

Before >>

ご利用前の経緯

令和2年9月に胸椎圧迫骨折をして入院。退院後、レクリエーションが中心のデイサービスに通所していましたが、次第に身体機能の低下を家族も含めて感じるようになりました。家では一人で過ごす事が多く、又、基本的に車イスでの生活の為、移動や入浴、排泄には介助が必要でした。

「運動機会を持って、少しでも自力で出来るようになりたい」という思いが強くなった為、ケアマネジャーに相談したところリハビリに特化したnagomiプラス高松店を紹介してもらい、通所が始まりました。

生活状況と課題

- 車イスでの生活が主。
- 手すり等を使い、自力で立てるがトイレ移乗時には介助が必要。

After >>

1人でトイレやお風呂に入れるように、車への移乗もスムーズに出来るようになりました!

喜びの声!

M様 71歳(女性) / 要介護4

慢性腎不全・胸椎圧迫骨折

令和3年6月より

東京都nagomiプラス高松店を週2回利用

ご家族の声

何をするにも誰かの介助が必要だったのに、今では一人で出来る事が増えた驚きもあり、その分家族も助かっています。これからは自力で歩くことが出来るようリハビリを頑張ってください。



今後の目標

今よりもスムーズに立ち上がれるようになり、伝え歩きではなく、自力で歩けるようになって一人で出来る事を増やしていきたい。

生活目標

一人で安全にトイレに行けるようになる。

目標達成に向けた課題

下肢筋力の低下と、腰痛が強く、立ち上がりが不安定。

M様が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



立ち座りや歩行に必要な下肢筋力を強化し、ふらつき防止や転倒不安の払拭に繋げる為に立ち座り動作を行います。立ち座り時の不安定感には下肢筋力低下だけが原因ではなく、正しい姿勢を作る事もポイントとなるので、訓練時には出来る範囲で正しい姿勢保持を意識するよう声掛けを行っています。



訓練の動画はこちら

https://youtu.be/qHND_Uhxopg

②実践訓練

トイレへの移乗動作



店舗内でトイレを模した訓練場所を使い、立位から便座への移乗・立ち座りをする訓練を行っています。まずは手すりを使い、不安なく立ち座りや移乗が自力で確実に出来るよう反復訓練を行って自信を持てるよう支援しています。



訓練の動画はこちら

<https://youtu.be/y1Cf0j40Qvc>