

所属経脈	経穴	取穴	要穴
督脈		会陰部, 尾骨の下方, 【 】と【 】の中央.	絡穴
任脈		下腹部, 前正中線上, 臍中央の下方【 】寸.	募穴膀胱
任脈		下腹部, 前正中線上, 臍中央の下方【 】寸.	募穴小腸
任脈		下腹部, 前正中線上, 臍中央の下方【 】寸.	募穴三焦
任脈		上腹部, 前正中線上, 臍中央の上方【 】寸.	募穴胃・八会穴の膻会
任脈		上腹部, 前正中線上, 臍中央の上方【 】寸.	募穴心
任脈		上腹部, 前正中線上, 胸骨体下端の下方【 】寸.	絡穴
任脈		前胸部, 前正中線上, 第【 】肋間と同じ高さ.	募穴心包・八会穴の気穴
手の太陰肺経		前胸部, 第【 】肋間と同じ高さ, 鎖骨下窩の外側, 前正中線上の外方【 】寸.	募穴肺
手の太陰肺経		肘前部, 肘窩横紋上, 上腕二頭筋腱【 】の陥凹部.	合水穴
手の太陰肺経		前腕前外側, 尺沢と太淵を結ぶ線上, 手関節掌側横紋の上方【 】寸.	郄穴
手の太陰肺経		前腕橈側, 【 】腱と短母指伸筋腱の間, 手関節掌側横紋の上方1寸5分.	絡穴・四総穴・八脈交会穴
手の太陰肺経		前腕前外側, 橈骨下端の橈側で外側に最も突出した部位と【 】動脈の間, 手関節掌側横紋の上方1寸.	経金穴
手の太陰肺経		手関節前外側, 橈骨茎状突起と舟状骨の間, 長母指外転筋腱の尺側陥凹部.	原穴・兪土穴・八会穴の脈会
手の太陰肺経		手掌, 第【 】中手骨中点の橈側, 赤白肉際.	榮火穴
手の太陰肺経		母指, 末節骨【 】側, 爪甲角の近位外方1分.	井木穴
手の陽明大腸経		示指, 末節骨【 】側, 爪甲角の近位外方1分.	井金穴
手の陽明大腸経		示指, 第2中手指関節橈骨の【 】陥凹部, 赤白肉際.	榮火穴
手の陽明大腸経		手背, 第2中手指関節橈骨の【 】陥凹部.	兪木穴
手の陽明大腸経		手背, 第【 】中手骨中点の橈側.	原穴・四総穴
手の陽明大腸経		手関節後外側, 手関節背側横紋橈側, 【 】の遠位, タバコ窩(橈骨小窩)の陥凹部.	経火穴
手の陽明大腸経		前腕後外側, 陽溪と曲池を結ぶ線上, 手関節背側横紋の上方【 】寸.	絡穴
手の陽明大腸経		前腕後外側, 陽溪と曲池を結ぶ線上, 手関節背側横紋の上方【 】寸.	郄穴
手の陽明大腸経		肘外側, 尺沢と【 】を結ぶ線上の中点.	合土穴

所属経脈	経穴	取穴	要穴
足の陽明胃経		上腹部，臍中央，前正中線の外方【 】寸.	募穴大腸
足の陽明胃経		大腿前外側，【 】と大腿直筋腱外縁の間，膝蓋骨底の上方【 】寸.	郄穴
足の陽明胃経		下腿前面，犢鼻と解溪を結ぶ線上，犢鼻の下方【 】寸.	合土穴・四総穴・下合穴胃
足の陽明胃経		下腿前面，犢鼻と解溪を結ぶ線上，犢鼻の下方【 】寸.	下合穴大腸
足の陽明胃経		下腿前面，犢鼻と解溪を結ぶ線上，犢鼻の下方【 】寸.	下合穴小腸
足の陽明胃経		下腿前外面，前脛骨筋の外縁，外果尖の上方【 】寸.	絡穴
足の陽明胃経		足関節前面，足関節前面中央の陥凹分，【 】腱と【 】腱の間.	経火穴
足の陽明胃経		足背，第【 】中足骨底部と【 】の間， 足背動脈拍動部 .	原穴
足の陽明胃経		足背，第2・第3中足骨間，第2中足指節関節の【 】陥凹部.	兪木穴
足の陽明胃経		足背，第【 】・第【 】指間，みずかきの後縁，赤白肉際.	滎水穴
足の陽明胃経		足の第2指，末節骨【 】側，爪甲角の近位外方1分.	井金穴
足の太陰脾経		足の第1指，末節骨【 】側，爪甲角の近位内方1分.	井木穴
足の太陰脾経		足の第1指，第1中足指節関節内側の【 】陥凹分，赤白肉際.	滎火穴
足の太陰脾経		足内側，第1中足指節関節内側の【 】陥凹分，赤白肉際.	原穴・兪土穴
足の太陰脾経		足内側，第1中足骨底内側の【 】陥凹部，赤白肉際.	絡穴・八脈交会穴
足の太陰脾経		足内側，内果の前下方，【 】と内果尖の中央陥凹部.	経金穴
足の太陰脾経		下腿内側(脛側)，脛骨内縁の後際，陰陵泉の下方【 】寸.	郄穴
足の太陰脾経		下腿内側(脛側)，【 】下縁と脛骨内縁が接する陥凹部.	合水穴
足の太陰脾経		側胸部，第【 】肋間，中腋窩線上.	脾の大絡

所属経脈	経穴	取穴	要穴
手の少陰心経		肘前内側，上腕骨内側上顆の前縁，【 】と同じ高さ。	合水穴
手の少陰心経		前腕前内側，尺側手根屈筋腱の橈側縁，手関節掌側横紋の上方【 】寸【 】分。	経金穴
手の少陰心経		前腕前内側，尺側手根屈筋腱の橈側縁，手関節掌側横紋の上方【 】寸。	絡穴
手の少陰心経		前腕前内側，尺側手根屈筋腱の橈側縁，手関節掌側横紋の上方【 】分。	郄穴
手の少陰心経		手関節前内側，尺側手根屈筋腱の【 】側縁，手関節掌側横紋上。	原穴・兪土穴
手の少陰心経		手掌，第5中手指関節の【 】端と同じ高さ，第【 】・第【 】中手骨の間。	榮火穴
手の少陰心経		小指，末節骨【 】側，爪甲角の近位外方1分。	井木穴
手の太陽小腸経		小指，末節骨【 】側，爪甲角の近位内方1分。	井金穴
手の太陽小腸経		小指，第5中手指節関節尺側の【 】陥凹部，赤白肉際。	榮水穴
手の太陽小腸経		手背，第5中手指節関節尺側の【 】陥凹部，赤白肉際。	兪木穴・八脈交会穴
手の太陽小腸経		手関節後内側，第5中手骨底部と【 】の間の陥凹部，赤白肉際。	原穴
手の太陽小腸経		手関節後内側，【 】と【 】の間の陥凹部。	経火穴
手の太陽小腸経		前腕後内側，【 】橈側の陥凹部，手関節背側横紋上方【 】寸。	郄穴
手の太陽小腸経		前腕後内側，尺骨内縁と【 】筋の間，手関節背側横紋上方【 】寸。	絡穴
手の太陽小腸経		肘後内側，【 】と上腕骨内側上顆の間の陥凹部。	合土穴

所属経脈	経穴	取穴	要穴
足の太陽膀胱経		上背部, 第【 】胸椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	八会穴の骨会
足の太陽膀胱経		上背部, 第【 】胸椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴肺
足の太陽膀胱経		上背部, 第【 】胸椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴心包
足の太陽膀胱経		上背部, 第【 】胸椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴心
足の太陽膀胱経		上背部, 第【 】胸椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	八会穴の血会
足の太陽膀胱経		上背部, 第【 】胸椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴肝
足の太陽膀胱経		上背部, 第【 】胸椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴胆
足の太陽膀胱経		上背部, 第【 】胸椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴脾
足の太陽膀胱経		上背部, 第【 】胸椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴胃
足の太陽膀胱経		腰部, 第【 】腰椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴三焦
足の太陽膀胱経		腰部, 第【 】腰椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴腎
足の太陽膀胱経		腰部, 第【 】腰椎棘突起下縁と同じ高さ, 後正中線の外方1寸5分.	背部俞穴大腸
足の太陽膀胱経		仙骨部, 第【 】後仙骨孔と同じ高さ, 正中仙骨稜の外方1寸5分.	背部俞穴小腸
足の太陽膀胱経		仙骨部, 第【 】後仙骨孔と同じ高さ, 正中仙骨稜の外方1寸5分.	背部俞穴膀胱
足の太陽膀胱経		膝後外側, 【 】 腱の内縁, 膝窩横紋上.	下合穴三焦
足の太陽膀胱経		膝後面, 膝窩横紋の中点.	合土穴・四総穴・下合穴膀胱
足の太陽膀胱経		下腿後外側, 腓腹筋外側頭下縁とアキレス腱の間, 崑崙の上方【 】寸.	絡穴
足の太陽膀胱経		下腿後外側, 腓骨とアキレス腱の間, 崑崙の上方【 】寸.	陽蹻経の郄穴
足の太陽膀胱経		足関節後外側, 外果尖と【 】の間の陥凹分.	経火穴
足の太陽膀胱経		足外側, 外果尖の直下, 外果下縁と【 】の間の陥凹部.	八脈交会穴
足の太陽膀胱経		足背, 外果前縁の遠位, 第5中足骨粗面の後方, 立方骨下方の陥凹分.	郄穴
足の太陽膀胱経		足外側, 第5中足骨粗面の【 】 , 赤白肉際.	原穴
足の太陽膀胱経		足外側, 第5中足骨指節関節外側の【 】 陥凹分, 赤白肉際.	愈木穴
足の太陽膀胱経		足の第5指, 第5中足骨指節関節外側の【 】 陥凹分, 赤白肉際.	滎水穴
足の太陽膀胱経		足の第5指, 末節骨【 】 側, 爪甲角の近位外方1分.	井金穴

所属経脈	経穴	取穴	要穴
足の少陰腎経		足底，足指屈曲時，【 】の最陥凹部.	井木穴
足の少陰腎経		足内側，【 】粗面の下方，赤白肉際.	榮火穴
足の少陰腎経		足関節後内側，内果尖と【 】の間の陥凹部.	原穴・兪土穴
足の少陰腎経		足内側，内果【 】，踵骨【 】，アキレス腱附着部内側前方の陥凹部.	絡穴
足の少陰腎経		足内側，【 】の下方1寸，踵骨隆起前方の陥凹部.	郄穴
足の少陰腎経		足内側，【 】の下方1寸，内果下方の陥凹部.	八脈交会穴
足の少陰腎経		下腿後内側，【 】の前縁，内果尖の上方【 】寸.	経金穴
足の少陰腎経		下腿内側，脛骨内縁の【 】の陥凹部，内果尖の上方【 】寸.	陰蹻脈の郄穴
足の少陰腎経		下腿後内側，【 】とアキレス腱の間，内果尖の上方5寸.	陰維脈の郄穴
足の少陰腎経		膝後内側，【 】腱の外縁，膝窩横紋上.	合水穴
手の厥陰心包経		肘前面，肘窩横紋上，上腕二頭筋腱【 】の陥凹部.	合水穴
手の厥陰心包経		前腕前面，長掌筋腱と橈側手根屈筋腱の間，手関節掌側横紋の上方【 】寸.	郄穴
手の厥陰心包経		前腕前面，長掌筋腱と橈側手根屈筋腱の間，手関節掌側横紋の上方【 】寸.	経金穴
手の厥陰心包経		前腕前面，長掌筋腱と橈側手根屈筋腱の間，手関節掌側横紋の上方【 】寸.	絡穴・八脈交会穴
手の厥陰心包経		手関節前面，【 】腱と【 】腱の間，手関節掌側横紋上.	原穴・兪土穴
手の厥陰心包経		手掌，第【 】・第【 】中手骨間，中手指関節の近位陥凹部.	榮火穴
手の厥陰心包経		中指，中指先端【 】.	井木穴
手の少陽三焦経		薬指，末節骨【 】側，爪甲角から近位内方1分.	井金穴
手の少陽三焦経		手背，薬指と小指の間，みずかきの【 】陥凹部，赤白肉際.	榮水穴
手の少陽三焦経		手背，第【 】・第【 】中手骨間，第4中手指関節の近位陥凹部.	兪木穴
手の少陽三焦経		手関節後面，【 】腱の尺側陥凹部，手関節背側横紋上.	原穴
手の少陽三焦経		前腕後面，【 】と【 】の骨間の中点，手関節背側横紋の上方【 】寸.	絡穴・八脈交会穴
手の少陽三焦経		前腕後面，【 】と【 】の骨間の中点，手関節背側横紋の上方【 】寸.	経火穴
手の少陽三焦経		前腕後面，尺骨の【 】側縁，手関節背側横紋の上方【 】寸.	郄穴
手の少陽三焦経		肘後面，肘頭の上方【 】寸，陥凹部.	合土穴

所属経脈	経穴	取穴	要穴
足の少陽胆経		前胸部，第【 】肋間，前正中線の外方【 】寸。	募穴胆
足の少陽胆経		側腹部，第【 】肋骨端下縁。	募穴腎
足の少陽胆経		下腿外側，【 】前下方の陥凹部。	合土穴・八会穴の筋会・下合穴胆
足の少陽胆経		下腿外側，腓骨の【 】，外顆尖の上方【 】寸。	陽維脈の郄穴
足の少陽胆経		下腿外側，腓骨の【 】，外顆尖の上方【 】寸。	郄穴
足の少陽胆経		下腿外側，腓骨の【 】，外顆尖の上方【 】寸。	絡穴
足の少陽胆経		下腿外側，腓骨の【 】，外顆尖の上方【 】寸。	経火穴
足の少陽胆経		下腿外側，腓骨の【 】，外顆尖の上方【 】寸。	八会穴の髓会
足の少陽胆経		足関節前外側，【 】腱外側の陥凹部，外果尖の前下方。	原穴
足の少陽胆経		足背，第【 】・第【 】中足骨底接合部の遠位，第5指の長指伸筋腱外側の陥凹部。	兪木穴・八脈交会穴
足の少陽胆経		足背，第【 】・第【 】指間，みずかきの近位，赤白肉際。	滎水穴
足の少陽胆経		足の第4指，末節骨【 】側，爪甲角の近位外方1分。	井金穴
足の厥陰肝経		足の第【 】指，末節骨【 】側，爪甲角の近位外方1分。	井木穴
足の厥陰肝経		足背，第【 】・第【 】指間，みずかきの近位，赤白肉際。	滎火穴
足の厥陰肝経		足背，第1・第2中足骨間，中足骨底接合部遠位の陥凹部，【 】動脈拍動部	原穴・兪土穴
足の厥陰肝経		足関節前内側，【 】腱内側の陥凹部，内果尖の前方。	経金穴
足の厥陰肝経		下腿前内側，脛骨内側面の中央，内果尖の上方【 】寸。	絡穴
足の厥陰肝経		下腿前内側，脛骨内側面の中央，内果尖の上方【 】寸。	郄穴
足の厥陰肝経		膝内側，【 】・【 】腱内側の陥凹部，膝窩横紋の内側端。	合水穴
足の厥陰肝経		側腹部，第【 】肋間端下縁。	募穴脾・八会穴の臓会
足の厥陰肝経		前胸部，第【 】肋間，前正中線の外方【 】寸。	募穴肝