

# nagomi Express



主人に頼らず、入浴を一人で出来るようになりました!

〇様 71歳(女性)

要介護2 / 椎間板ヘルニア、肺気腫  
週1回利用 平成31年3月より兵庫県 nagomi 尼崎店を利用

喜びの声!

ご主人の事も心配していましたが、自宅での役割(食事、掃除、洗濯)が増えてご夫婦ともイキイキ過ごされるようになり大変うれしく思います!

ケアマネジャー

## ご利用前の生活状況と課題

- 肺気腫の影響で少し移動するだけでも息切れが激しく肩で息をしており、すり足歩行で壁伝いに歩くのもやっとの状態だった
- 自宅内外に段差が多く、夫は転倒リスクを考え「何もなくていいよ!」と役割なく過ごしていた

## ご紹介理由

- 息切れが激しく、運動強度の高い内容は難しいと思っていた
- nagomi のヨガで呼吸を意識しながらゆったり身体を動かして、徐々に筋力を向上させていく流れが〇様に合っていると思った

## ケアプラン目標

## nagomi生活目標

### 健康状態の管理をして、心身の改善を図る

### 夫の負担軽減の為、自宅内での役割を増やす

## チームケア!



### 施設長:

課題分析の為にご自宅訪問はケアマネジャー様と行い、課題に沿った声掛けを意識的に行っていました!

### 生活相談員:

ご自宅での状況を都度確認し、ご本人様、ケアマネジャー様、ご家族様と目標達成への進捗を確認しながら進めました!



### インストラクター:

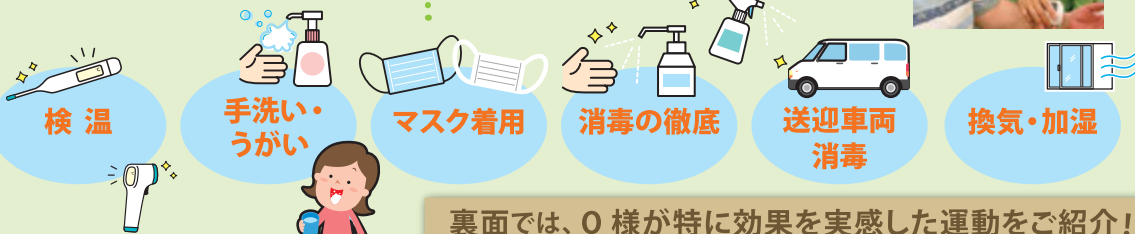
身体の悩みをヒアリングして、ご自宅でも行える簡単な運動をお伝えできるように心掛けています!

### 看護師:

機能訓練ではご本人のペースに合わせて「しっかり足をあげて」と声掛けをしながら行っていました!



nagomiによる  
感染予防対策



裏面では、〇様が特に効果を実感した運動をご紹介します!!

# 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>