

nagomiExpress

家族やヘルパーに頼っていた、
食器洗いや掃除機がけができるようになり、
家庭での役割を取り戻しました!!



〈Y様ご紹介〉

72歳 / 要介護1

椎間板ヘルニア

週2回ご利用
(平成23年7月より)

写真左：腰を曲げて、床の物を
拾う様子

写真右：床に座って作業をして
いる様子

日常生活での目標 >> 腰の痛みを緩和させ、 家事ができるようになりたい!

Y様のお悩み

椎間板ヘルニアからくる、腰痛で長時間の立位・座位が保てませんでした。その為、酒屋の仕事や外出もできなくなり、日中はほとんど家の中で横になっていました。それが原因で、足の筋力が低下し、歩行時のふらつきが増えました。なので、家事全般は、家族やヘルパーに頼み、自分の事を自分で行う事ができなくなっていました。

そんな中、定期的な外出と運動の機会を、という事でnagomiに通所し始めましたが、送迎の準備や移動にも時間が掛かり、他の方に迷惑を掛けっぱなしでした…。そんな自分が情けなかった事を覚えています。

そんなY様が
目標達成に至った
運動を、

裏面で
紹介!

リハビリデイサービスnagomi 葛西店 (平成23年4月開業)

〒134-0085 東京都江戸川区南葛西6-32-11

nagomiでは『無理なく・楽しく・継続できる』をテーマに『ご利用者様の健康維持・改善』が誰でも感じて頂けるような施設です。nagomiと一緒に生涯現役を目指しましょう!



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>