

# nagomiExpress

## 妻とバスに乗って、「はままつフラワーパーク」 に行けるようになりました!!

社会参加実現!



### 〈T様ご紹介〉

83歳 / 要介護2

脳梗塞(左半身麻痺)

静岡県浜松市

nagomi文丘店を

週3回ご利用

(平成26年1月より)

左写真：麻痺側を動かしている様子  
右写真：玄関のスロープを安全に  
歩行している様子

日常生活での目標 >>

### 小刻み歩行を改善し、玄関からのスロープを安全に移動できる!

T様の  
在宅での  
お悩み

脳梗塞により3ヵ月入院。懸命なリハビリの結果、何とか杖歩行までは回復しましたが、左半身に軽度の麻痺は残り、歩行も小刻みで、歩くことが億劫になってしまいました。もともと社会的交流は少なく、以前よりもベッドの上で過ごす時間、イスに座ってテレビばかりを見ている時間が多くなり、昼夜逆転の日々が続きました…。必然的に他者との交流も減る一方の日々となっていきました。

「規則正しい生活と家で出来る事を増やす」という事を目的にnagomiを妻と一緒に体験。この状況を何とか変えてあげたい!という妻の強い思いもありましたが、無理のない運動であることと、非常にリラックスした環境で運動の効果も感じたので通所を開始。

週2回nagomiに通所し、運動していましたが、次第に小刻み歩行からしっかりと1歩を踏み出せる歩行に変化したり、段差の乗り越えも楽に出来るようになるなど、効果を実感!また、日中に程よい疲労感が出るので、夜もしっかり眠れるようになり、規則正しい生活を取り戻せました!

今では週2回⇒週3回に増やし、もともと少なかった社会交流も、nagomiのお陰で仲間との会話を楽しめるようになりました!

そんなT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>