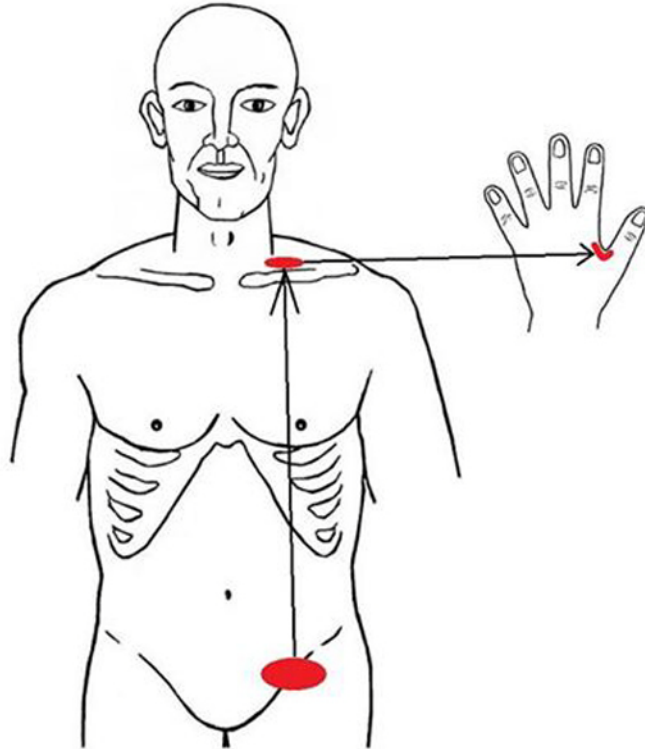


## ソケイの真ん中が硬い



<ソケイをゆるめる>

下半身のむくみをとるのに  
足だけを一生懸命リンパを流しても・・・  
肝心のソケイが緩んでいないと  
流れて・・・いかない

原因も・・・かたづけないと・・・すぐに・・・また戻ってしまう

ソケイが硬いのは、  
鎖骨の上の部分のちょっと奥に硬い部分がある  
そこを横にちょっとだけゆるめる・・・とソケイが緩むので  
リンパの流れは良くなる  
リンパドレナージュなどを行っている人は  
ちょっと・・・ためになる情報でした