

東洋医学的五行診断

あなたの東洋医学五行タイプをチェック！
当てはまるものにすべてチェックをしてください

診断日	
名前	

- A 肌が青みを帯びている ストレスで体調を崩すことが有る
 脂性で化粧が乗りにくい 貧血、眩暈を起こす
 活動的 PMS,生理痛で悩んでいる
 イライラしやすい 側頭部、頭頂部の頭痛がある
 便秘しやすい 目の症状（疲れ、かすみ、乾燥）がある
 酸味のある物 酢の物、レモン等が好き 爪が割れやすい
- B 肌が赤みを帯びている 手足が冷えて冬にしもやけが出来る
 肌が敏感で荒れやすい 少しの運動で汗をかく
 感情表現が豊か 興奮しやすい
 不安感が有り、心配性かな？ 暑がり
 不眠がち のぼせやすい、動悸息切れがある
 苦みのある物 コーヒー、ゴーヤ等が好き 夢をよく見る
- C 肌が黄色みを帯びている 胃痛、胃もたれ
 肌にハリがない たるみが気になる 便秘、下痢になりやすくな
 人付き合いが良い方、世話好き 雨の日に体調が悪くなる
 悩みやすい 口角が荒れることがある
 甘い物 糖質類 お米、甘味等が好き 月経がだらだら続く事がある
 食欲不振と旺盛が交互にある 浮腫みやすい
- D 色白 咳や痰がある
 肌トラブル 乾燥しがち、敏感肌、他 アレルギーがある 花粉症等
 融通が利かない 暑さ寒さに敏感
 のどの乾燥や鼻づまりがある しわが気になる
 自信がなく、悲観的 風邪をひきやすい
 辛い物が好き キムチ、カレーなど 疲れやすい
- E 肌が黒ずんでいる 抜け毛などが気になる
 吹き出物ができやすい 耳が遠い、耳鳴りがする
 ちょっとしたことビクビクする 足腰がだるい
 気が小さい 尿トラブルで困っている
 塩辛い物が好き むくみやすい
 冷えやすい 呼吸が浅い

お疲れさまでした。A,B,C,D,Eそれぞれ回答は幾つ有りますか？空欄にご記入ください

A	
B	
C	
D	
E	

一番多いのは
次に多いのは
一番多かったものがあなたのメインタイプです。
ケアの参考にしてみてください。

続けて以下の項目で気になるものにチェックしてください

- 疲れやすい
- 気力が出ない
- じっとしていても汗が出る

- 寒がり
- 手足が冷える
- 温かい物を好む

- 手、または足のほてり
- 冷たい物が好き
- 良く寝汗をかく

- 爪の色が白っぽい、変形
- 髪に艶が無い
- 肌に艶が無く荒れている

- げっぷやおならをすると症状が楽になる
- 張ったような痛み（お腹や胸脇）
- 症状が同じ場所に留まらず色々な部位に移動する

- 同じ場所に刺すような痛みがある
- 唇や舌が青紫色をしている
- 目の周りが黒い

- 不正性器出血
- 月経量が少ない
- 黒紫色の出血に血の塊が混じる

沢山のチェック項目ご回答ありがとうございました

癒しの里・長柄鍼灸マッサージ 石川弘樹