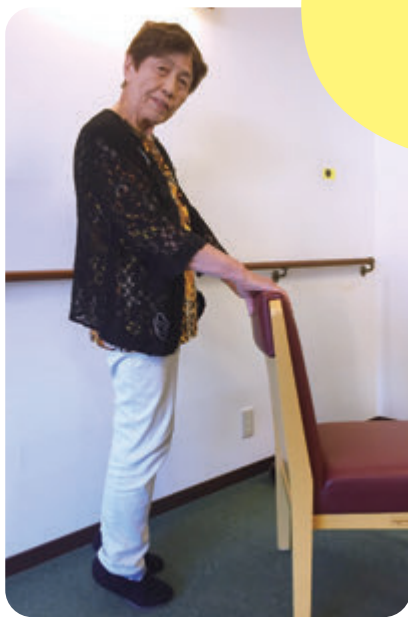


nagomiExpress

近所の喫茶店まで歩き、 友人と食事ができるようになりました!!

● IADL実現!



〈M様ご紹介〉

80歳
要介護1

左骨盤骨折

愛知県名古屋市
nagomiみどり店を
現在・週1回ご利用
(平成25年3月より)

左写真：nagomiで運動している様子
右写真：杖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、杖歩行を安定させる!

M様の
在宅での
お悩み

私は約4年半前、自宅の庭で草取り作業中に転倒し、左骨盤を骨折してしまいました。手術とリハビリで約3か月間入院をしました。入院中にリハビリを行いました。退院後も術部の痛みは継続し、歩行時のふらつきが強く、何かに掴まらなければ歩けない状態でした。その結果、外出機会も減って、友人との交流も減る一方に…。転倒前に出来ていたことの多くが出来なくなったことで、「もう元の状態には戻れないのでは…」と不安でいっぱいでした。

そんな中、ケアマネジャーから「Mさんの身体に合うリハビリがある!!」とnagomiを紹介されて、見学にいきました。通所を決意した理由は、「適度な運動量で無理なく行え、これなら続けられそう!」と感じ、週2回から通所をスタート。通所していく中で、同じクラスの方と交流をし、運動に対するモチベーションが上がったことも継続してリハビリができた一つの要因ですね!特に私が効果を感じた運動は、足腰強化運動です。

nagomiでリハビリを続けた結果、次第にふらつきが軽減し歩行が安定!退院直後はつたえ歩きでしたが、杖歩行ができるようになりました。今では歩行に自信がついたことから、一人で近所の喫茶店まで杖歩行が可能となり、友人と食事を楽しんでいます。時々、入院直後を思い出し、色々出来るようになった事に幸せを感じています!

今後も、喫茶店まで歩き友人と食事をするためにも、休まずnagomiに通所し、リハビリを継続していきます。そして、杖を使用してより長い距離を歩くこと、最終的には杖を使わず外出することがこれからの目標です!

そんなM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>