

生活機能改善！

諦めていた茶道を  
再開出来る  
ようになりました!!

A様 74歳(男性)

要介護1／週5回利用  
令和3年8月より  
宮城県nagomi沖野店を利用

リハビリディサービスnagomiが皆様にお届けする情報紙

[毎月1日発行]

# nagomi Express

2023

3  
March



## A様の通所前後の変化

### 通所前

脳梗塞や慢性心不全で入退院を繰り返していました。日々思うように動けなくなり、正座も出来なくなってしまった事で45年続けてきた茶道も諦めてしまい、自宅に引きこもる生活を送っていました。

### 通所後の変化

nagomiでは目標達成に必要な運動を的確に提案してくれました。その結果、ふらつきの軽減や自力で立ち座りが可能になりました。又、下肢の柔軟性も高められ、正座も出来るようになりました。

## 改善に繋がった ポイントを解説!!

A様は運動をひたむきに取り組まれただけでなく、**目標を明確に持たれていた**事も改善に繋がった大きなポイントとなります。ご自身の課題に向き合った際は、改善出来た先に「何をしたい」「どこに行きたい」等を具体的に持つ事で**意欲向上**にも繋げられ、同時に運動効果も高められます。

### 今後の目標

茶道教室を開き、地域の子供たちに  
茶道の面白さを伝えたい。

nagomiによる  
感染予防対策  
継続中!



感染予防  
対策の動画  
はこちら

nagomi

お問い合わせはお近くの  
リハビリディサービス  
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>