

Before >>

ご利用前の経緯

もともとの持病（リウマチ）に加えて、令和2年11月に結石性腎盂腎炎で入院。令和3年1月に退院するも、全身の筋力が低下し、車椅子での生活となりました。入院前はバスに乗ってお寺に参拝するのが楽しみでしたが、退院後は自宅前の階段の昇り降りが一人では出来なくなり、ヘルパーさんや介護タクシーの力を借りて通院するのがやっとの状況でした。

デイサービス利用に対して最初は抵抗もありましたが、このまま動けなくなってしまう恐怖と、担当のケアマネジャーに背中を押してもらったことで2月からnagomiプラスへ通い始めました。

生活状況と課題

- 外出には自宅前の階段 8 段の昇り降りが必要。
- ふらつきが強く、車イスがなければ移動が難しい。

After >>>

喜びの声！

ヘルパーさんに頼らず 一人で階段昇降ができるように、 移動も車イスから杖歩行になりました！

S 様 75 歳(男性) / 要介護 4

リウマチ・結石性腎盂腎炎

令和3年2月より

東京都nagomiプラス大森店を週3回利用

ご家族の声

家にいると動かないので、外出の機会が持てればと思い利用を検討しました。当初車椅子だった事を考えると、杖でこれだけ歩けるようになったことに驚いています。主人を励ましてくれた同じクラスのお客様をはじめ、スタッフの方々、ご紹介いただいたケアマネジャーに感謝しています。



今後の目標

お正月にバスを乗り継いで、お寺に参拝できるようになりたい。

生活目標

ご自身の力で安全に階段を昇降できる

目標達成に向けた課題

下肢の筋力低下と、痛みが原因で重心移動が難しい

S 様に取り組まれた運動をご紹介します!! (訓練風景を公開しています!!)

①身体機能訓練

立位動作：立位を安定させ、重心移動をする運動



歩行に必要な、筋力強化とバランス能力の向上を目的に、午前・午後の2回、少人数のグループに分かれて、立位での運動を実施しています。

踵上げ、つま先上げは、歩行動作に必要な下肢や体幹の筋力強化に効果があります。ふくらはぎの筋力が鍛えられることで、血流の改善や浮腫みの予防などの効果も期待できます。



訓練の動画はこちら

②実践訓練

階段昇降動作



店舗内の階段昇降設備を使った訓練を行っています。

自宅での階段昇降を見据えて、重心移動や足の上がりを意識して行っていただいています。

何度も動作を反復することで、身体の使い方を訓練し、段差に対する恐怖心を払拭し、自信が持てるよう支援しています。



訓練の動画はこちら