

nagomiExpress

京急ストアまで歩行器を使って
買い物に行けるようになりました!!

IADL実現!



〈N様ご紹介〉

68歳

要介護2(通所開始時:要介護3)

小脳梗塞(左麻痺)

東京都大田区

nagomi大森店を

週1回ご利用

(平成27年3月より)

左写真: nagomiで運動している様子

右写真: 歩行器を使用して外出する様子

日常生活での目標 >> ふらつきを軽減し、歩行を安定させる!

N様の
在宅での
お悩み

一年半前、小脳梗塞で2ヶ月間入院しました。退院後は下肢筋力の低下から自宅内での活動量が減り全く身体を動かさなくなりました。特に歩行時はふらつきがあり、自宅内での移動は、つたえ歩きをする状態でした。家族に心配をかけていたことや、私の中でも転倒に対する不安が増し活動の範囲が少なくなりました…

そんな中、主治医の先生と妻から「もっと運動をしたほうがいい!」と言われ、ケアマネジャーからnagomiを紹介され見学にいきました。最初は、通所する気はなかったのですが、妻に「まず1カ月だけでも続けて決めたら?」と言われ、週2回から通うことを決意!

nagomiでリハビリを始め運動を続けていく中で、同じクラスで気を許せる友人が出来ました。それからは、「今日も〇〇さんと頑張らなきゃ!!」と外出する意欲が湧き、気づけば一回も休むことなくnagomiに通い続けていました!!運動効果も実感出来るようになり、自宅でも足腰を強化する運動をおこないました。

このようにリハビリを続けた結果、周りからも歩行が安定してきたと褒められるようになりました!自身でも歩行に対して自信がついたため、歩行時の不安が軽減できました!

今では、歩行器を使い京急ストアまで買い物にも行けるようになりました!次は、「杖を使用し、タクシーに乗り一人で外出したい」という目標に向かいひとりのできる事を増やしたいと思います!

そんなN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>