

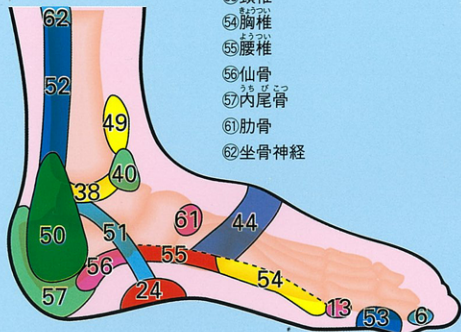
# 手と足の反射区の相対応



1. 手一足
2. 手首一足首
3. 前腕一下腿
4. ひじーひざ

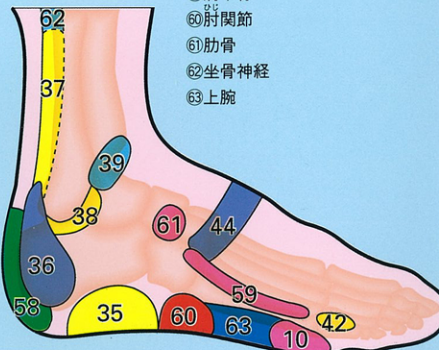
5. 上腕一大腿
6. 肩関節一股関節
7. 肩甲部一腰部

## 足の内側面



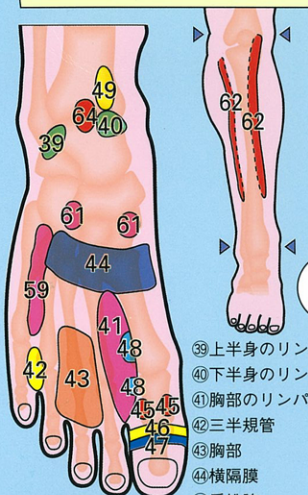
- ⑥鼻
- ⑬副甲状腺
- ⑳膀胱
- ㉔股関節(内側)
- ④⑩下半身のリンパ腺
- ④④横隔膜
- ④⑨鼠蹊部
- ⑤①子宮・前立腺
- ⑤①陰茎・膣・尿道
- ⑤②直腸・肛門(痔疾)
- ⑤③頸椎
- ⑤④胸椎
- ⑤⑤腰椎
- ⑤⑤仙骨
- ⑤⑦内尾骨
- ⑥①肋骨
- ⑥②坐骨神経

## 足の外側面



- ⑩肩
- ㉔⑤膝
- ㉔⑥生殖腺(卵巣・睾丸)
- ㉔⑦下腹部  
(月経時の緊張・腹痛・月経不順)
- ㉔⑧股関節(外側)
- ㉔⑨上半身のリンパ腺
- ④②③三半規管(平衡器官)
- ④④横隔膜
- ⑤⑧外尾骨
- ⑤⑨肩甲骨
- ⑥⑩肘関節
- ⑥①肋骨
- ⑥②坐骨神経
- ⑥③上腕

## 足の甲



- ㉔⑨上半身のリンパ腺
- ④⑥下あご
- ④⑩下半身のリンパ腺
- ④⑦上あご
- ④①胸部のリンパ腺
- ④⑧のど・気管
- ④②三半規管
- ④⑨鼠蹊部
- ④③胸部
- ④⑥①肋骨
- ④④横隔膜
- ④⑤扁桃腺
- ④⑥②坐骨神経
- ④⑥③痰を切る



日本若石健康研究会  
<http://www.jakuseki.jp>  
 TEL: 03-5451-5600

国際若石メソッドスクール  
 e-mail: school@jakuseki.jp  
 TEL: 03-5451-5611