

報道関係者各位

2010年 1月 25日
ボクシーズ株式会社

ツボ道場モバイル版リリースのお知らせ
～健康やダイエットに役立つ無料のツボ情報～

ボクシーズ株式会社（東京都千代田区、代表取締役 鳥居暁、以下弊社）は邱淑恵（キュー・スーエ）が提供する、ツボの情報サイト「ツボ道場モバイル版」（以下、当サービス）の制作を行い、リリースされたことを本日発表します。

当サービスは、簡単に押せて、効果ははっきりとあらわれやすいツボを携帯電話向けに無料で紹介します。いつでもどこでも気軽に携帯電話で確認して、日頃からの健康増進や体質改善に、ツボを役立てることができます。カテゴリとしては、「はじめてのツボ」「つぼダイエット」「痛みに効くツボ」「こころに効く手ツボ」の4つを用意しています。

当サービスは、アップルストア上で販売し、iTunes リワインド 2009 の App 部門の App トップセラーに選出された「つぼ」アプリの一部コンテンツを掲載し、iPhone 以外の携帯電話でも楽しめるようにしているのが特徴です。

今後は、当サービスを軸にして、iPhone 以外の利用者に対して、更に付加価値の高い携帯電話向けのサービスを展開していきます。

◇ツボ道場（パソコン向け）

<http://www.tubodojo.com/>

◇ツボ道場（携帯電話向け）

<http://mtubo.jp/>

■ ツボ道場サービス概要

ツボは押すことで血行が促進され新陳代謝が高まり、体の不調は緩和改善されます。ツボ道場は、簡単に押せて、しかも効果ははっきりとあらわれやすいツボを紹介しています。症状がでているときはもちろん、日頃からの健康増進や体質改善にツボを役立てるための情報を発信しています。

◆ ボクシーズ株式会社

携帯電話およびPC向けのコンテンツの企画・開発・運営を行っております。

iPhone向けのパッケージとして、映像（MediaBox）、電子書籍（ReaderBox）を展開中です。「つぼ」アプリがiTunes リワインド 2009 の App 部門の App トップセラーに選出されております。 <http://boxyz.com/iphone/>

◆ 邱淑恵（キュー・スーエ）

NHKなどで幅広く活動しており、全国各地での講演活動や各種有名健康・女性雑誌にインタビューおよび執筆掲載中。著書多数。農林水産省・21世紀村づくり塾100人委員会委員、日本ごはん党発起人、快適農村空間形成指針検討委員会委員などを歴任。ツボダックス創始者。

このニュースリリースに関するお問い合わせ先

ボクシーズ株式会社 <http://boxyz.com/>

〒102-0073 東京都千代田区九段北 1-3-5

TEL:03-6268-9994 FAX:03-6268-9992 mail: press@boxyz.com

担当：富澤

有限会社アイエスティ

〒143-0016 東京都大田区大森北 1-12-13-1001

担当：田村 [mail:info@tubodojo.com](mailto:info@tubodojo.com)

邱淑恵の
美容健康
ツボ道場

二位、ようこそ、ツボ道場へ！
監修：邱淑恵のアロギール

はじめてのツボ

初
美
効
耳手足

が在ツボのツボ、美容のツボ
◎ツボが在ッ

こころとからだに効くツボ
◎痛みに効くツボ

耳ツボ・手ツボ・足ツボ
◎こころに効く手ツボ

感想、ご意見、ご質問
講演依頼・取材依頼

(C)美容健康 ツボ道場

美容健康
ツボ道場

TOP > 初めてのツボ > 潤いのある肌になる(顔の潤いを保つ)ツボ

◎潤いのある肌になる(顔の潤いを保つ)ツボ

春寒のこの時期、外では冷たい北風にさらされ、部屋の中は乾燥と、肌にはなかなか厳しい季節です。そのうえ、睡眠不足、疲労、ストレスまで加わると顔に弾力や潤いがなくなり、くすんだ肌になってしまいます。ツボ押しで、潤いのある肌を取り戻しましょう。

紹介するツボは、
血流の循環を良くして潤いを保つ人迎(じんげい)、合谷(ごうこく)と女性ホルモンの分泌を促す志室(しじつ)です。

人迎(じんげい)

ツボ探しのコツ
喉仏をささんだ両側にあるツボです。人差し指でたどっていくと、頸動脈の拍動を強く感じるところにあたります。



美容健康
ツボ道場

TOP > つらい肩こり > 食べ過ぎ

◎食べ過ぎに効くツボ

ツボの基本は、何といっても食べ過ぎないこと。美味しいものを目にしたり、行行するについつい食べてしまいがちです、食事を適量に抑えることはとても重要なことです。そんなときにおすすめのツボが鼠点です。食べ物をつまむ前に耳をつまんでみましょう。

また、食べ過ぎてしまって何となく胃が重く、食欲もわかないし、食事をしてもおいしくもないなんてなんだか堪好悪いです。こんなときは、「中かん」と呼ばれるツボを刺激して胃腸の調子を整えましょう。

鼠点(さてん)

ツボ探しのコツ
鼠点は、過食を防ぐ耳のツボです。耳の穴の前、顔側のとがっている部分の下方のくまみにあります。過剰な食欲を抑える効果があります。

ツボ押しの刺激法
両耳の鼠点に人差し指の腹をあてて、



邱淑恵の
美容健康
ツボ道場

二位、ようこそ、ツボ道場へ！
監修：邱淑恵のアロギール

はじめてのツボ

初
美
効
耳手足

が在ツボのツボ、美容のツボ
◎ツボが在ッ

こころとからだに効くツボ
◎痛みに効くツボ

耳ツボ・手ツボ・足ツボ
◎こころに効く手ツボ

感想、ご意見、ご質問
講演依頼・取材依頼

(C)美容健康 ツボ道場

美容健康
ツボ道場

TOP > こころに効く手ツボ > 行行

◎行行でもうれそう!というときには手ツボが効果的

最近、子供から大人までれやすい人が増えています。それだけ現代社会はストレスがたまりやすく、そのストレスによって押しつぶされてしまう人が多いうことなのでしょう。

ストレスがたまることで、行行とどうでもいいことに対して腹を立ててしまい、その腹立たしさが、これまたストレスになってしまう「ストレスの悪循環」に陥ってしまうケースも多いようです。

腹を立てる前に、「本当に腹を立てなければならぬことは、人生に回るかないか」と客観的に考えながら、是非とも手にある行行を握めるツボを刺激してみてください。きっと、今まで感じていた行行が喉のようにわっと消えてなくなるはずです。

手のひらにあるツボ
心穴(しんけつ)、手心(しんしん)、神門(しんもん)

ツボ探しのコツと刺激法



美容健康
ツボ道場

TOP > 痛みに効くツボ > 肩こり

◎つらい肩こりにはツボ刺激が効果的

日本人は、外国人に比べ肩こりが多いといわれています。これは通勤時間が長く、リラックスするのが下手な国民性と大いに関係があるのでないかと思えます。

肩こりの原因はさまざまで、姿勢の悪さや腕の使いすぎなどの単純なものから、ストレス、目の疲れ、低血圧、栄養不足の悪い食事、病後などから起こる肩こりがあります。

しかしほとんどは、姿勢の悪さやストレスによって筋力が低下し、血行が悪くなることから起こるケースが多いのです。

肩や首のこりは、放っておくと頭への血行までもが悪くなり、頭痛や眼精疲労などの原因になったり、顔の肌つやも悪くなります。

肩こりのひどい方は、以下の肩こりに効く氣功術を行えば、つらい肩のこりも早く解消されることでしょう。

また日頃から、正しい姿勢、栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠を心がけるほか、気分転換をはかってストレスをためこまないようにしましょう。

肩が凝り固まってしまう前に、ツボ刺激で早めに解消してくださいね。