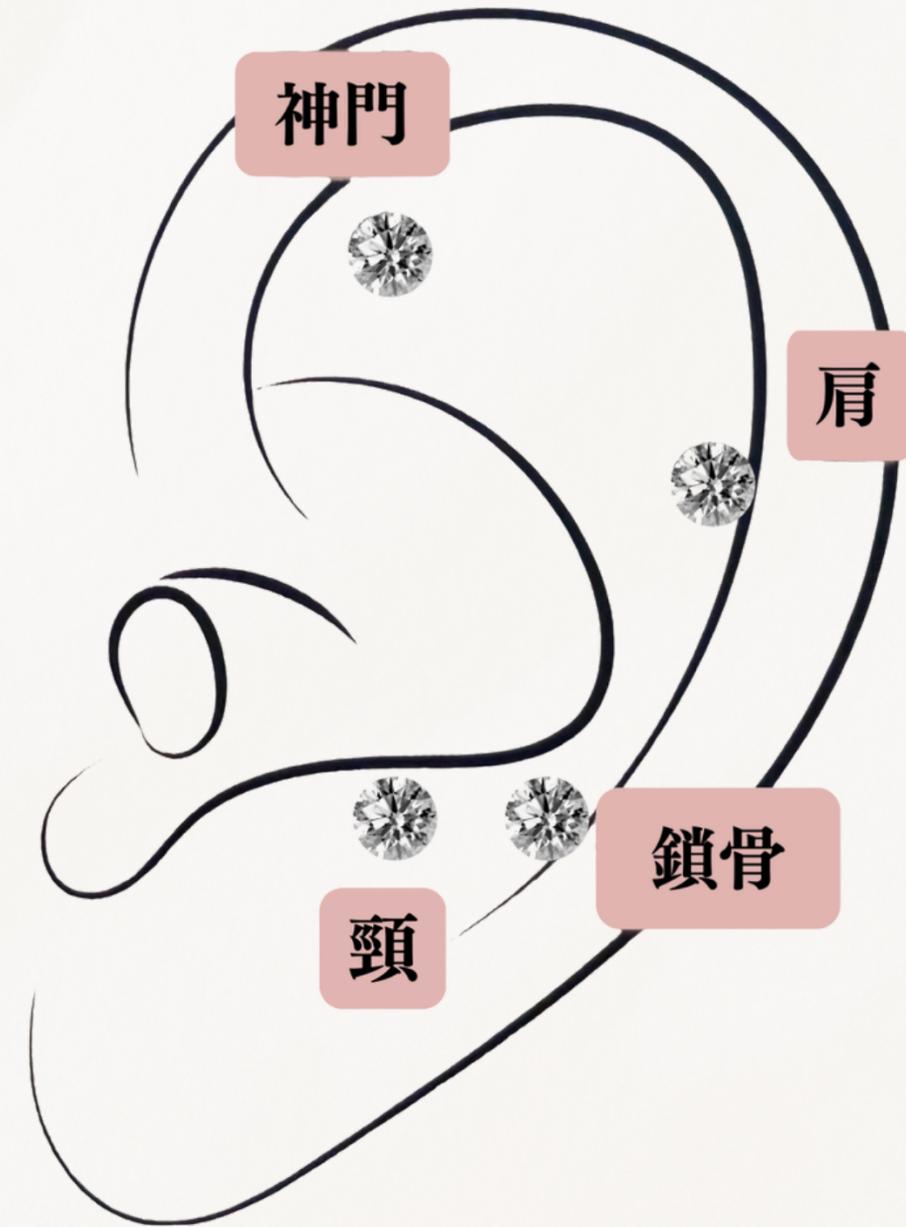
肩まわりの快適さを導くツボ
しなやかな動きを引き出す

鎖骨：

上半身の姿勢バランスを整えるツボ
美しい首肩ラインへ導く

頸：

頸部の循環が良くなり、頭の重さや
目の疲れがスッキリすることも。



腰痛

神門：

自律神経の調和を促すツボ

心と体の美しいバランスづくり

腰椎仙骨：

腰まわりのケアをサポートするツボ

理想的な立ち姿勢へのアプローチ

臀部：

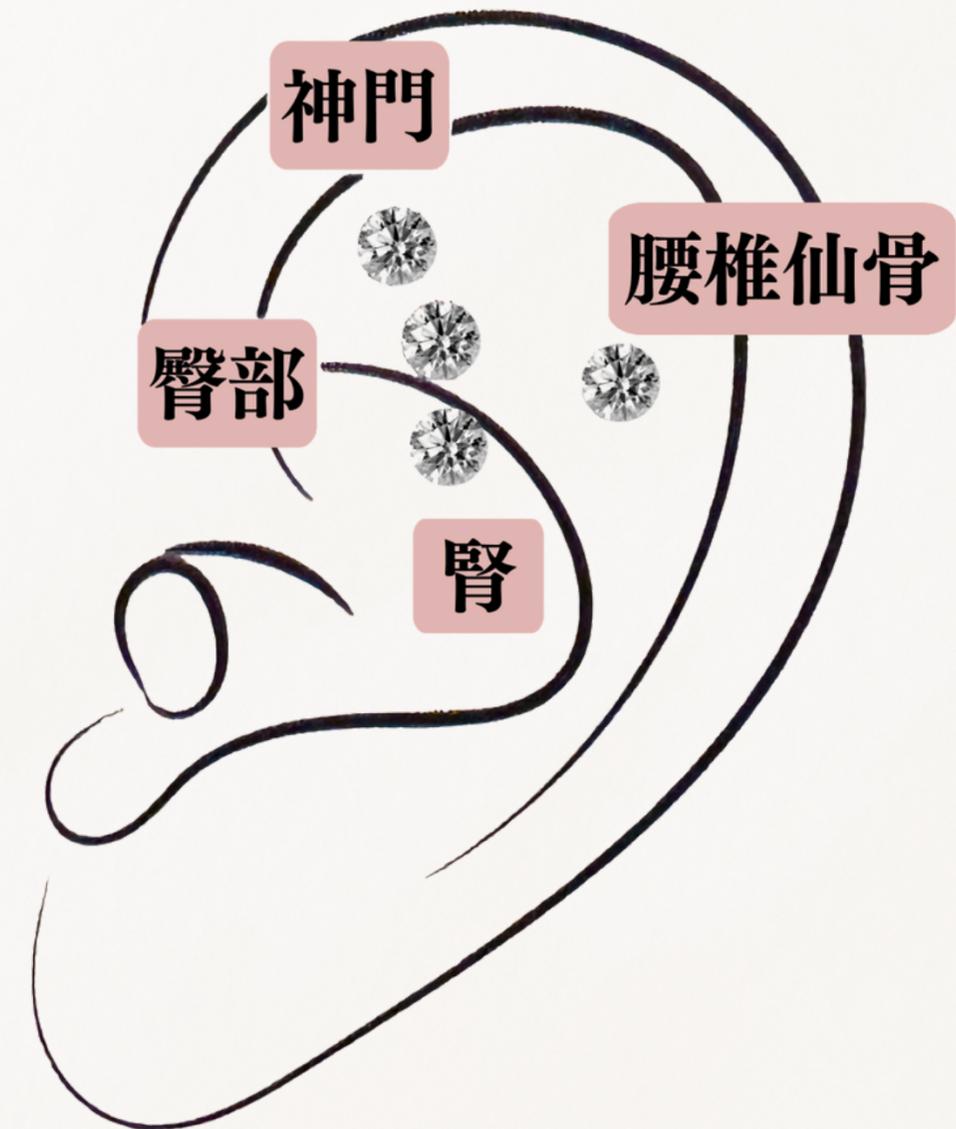
でん部の心地よさを高めるツボ

快適な座姿勢をサポート

腎：

生命エネルギーを整えるツボ

代謝を整え不調を改善



頭痛

神門：

自律神経の調和を促すツボ
心と体の美しいバランスづくり

脳幹：

脳の血流や神経系に関与
自律神経失調型や慢性頭痛に

【患部】

リラックスタイムをサポート

前頭：

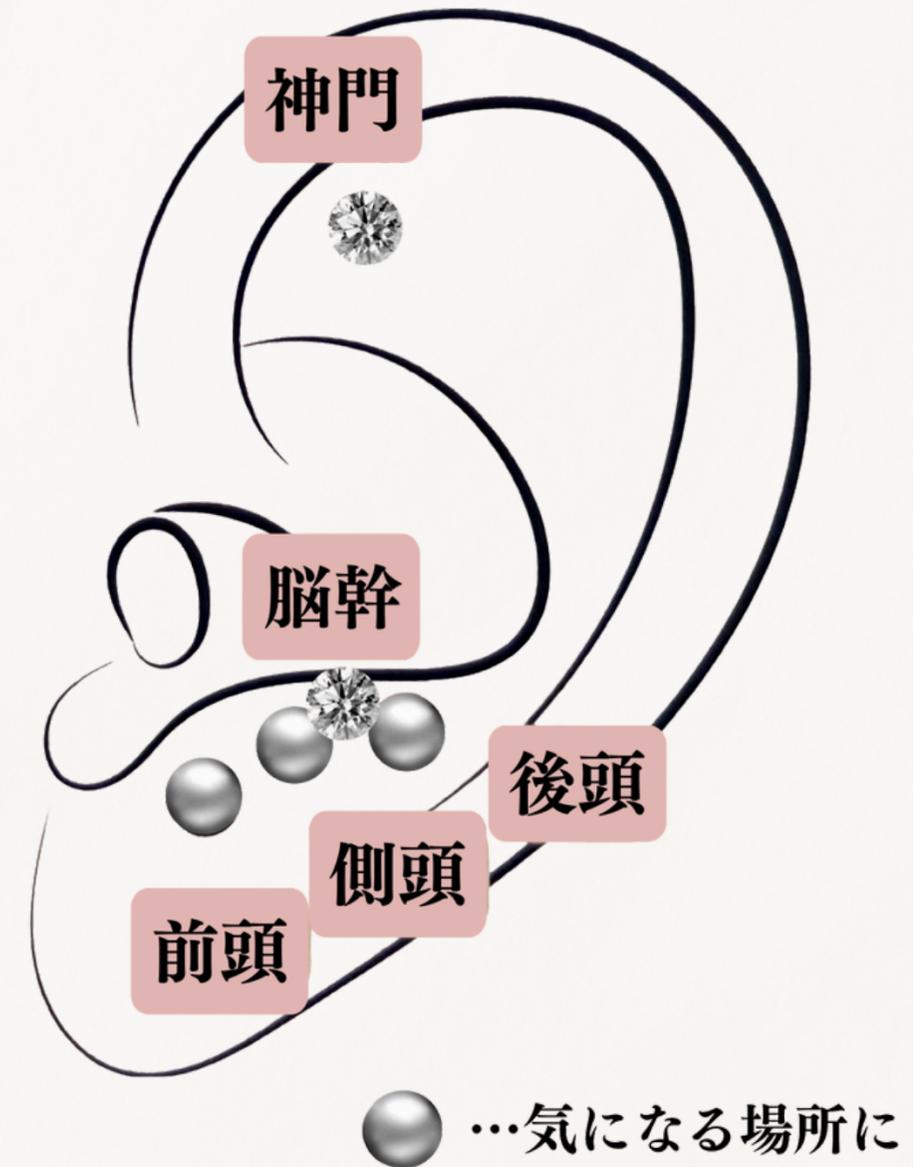
前頭部の快適さを保つツボ
リラックスした表情づくり

側頭：

頭部の心地よさを高めるツボ
やすらぎのひとときへ

後頭：

後頭部の快適さを支えるツボ



眼精疲労

神門：

自律神経の調和を促すツボ

心と体の美しいバランスづくり

眼：

目の疲れをケアするツボクリアな目元

づくりをサポート

腎：

生命エネルギーを整えるツボ

代謝を整え不調を改善

肝：

手足の末端の巡りを促すツボ

温かなぬくもりを届ける

