

nagomi Express



自宅外階段を一人で 上り下りする事が 出来るようになりました!

H様 94歳(女性)

要介護1 / 週2回利用
平成30年8月より千葉県 nagomi 浦安店を利用

喜びの声!

ケアマネジャーの声

- nagomiの印象はサロンや高齢者の習い事といった雰囲気、更にどなたにでも合うプログラム構成で紹介しやすいと思っています。
- H様は、92歳の時、横浜から娘様の元へ引っ越され、同居された後も身の回りの事をご自身で継続したいとご希望があり、ご紹介しました。

疾患/状態

脊柱管狭窄症 / 腰から背中にかけて鈍い痛みがあり、姿勢を起す際に特に一番痛みを感じる

慢性的な膝痛 / 痺れ・痛みがあり、歩行時に足が重くだるい感じがある

生活状況と課題

- 外出するための自宅の外階段を上り下りするときは特に辛く、娘様にサポートしてもらっていた
- 娘様に頼りつばなしの生活の為、身の回りの事は自分で行えたらと思っている

生活目標

娘様に頼らず、自宅に設置された階段を一人で降りられるようにする

日常生活状況・課題

階段の上り下りを行う為に、
運動1・運動2を実施

H様取り組まれた運動をご紹介します!! (ホームページで見本動画を公開しています!!)

運動1

セルフケア

大腿部を鍛える運動

見本動画 URL



<https://youtu.be/Cow533RFGEk>

運動2

個別機能訓練II

段差を乗り越える訓練

見本動画 URL



<https://youtu.be/vw5Awgp9xqg>

※撮影の為、一時的にマスクを外しております。

nagomiによる感染予防対策継続中!



感染予防対策の動画はこちら



裏面では、H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>