

nagomiExpress

ひとりでタクシーを使い 郵便局まで外出ができるようになりました!

IADL実現!



〈S様ご紹介〉

69歳
要介護5 / 心筋梗塞

兵庫県神戸市

nagomi本多間店を

現在・週2回ご利用

(平成29年4月より)

左写真：nagomiに参加している様子
右写真：外出している様子

日常生活での目標 >>

ふらつきを軽減させ、ひとりで歩けるようになる!

S様の
在宅での
お悩み

私は今から約1年前に心筋梗塞で倒れ入院をしました。倒れてから約1か月半意識のない状態が続きました。意識が戻り退院するまでに下肢筋力が大きく低下し、退院後は車イスを使用しないと移動ができない状態でした。自宅内で必要最低限の移動以外はベッド上で過ごしていたことから、自分でできることが日に日に減っていき、落ち込むことが続いたことを現在も鮮明に覚えています…。

そんな中、ケアマネジャーより「Sさんの身体の状態でも運動できる場所がある!」と、紹介されたのがnagomiでした。見学時に、私でもこの運動なら参加できると思ったことと、一番初めに見学をしたのがnagomiだったのでこれも縁だと思い、通所を決意しました!

通所当初は、スタッフの手を借りて立ち座りや歩行を行っていました。ですが、nagomiの運動を続けていくうちに下肢筋力が安定し、2本杖を使いひとりで歩けるようになりました。歩行に自信がついたことから活動量が増えました。nagomi内では特に、座ってリズムウォークIIのもも上げの動作を積極的に行いました。それにより、ふらつきが軽減できてひとりで歩けるようになり、さらにはタクシーを使用して郵便局へ行くことができるようになりました! 入院当時を思い出し、できなかったことができるようになるということがこんなに嬉しいとは思いませんでした!

これからも、外出機会を増やせるようnagomiでの運動を継続していきます! 今後の目標は、買い物の際にペットボトルなど重い物を持ち、移動することです!

そんなS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>