

nagomiExpress

1人で宇部市営バスに乗り、デパートまで
大好きな唐揚げを買いに行けるようになりました!!

IADL実現!



〈K様ご紹介〉

84歳 / 要支援1
(通所開始時：要介護3)

腰椎破裂骨折 / 骨粗鬆症

山口県宇部市
nagomi 宇部店を
週1回ご利用
(平成25年7月より)

左写真：送迎車のステップも自信を持って
乗り越えている様子

右写真：歩行訓練を行っている様子

日常生活での目標 >> 室内を杖なしで、歩けるようになりたい!

K様の
在宅での
お悩み

入院中に体重が30Kg以下に激減したため、体力がなく、退院後にコルセットを外しても良いと医師から言われて外しましたが、腰の痛みが強く、立位を維持することや室内を歩くことが難しく、一人で生活することがとても不自由でした。独居という事もあり、調理や部屋の掃除、買物などは従姉妹とヘルパーさん頼みに…。

退院して2カ月後、担当のケアマネジャーさんに「Kさんに合っているリハビリ施設がある!」と紹介を受け、nagomiの体験に行きました。「痛みが出ない範囲で!」「無理のない範囲で!」とインストラクターから指導を受けながら運動を続けていくと、「これなら私でも続けられるのでは?」と思えるようになり、通所を開始。

運動をしばらく続けていくと、ふとした時に腰の痛みがなくなっている事に気づきました!!腰の痛みがなくなったこと、同時に下半身の筋肉も向上し、室内歩行では杖が必要なくなり、杖なしで10分かけて銀行に行く事も出来るようになりました!

なんといっても、一人で30分バスに乗ってデパートに行き、自分の欲しい物・好きな物を選んで買えるようになった事が本当にうれしいです!!薬やサプリメントも飲みますが、骨密度も向上しており、nagomiで運動するようになり、本当に良かったなと思います。

これからも、インストラクターが言ってくれた「痛みが出ない範囲で」「無理のない範囲で」nagomiの運動を続け、いつまでも自分の家で過ごせるように頑張ろうと思います!

そんなK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>