

ツボについての ブックリスト



宇都宮市立東図書館作成

『症状改善！ツボ大全』 布施雅夫/著 成美堂出版

東洋医学とツボの説明と99の症状に効果的なツボの紹介がある。

『足・ふくらはぎのツボ地図大全』

五十嵐康彦/著 河出書房新社

ツボの刺激についてと、不調に効くツボが紹介されている。

『5秒で効く！症状別ツボ押し事典』

加藤雅俊/著 新星出版社

基本のツボの押し方についてと、症状別のツボ押しについて写真付きで紹介。

他にも図書館には
たくさんの資料があります。



蔵書検索ページ