

## Before &gt;&gt;

## ご利用前の経緯

退院後は車イスでの生活が主となり、何をすることも妻の手助けがないと動けない・出来ない生活が続いていました。その後、自宅でリハビリを行った甲斐もあり、少しずつ出来る事も増えていきましたが、反動も大きく、足に痛みを感じるようになりました。その後、自力でのリハビリに限界を感じ、無理なく運動が出来るデイサービスを探したところ、近所にnagomiプラス用賀店がオープンする事になったので通い始めました。

## 生活状況と課題

- 移動時は車イスや歩行器が必須。
- 一人で車の乗降や移動が難しく、奥様のサポートが必要な状態。

## After &gt;&gt;&gt;

## 伝い歩きをしながら一人で洗面台やトイレへ行けるようになりました!

喜びの声!

H様 73歳(男性) / 要介護5

腰椎化膿性椎間板炎、腰椎化膿性椎体炎

令和4年1月より

東京都nagomiプラス用賀店を週2回利用

## ご家族の声

医師から「一生車イス生活の可能性もある」と言われていましたが、各所のサポートがあったおかげで、今では伝い歩きで移動する事が出来るようになりました。少しずつ歩行状態が回復している事だけでなく、気持ち的にも主人が明るくなってきている事にも喜びを感じています。



## 今後の目標

杖や歩行器を使わず、一人で近所だけでも外出出来るようになる。

## 生活目標

## 1人で散歩へ行けるようになる。

## 目標達成に向けた課題

下肢筋力の低下と、腰痛・歩行時に股関節の強い痛みがある。

H様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

## 立位保持・立ち座り運動



歩行時や立位保持を行う為に必要な下肢筋力を強化し、安定した歩行の実現に向けて行う訓練となります。立位姿勢を保持する際や立ち上がり時には、身体が前後にふらつく方が多い為、訓練時には重心がぶれないよう正しい姿勢保持が意識出来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/zupsG36Amz4>

## ②実践訓練

## 平行棒設備を使用した歩行訓練



平行棒設備を使った訓練を行っています。屋外の不整地を想定し、方向転換や段差昇降等の訓練を実施します。訓練中は足元に目線が落ち、姿勢が悪くなりがちになる為、出来る範囲で顔を上げ、姿勢を正して歩くよう意識付けを行っています。



訓練の動画はこちら

<https://youtu.be/3apf461Zo8g>