

遊んで学べる、ツボのカードゲーム。 おうち時間に手軽にツボ押し!

🏠 おうちで健康

# ひとりツボかるた<sup>®</sup>



2,640円(税込)  
+送料(520円)

※ 2個以上の場合は送料が変わります。

ゲーム感覚で、楽しくツボ押し!  
気になる症状のツボを押そう。

ツボに興味を持って、漢字の名前で難しく思う方も多いでしょう。ツボかるたは、そんなお悩みを解決します。絵札・読み札でわかりやすくツボを解説。カードゲームを通じてツボの効能・位置を学び、ツボ押しを実践できます。こちらの商品は、葉書の半分の手のひらサイズになっています。

監修/鍼灸師・柔道整復師 杉澤 孝弘 先生

葉書サイズの大きな札の『ツボかるた』とおひとり様用の小さな札の『ひとりツボかるた』の2種類の商品があります。



## ● 絵札 ツボの場所がわかる

### 表 ツボの場所



ツボを探すときのポイントとなる場所が、視覚的にわかる!



ツボは難しく、というイメージのハードルを下げるために、絵札の表面で、ツボの位置をビジュアルでわかりやすく表現しています。

### 裏 ツボの名前、効能

## 見ただけでツボがわかる、こだわりの絵札

ツボを押したことがなくても、興味を持って、ツボを探せます!

### 1 色で4分類



### 2 マークで分類

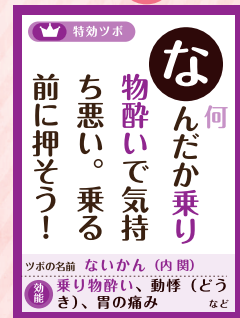


### 3 場所がわかる



## ● 読み札 ツボの押し方がわかる

### 裏 ツボの場所・押し方



### 表 ツボの名前、効能



読んで楽しい、読み札の文章。



読み札の裏面は、ツボの押し方がわかりやすく記載されており、初めてツボを押す人でも安心。

# 遊び方

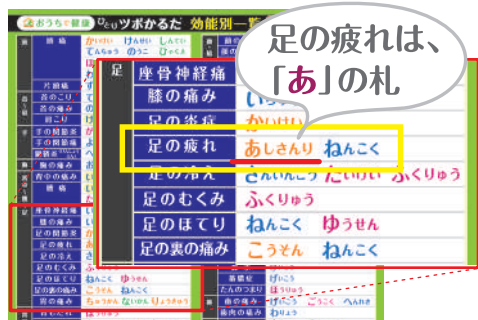
使用用途は広く、ひとりで遊ぶこともでき、かるた遊びとして皆で遊ぶこともできます。

## ひとりで遊べる!

気になるカードを持ち歩き、空いた時間に、いつでもどこでも、ツボ押しができる!

### 効能別一覧から探す

ひとつの症状から見つける



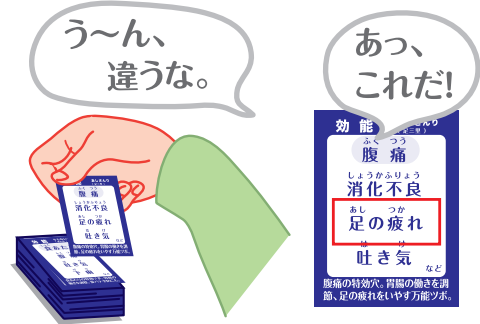
### 部位別一覧から探す

症状と部位から見つける



### 絵札の裏から探す

症状の組み合わせから見つける

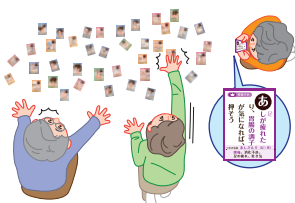


## みんなで遊べる!

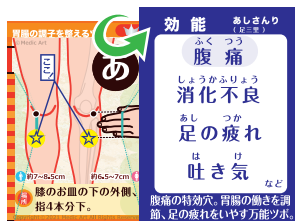
かるた遊びで交流しながら、健康促進!

普通のかるたは、絵札を取ったら終わりですが、ツボかるたは、札を取った後にみんなでツボ押し! コミュニケーションが生まれます。

### 1 絵札を取る



### 2 効能を確認



### 3 ツボ押しをする



## 内容物一覧

『おうちで健康 ひとり ツボかるた』はその名の通り、体の不調を感じ始めた個人向けに開発されたもので、ひとりで遊びやすい仕様になりました。



- (1) 絵札・読み札 (40種類のツボ)  
(各40枚:70×95mm/両面印刷)
- (2) ツボかるたの絵札・読み札の秘密  
(計10枚:70×95mm/両面印刷)  
読み札や絵札のマークの意味などを説明。
- (3) ツボかるたの遊び方 (B5/両面印刷)  
「ひとりで遊ぶ方法」と「みんなで遊ぶ方法」を説明。
- (4) ツボ入門編 (B5/両面印刷)  
ツボの探し方・押し方など、ツボ押しに必要な情報が簡単にまとめてあります。
- (5) ツボ押しをする前に (計10枚:70×95mm/両面印刷)  
遊ぶ前の確認用として、「ツボ入門編」の内容をカードでまとめてあります。
- (6) ツボの部位別一覧 (A4/ 40種類のツボ)  
お目当てのツボを部位と効能から探すことができます。
- (7) ツボの効能別一覧 (A4/ 75効能)  
気になるひとつの症状から、お目当てのツボを探せます。



株式会社Medic Art (メディックアート)

〒105-0013 東京都港区浜松町2丁目2番15号 浜松町ダイヤビル2F  
電話 080-5099-5900 メール info@medicart8.jp



ツボかるたをもっと知りたい方は、ツボかるたのブランディングサイトへ!

🏠 おうちで健康  
<https://ouchidekenkou.com/>

ツボかるたを使った「ツボ検索」ができるほか、ツボかるたの販売も行なっています。  
『おうちで健康 ひとり ツボかるた』の販売は、こちら ▶

