

“せんねん灸もぐさ”は、厳選されたよもぎの葉から
日本式もぐさ製法によってつくられた極上品です。

お灸の歴史は古く、今から約2000年以上もさかのぼる
紀元前、古代中国の史料に「お灸」についての記録が
残されています。日本には仏教とともにお灸が渡り
伝えられ、以来、健康を保つため、病気を予防したり、
治療したりするために、お灸をすえる習慣が広まりました。



**本品は、もぐさを皮膚に直接おいてお灸をすえる
直接灸用**です。

ちゅうい
注意

- ・お灸は火傷（やけど）をとまいます。
- ・初めてもぐさでお灸をすえる方は、医師、きゅう師の指示、指導を受けてください。
- ・火傷（やけど）が治りにくい体質、病気の方は使用しないでください。
- ・お灸をすえて、体がだるくなる、気分がわるくなるなどの症状を感じることがあります。※このような症状を「灸あたり」と言います。

お灸のすえ方

1. お灸をすえるツボに印をつけます。
2. 適当なもぐさをツボにのせます。
3. もぐさの天辺に線香などで火をつけます。



4. もぐさが燃えつきる前に取り除く方法、指で押し付けて消火する方法、もぐさが燃えつきるまですえる方法があります。
5. 続けてお灸をすえる場合は、もぐさの灰を皮膚に軽く押し付け、その上に次のもぐさをのせます。
6. 1回にすえる回数は熱の感じ方や、皮膚の状態に合わせて調節します。
7. お灸を終える時は、灰を拭き取ります。

お灸をすえる時の注意

1. 食事、入浴の前後は避けてください。
2. 発熱している時は、すえないでください。
3. 炎症など熱のある部位、箇所にはすえないでください。
4. 「灸あたり」になったらお灸を中止してください。
5. 火傷（やけど）をしたら、すぐに流水で冷やして皮膚を保護してください。
6. 火傷（やけど）が深そうの場合や、化膿して治らない時にはお灸を中止して、医師の診断を受けるようにしてください。

もぐさを保管する時の注意

1. もぐさは濡らさないでください。
2. 湿度の高い場所で保管しないでください。
3. 子供の手の届くところに保管しないでください。
4. もぐさが湿気を帯びた場合は、もぐさを風通しの良いところで干して乾燥させてください。

内容量：7g



製 造 せんねん灸株式会社
販売元 セネファ株式会社

☎ 0120-78-1009
受付時間 午前9:00～午後5:00（土・日・祝日は休み）
<https://sennennq.co.jp>

〒526-0244 滋賀県長浜市内保町77番地 TEL.0749-74-0556 FAX.0749-74-0336