

nagomi Express



玄関掃除が 出来るように なりました!

H様 80歳(女性)

要介護3 / 週2回利用
令和元年11月より広島県 nagomi 西区己斐店を利用

次は、花壇に花を植えたい!

歩行機能改善!

TUG (Timed Up&Go Test)

※歩行能力や動的バランス、敏捷性などを総合的に判断するテスト

37秒 → 26秒

(令和2年12月)

(令和3年3月)

Before&Afterの
動画をご覧ください!

<https://youtu.be/2hkSzeBOIBo>


疾患/状態

両膝人工関節・脊柱管狭窄症/

歩行時にふらつきあり。

腰や、両足の痛み、浮腫があり、
長距離歩行がしんどい。

生活課題 (H様・談)

●40年以上自営業である米屋(お弁当屋)の仕事をしていましたが、転倒・骨折を繰り返し椅子に座って過ごす時間が増えていきました。その為か、筋力が低下し立ち上がりや歩行時にふらつくこと・時間がかかることを実感しました。息子夫婦に手伝ってもらってばかりで申し訳ない気持ちでいっぱいの日々。お店や息子夫婦の負担にならないように、「自分で出来る事は自分でしたい!」と強く思い、現在まで歩行訓練や段差の昇降訓練などリハビリに励んでいます。

ケアプラン目標

自宅内の移動、入浴、トイレ動作を安定して行う

生活目標

週2回玄関掃除ができるようになる

H様が取り組まれた運動をご紹介します!! (ホームページで見本動画を公開しています!!)

運動1

集団プログラム

太腿、腹筋を鍛える
訓練

見本動画 URL


<https://youtu.be/8G-tDsFK83s>


運動2

個別機能訓練

ほうきを使って玄関を
掃除する訓練

見本動画 URL


<https://youtu.be/aFxINhINmEM>


nagomiによる感染予防対策継続中!



裏面では、H様が特に効果を実感した運動をご紹介します!!

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、ワンポイントレッスンは、

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