りんごの経穴
試験対策用
２年前期

木・火・土・金・水(青・赤・黄・白・黒)
陰経：井木穴・　火穴・兪土穴・経金穴・合水穴
陽経：井金穴・　水穴・兪木穴・経火穴・合土穴
原穴：三焦を意味し両腎間に在する
　穴：閉じるとかくぼみと同意
絡穴：邪気実する時によく現れる
墓穴：経気の多く集まるところ
兪穴：病をよく治療する穴の意で背部にある

足太陽膀胱

1.睛明
2.攢竹
3.曲差
4.五処
5.承光
6.通天
7.絡却
8.玉枕
9.天柱
10.大杼　1-2胸椎
11.風門　2-3胸椎
肺兪　3-4胸椎
厥陰兪　4-5胸椎（第4・5胸椎棘突起間の外1.5寸）
14.心兪　5-6胸椎
6-7胸椎　外1.5寸
15.隔兪　7-8胸椎
肝兪　9-10胸椎
胆兪　10-11胸椎
脾兪　11-12胸椎
胃兪　12胸-1腰（第1・2腰椎棘突起間の外1.5寸）
20.三焦兪　1-2腰椎
腎兪　2-3腰椎（第2・3腰椎棘突起間の外1.5寸）
大腸兪　4-5腰椎
小腸兪　1仙椎
膀胱兪　2仙椎
25.中膂兪　3仙椎
26.白環兪　4仙椎
27.上
28.次
29.中
30.下
31.会陽　尾骨下端
32.承扶　臀部中央
33.殷門
34.浮
35.委陽　膝窩横紋
36.委中　合土穴・膝窩横紋中央
51.合陽
52.承筋
53.承山
54.飛陽　絡穴
55.　陽
56.崑崙　経火穴
57.僕参
58.申脈
59.金門　穴
60.京骨　原穴
61.束骨　兪木穴
62.足通谷　水穴
63.至陰　井金穴

37.附分　外3寸
38.魄戸
39.膏盲
40.神堂
41.
42.膈関
43.魂門
44.陽綱
45.意舎
46.胃倉
47.盲門
48.志室
49.胞盲　正中仙骨稜第2仙椎棘突起部下外方1.5
50.秩辺
崑崙穴上7寸、腓腹筋下垂部の外縁、腓腹筋とヒラメ筋の間
外果の最も尖ったところの高さで外果とアキレス腱の前にとる
外果直下5分
申脈穴前下方、踵立方関節外側陥凹部
第5中足骨粗面後下際、表裏肌目陥凹部
第5指中足指節関節後外側陥凹部
第5指中足指節関節前外側陥凹部
第5指外側爪甲根部

23.絲竹空
22.和
21.耳門
20.角孫
19.顱息
18.　脈
17.翳風
16.天
15.天
14.肩
13.臑会
12.消
11.清冷淵
10.天井　肘頭から肩峰上7寸、肘関節を屈曲して取る穴に向かい
9.四
8.三陽絡
7.会宗
6.支溝　支溝穴尺側1寸。小指伸筋腱・尺側手根伸筋腱間
5.外関　陽池穴上3寸
4.陽池　陽池穴上2寸　総指伸筋腱・小指伸筋腱間
3.中渚　手関節後面横紋ほぼ中央
2.液門　手背にあり、第3中手指節関節の下尺側
1.関衝　手背にあり、第4中手指節関節の上尺側

手少陽三焦経

4.　門　大稜穴→曲沢穴に上5寸
5.間使　大稜穴→曲沢穴に上3寸
6.内関　大稜穴→曲沢穴に上2寸
7.大陵　手関節前面横紋中央
8.労宮　手掌部、指を屈し、中指と薬師の指尖が手掌に当たるところの中間
9.中衝　中指橈側爪甲根部、爪甲の角を去ること1分

手厥陰心包経

1.天池
2.天泉
3.曲沢　中指橈側爪甲根部、爪甲の角を去ること1分

鎖骨下際　27.兪府
第1肋間　26.彧中
第2肋間　25.神蔵
第3肋間　24.霊墟
第4肋間　23.神封
第5肋間　22.歩廊
胸骨下端
↑8　肘窩横紋上、上腕二頭筋腱尺側
↑7
↑6　21.幽門
↑5　20.腹通谷
↑4　19.陰都
↑3　18.石関
↑2　17.商曲
↑1
臍　16.盲兪
↓1　15.中注
↓2　14.四満
↓3　13.気穴
↓4　12.大赫
恥骨結合　11.横骨
合水穴　10.陰谷　膝を少し屈曲し、膝窩横紋の内端で半腱様腱と半膜様筋腱の間

足少陰腎経

9.築賓
8.交信
経金穴　7.復溜　太谿穴下2分でｱｷﾚｽ腱の前
穴　6.水泉　太谿穴下1分で踵骨隆起の前、陥凹部
5.照海
絡穴　4.大鐘　太谿穴下5分で手骨上際、ｱｷﾚｽ腱の前陥凹部
兪土穴　3.太谿　内果の最も尖ったところの高さで内果とｱｷﾚｽ筋の間陥凹部、動脈拍動部
火穴　2.然谷　内果前下方、舟状骨粗面の直下
井木穴　1.湧泉　足底中央の前方陥中で足指を屈すると最陥凹する部