

nagomiExpress

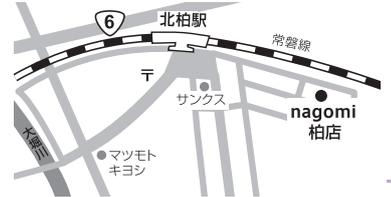
明けましておめでとうございます。今年もnagomiをよろしくお願いたします。

3月で1周年を迎えます!

リハビリデイサービスnagomi柏店 (平成21年3月開業)

〒277-0832 千葉県柏市北柏2-4-10

一人でも多くの利用者の方にnagomiに来て良かったと言って貰える様、スタッフ一同明るく元気に頑張っております。



便秘の改善により、趣味の短歌に集中 できるようになりました!

【nagomi柏店 A様】

87歳・要介護1 平成21年5月からご利用

～週三回 送迎ありて リハビリに
老いを忘れて 励む楽しさ
介護1 歩行危ふい 身なれども
「こちヨガ」あり 心はれやか～



脊柱管狭窄症の手術のため1ヶ月間入院したA様。筋力の低下により腸の機能が悪化、便秘に悩まされていました。

入院後、医者からは運動不足による便秘と診断され、薬に頼る生活に…。便秘のせいなのか、趣味の短歌にも集中できなくなり、常にイライラしている日々が続いたのです。nagomiには外出の機会を増やす為にやってきました。nagomiのヨガは私の身体にとっても合っているようで、悩んでいた便秘が少しずつ改善されたのです。

今ではイライラも無くなり、趣味の短歌も楽しめるようになりました!私の短歌を楽しみにしてくれている旧友との文通も再開し、充実した日々を送っています。

【こちヨガ®】
～シーズンストレッチ冬～

高齢者の便秘には様々な種類がありますが、筋力の低下から腸の動きが鈍くなる「弛緩性便秘」は高齢者に多く見られる便秘の1つです。『こちヨガ』では、便秘の改善を目的としたヨガを取り入れています。シーズンストレッチ冬のうつ伏せでお腹をマッサージする動きは、腸の働きを促す効果があります。

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の施設情報は、

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