

## nagomiExpress

立位が安定したことで、  
趣味だったジャム作りが再開できました!!

IADL実現!



## 〈A様ご紹介〉

80歳 / 要支援1  
(通所開始時：要介護1)

右大腿骨骨折

神奈川県相模原市  
nagomiおださが店を  
週1回ご利用  
(平成25年10月より)

左写真：ジャムを作っている様子  
右写真：リハビリに励んでいる様子

日常生活での目標 >> 杖を使用せず、イスから一人で立ち上がりたい!

A様の  
在宅での  
お悩み

元々左股関節の調子が悪く、平成元年に手術。杖を使用し、何とか自宅で生活を続けていましたが、平成25年4月、自宅のトイレに行こうとした際に転倒し、右大腿骨を骨折…。この転倒によって、今まで行っていた、民謡やジャム作りが出来なくなり、自宅内の移動ですら怖くなりました。歩行が困難になったことで、近所に住む友人との会話や、家族との会話も次第に減っていきました。

このような状況を見兼ねてか、担当のケアマネジャーがnagomiを紹介して下さい、見学(体験会)へ行く事に…そもそも、デイサービスに通う事自体、乗り気ではなかったため、一つ条件を付けました。それは、「玄関先に長くて急な階段があるので、雨の日は休む」という条件です。

通所を開始してからの数か月、足も自分の思う通りには動かず、予定通り、雨の日は休むといった日が続いていました。しかし、運動を続けていると身体全体が軽く、動きも良くなり、歩行スピードが速くなっていることを実感!

何よりも、最初はスタッフに支えられながらの立ち上がりでしたが、今では杖も使わず、一人で椅子からの立ち上がりができるようになりました!! (立座りが出来なかった事が日常生活動作の制限をかけていたのだと実感しています…)

その後も、運動を習慣化したことで、効果を実感することができ、雨の日も休まず通うようになりました!そして、目標としていた「ジャム作り」も再開することが出来ました!! nagomiに通い始め、出来ることを取り戻すことが出来たので、本当に良かったと思っています!これからも、雨が降っても休まず通所して行きたいと思います!!

そんなA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>