毎日続けて、健康維持！

保存版！

整体院・花香グループ

からだ楽々体操

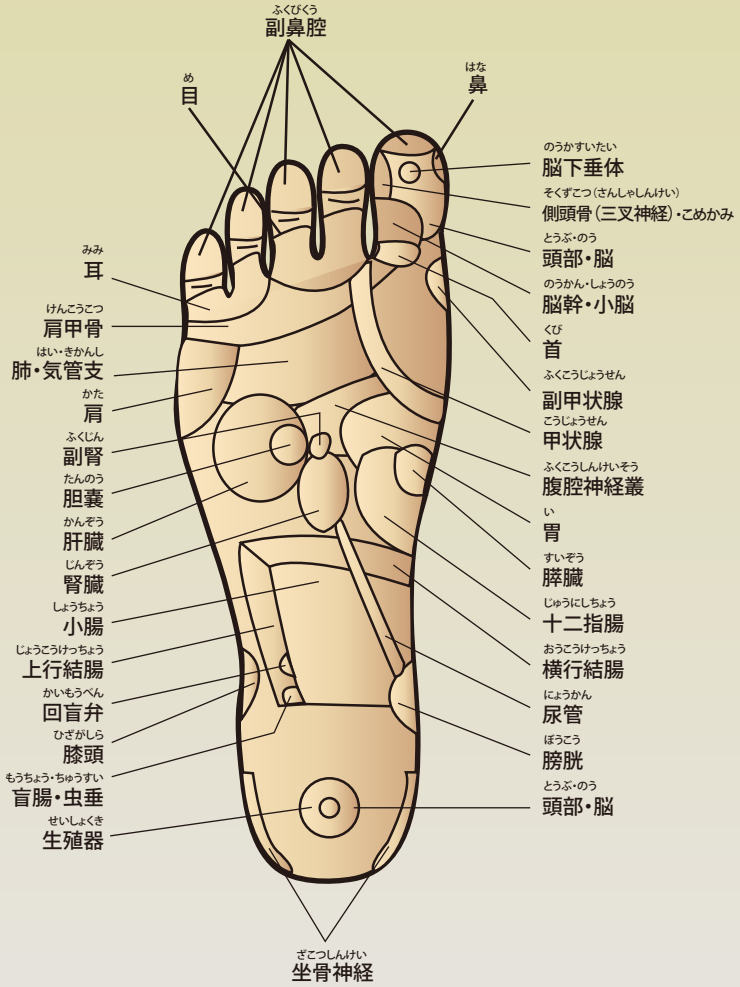
『足反射区を刺激してみよう』

足は【第二の心臓】

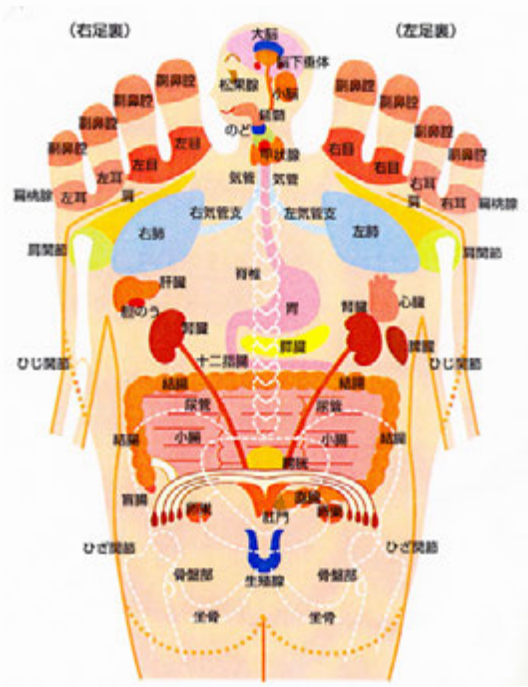
足は【第二の心臓】とも言われ、全身のあらゆる臓器とつながっています。
心臓、腎臓、肝臓をはじめ、頭から足の先に至まで全身の機関に対応する部分【足反射区】があり、血液や神経系統を通じて、全身を巡った情報が万有引力の法則にしたがって全て上から下へ、つまり足へ戻ってくるからです。言い換えればどんな小さな情報でも足には全身の生理的変化（バランス）に関する情報が集まってきます。しかも確実に、瞬間に集まってくるのです。これら足に集まった情報を基に、私たちは体の各部分に起きた変化をいち早く感知して、適切な処置をすれば未病状態のうちに病を癒し、また予防し、より長く元気な状態を保つことができるのです。（※花香足反テキストより抜粋）

足の反射区（右）

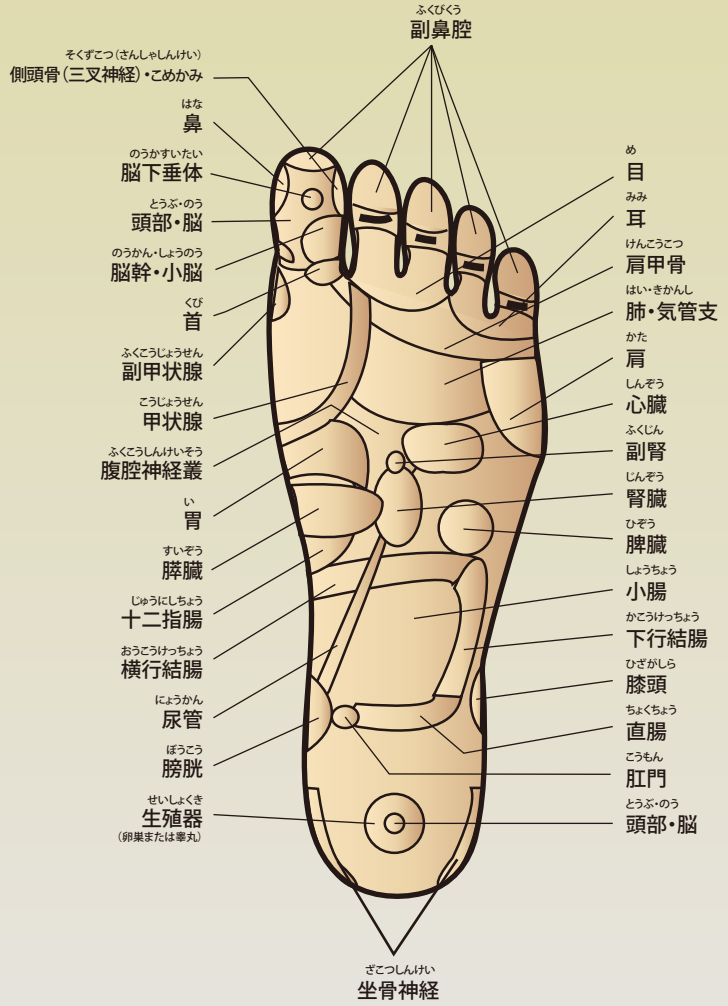
人から足裏を見た場合の図面になります。



足裏の人体投影図



足裏のツボを図にするとこのようになります。
親指には脳がありかかとに向かって
のど、胃、腸、膀胱と並んでいます。
その配置は人間お体にとても良く似ています。

足の反射区（左）

人から足裏を見た場合の図面になります。