



小指の爪生え際外側。  
**<頭痛、めまい、高血圧、冷え性>**

小指外側にある至隠は身体をあたためてくれる効果をもつツボ。  
よく揉みほぐしたら丁寧に刺激を。  
長期間つづけければ体質改善も。

