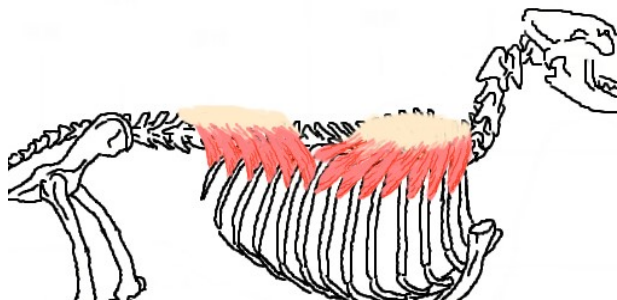


肋骨をゆるめる

主にケアしたい筋肉

- 背鋸筋



右図のように、
背側から両手でそっと肋骨を包みます。

手の力を抜いてしばらく肋骨の動きを
感じてみて下さい。

呼吸に合わせて肋骨が動いているのを
感じられたら

吐く息にあわせてちょっとだけ、肋骨を
両側から押してあげて下さい。

ワンちゃんの呼吸が深くなってくるのを感じながら
10分ほど行って下さい。

