

nagomiExpress

家族の介助なしで、

一人で浴槽に出入りができるようになりました!

IADL実現!



〈I様ご紹介〉

85歳
要介護2 / 大腿骨骨折

埼玉県さいたま市

nagomi浦和店を

現在・週1回ご利用

(平成27年9月より)

左写真：nagomiで運動している様子

右写真：奥様と通所している様子

日常生活での目標 >>

小さな段差につまずかないよう、歩けるようになりたい!

I様の
在宅での
お悩み

今から3年前に電車から降りる際にバランスを崩し転倒。その後、右股関節に痛みがあったので病院に行きましたが「異常なし」と診断されました。ですが、日がたつにつれ痛みが強くなり、別の病院で検査をしたところ大腿骨骨折が判明。骨折が判明するまでの期間と、入院期間はほとんど寝たきりだったことから、下半身の筋力が低下し、人の手を貸りなければ歩くことができませんでした。

その後、リハビリをしたい気持ちはありましたが機械の運動は厳しいと思い、ケアマネジャーに相談しました。するとケアマネジャーから機械を使わないnagomiを紹介されました。見学の際にnagomiの運動を見て、これなら私の身体に合っている、このペースならついていけると思い通所を開始!

初めはスタッフの手を貸してもらわないと移動ができなかったのですが、nagomiの運動を継続して行くうちに下肢筋力が向上し一人で歩けるようになりました!また、太ももが上がるようになったことから、つまづきが軽減したのはもちろんのこと、浴槽に足が引っかかりからずに入浴できるようになりました!!

ここまでnagomiを続けてこれたのは効果を実感できている事はもちろん、同じクラスの皆さんとお話しをするうちに自分も頑張らなくちゃいけない!とモチベーションが上がったことがとても大きかったですね。

目標に向けてのモチベーションが上がったこと、自分自身の身体を理解できたことから、自宅でもバランスステップの太もも上げの動作を積極的に行うようになりました!今は身体が調子良いです!

これからもnagomiに通所しながら自宅での運動も継続し、さらに歩行を安定させたいです。そして、昔行っていた趣味のグランドゴルフをする事が今の私の目標です!

そんなI様が
目標達成に至った
運動を、

裏面で
紹介!

nagomi

お問い合わせはお近くの
リハビリデイサービス
nagomi各施設へ

nagomiの施設情報、ワンポイントレッスンは、

<http://www.my-nagomi.com>