

(右片麻痺) 肩関節周囲のセルフストレッチ

肩関節に亜脱臼がある場合は動作に注意してください。



手を組み天井に向かって伸ばす。



右麻痺側の腕をゆっくりと左側に動かす。



1のポジションに戻す。



右麻痺側の腕をゆっくりと右側に動かす。