



## 目のツボ刺激が 疲れ目、かすみ目に効果発揮

「現代は3人に1人がドライアイ、疲れ目などなららかの目のトラブルを抱えていると言われています」

と語るのは東京・恵比寿の「目の美容院」店長でアイソロジストの大野木まりさん。アイソロジストは、アイ（目）とリフレクソロジスト（自然治療療法士）の造語で目の美容院の登録商標。

目の美容院では、ソファアにもたれて高濃度酸素を吸いながら、首や肩、足や手の施術を受け、アイソロジスト器と呼ばれる独自開発の機械による目のツボの刺激を受ける。血流がよくなると、白目の部分が青くなってくると言う。

疲れ目・かすみ目に効果のあるツボ



**損竹** 眉毛の内端にあるツボ。左右の親指で、徐々に力を入れながらツボを押していく。

**睛明** 目頭のくぼみのツボ。このツボを親指と人差し指の腹でつまみ、上・下方向に動かす。

「初めての来店で「まぶたが軽くなった」「視界が広がった」と言って喜んで帰って行かれるお客さんがたくさんいます」  
現在は予約が取りづらいほど人気だ。