

nagomi *iE* xpress



まもなく夏がやってきます!

暑さが苦手な方、体調管理にはくれぐれも気をつけてください。
夏を乗り切る元気な体を、nagomiで手に入れませんか?

ふらつきが改善し、 遠くまで買い物に 行けるようになり ました!



脳梗塞のため、左片マヒとなったN様。
nagomiに週二回通い、一年が経ちました。
通い始めて半年後、体力測定に大きな変化が起きました!

ふらつきが改善し、片足立ちが10秒以上長くなったのです。日課の買い物も、以前より遠くまで行けるようになったそうです。



リズムに合わせて動くステップ(リズムックウォークI)は、私の好きな運動のひとつです。慣れるまで手と足が一緒に出ていたけれど、意識して取り組んでいたらステップが上手くなり、歩き方も変わってきた気がします。

脳梗塞の後、歩くために日課としている買い物も、以前は往復15分程のスーパーが限界でしたが、往復30分程のところまで行けるようになりました!

【N様】 67歳/要介護2/平成19年 4月からご利用

『リズムックウォーク I』

N様のような麻痺によるふらつきは、健側・麻痺側の筋力をバランスよく鍛えることで多少の回復が見込めます。下半身の筋力強化を目的としたリズムックウォークIは、足のスムーズな移動、足を上げる動作にも効果があり、ふらつきはもちろん、歩くための動作を全体的に改善する要素が込められています。

今後もリハビリデイサービスnagomiをどうぞよろしくお願いたします。

お気軽にお問い合わせください(フリーダイヤル)

nagomi

なごみ やさしい

0120-753-834

千川店

大泉学園店