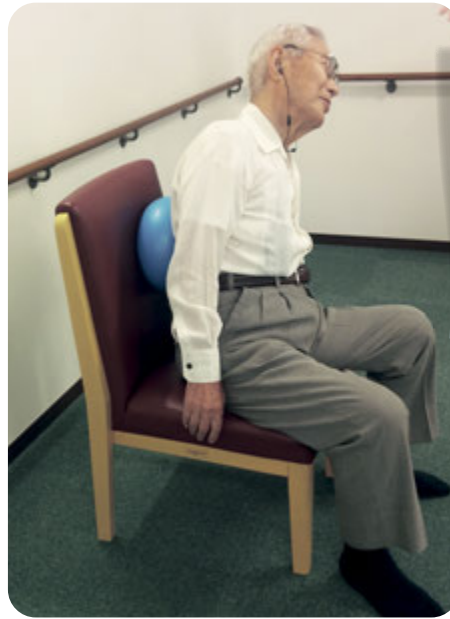


nagomiExpress

姿勢保持が出来るようになった事で、教育後援会の行事に参加できるようになりました！



〈S様ご紹介〉

81歳 / 要介護1

腰椎圧迫骨折

週2回ご利用
(平成24年10月より)

左写真：姿勢保持訓練を行っている様子

右写真：腰痛改善訓練を行っている様子

日常生活での目標 >>

**腰の痛みを緩和させ、
ベッドからの起き上がりをスムーズにさせたい！**

S様の
在宅での
お悩み

洋品店を営んでおりましたが、作中に脚立から落ちて、腰椎圧迫骨折を発症。入院中にリハビリを行いました。腰の痛みは治りませんでした。ベッドから起き上がることや、姿勢を保持する事もできなくなり、歩くことすらスムーズにできなくなってしまいました…。骨折する前は、お客様や友人と会話をする事が楽しみでしたが、骨折をしてからはその

機会もなくなり、自宅にいる事が多くなりました。

この状況を変えようと、介護支援センターに相談したところ、nagomiを紹介して頂き、息子と一緒に体験しました。初めての体験でしたが、「ここちヨガ」で腰が楽になった事もあり、目標達成のためと思い、nagomiに通所することにしました。

無理なく運動を継続していると、目標であった「腰の痛み」が緩和されてきたこと、そして何より筋力も付いてきて姿勢保持やベッドからの起き上がりもスムーズに行えるようになりました！

そんなS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>