

2009

10
October

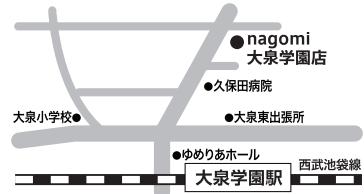
nagomi Express

9月でとうとう4年目に突入いたしました!

リハビリディサービスnagomi大泉学園店

〒178-0063 東京都練馬区東大泉3-42-6

これまでnagomiを1年以上継続利用した方の約8割が、介護度の維持・改善を達成しております。今後もご利用者皆様のQOL向上に貢献していきます。



以前は1人で洗えなかつた頭も、今では自分で洗えるようになりました!

[nagomi大泉学園店 I様]

87歳・要支援1／平成21年3月からご利用

肩関節周囲炎(五十肩)と診断を受けたI様。自立した生活を目指すI様は、肩痛の症状により人に頼らなければならぬ不便な生活を強いられていました。

肩痛により肩が上がらなくなってしまいました。その為、自分1人では頭も洗えなくなり、仕方なく出張美容師さんを呼んで洗ってもらうことに…。ケアマネージャーにnagomiを紹介してもらって半年が過ぎました。初めは難しかった動作も、継続することで出来るようになり、同時に肩の上がり具合もスムーズになってきたようを感じます。最近になって美容師さんを呼ばなくても頭が洗えるまでになりました。

今は自分で出来ないことを頼むためヘルパーさんに来てもらっています。いずれはヘルパーさんを必要としないぐらい、元気な身体になるため、nagomiでの運動を続けていきたいです。



【ここちヨガ®】 ～シーズン ストレッチ夏～

I様の症状は肩関節周囲炎(五十肩)の典型的な症状です。このような症状を予防・改善する為には、日ごろから肩甲骨周辺の筋肉をほぐしておく必要があります。夏のシーズンストレッチで取り上げた腰の後ろに手を当て、大きく胸を開く動きは、肩甲骨周りの筋肉をほぐし肩の可動域を広げる効果があります。



お問い合わせはお近くの
リハビリディサービス
nagomi各施設へ

nagomiの施設情報は、

<http://www.my-nagomi.com>