

Before >>

ご利用前の経緯

退院当初は車椅子生活を送っており、回復し始めてからも歩行器が無ければ歩けないような状態でした。

又、筋力の低下も著しく、椅子や床からの立ち座りが不安定で、日々の活動量も低下していきました。そんな時に友人が運動が出来るデイサービスに通う事となり、「私も友人と一緒に続けられそう」という思いからnagomiプラス中野店へ通う事になりました。

生活状況と課題

- 1人での外出は困難。
- 椅子や床からの立ち座りが不安定。

After >>

屋内は杖を使わずに歩けるようになりました!!

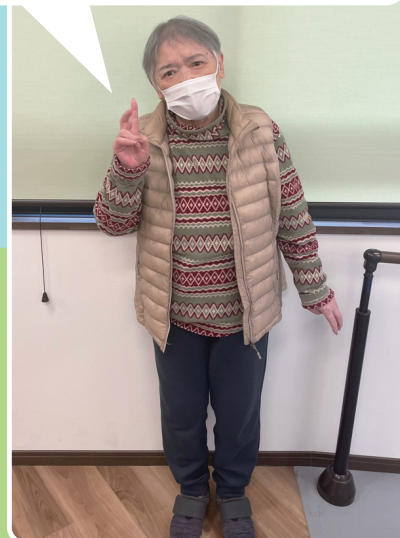
喜びの声!

〇様 84歳(女性) / 要介護3
くも膜下出血・廃用症候群

令和5年5月より
東京都nagomiプラス中野店を週2回利用

ご家族の声

身体の状態が回復しただけでなく、転倒する前よりも元気な姿を見る事ができ、家族としても嬉しく思っています。通所する事が生活の中で楽しみの一つにもなっている為、これからも通い続けてもらいたいです。



今後の目標

1人で買い物に行けるようになる等、身の回りの事は自分で出来るようになりたい。

生活目標

ふらつきなく、屋外を歩けるようになる。(見守りあり)

目標達成に向けた課題 ▶ 歩行時のふらつきが強く、転倒への恐怖心が強い状態

〇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

立ち座り・スクワット運動



〇様は下肢筋力の低下が課題となっていた為、立ち座り・スクワット運動に注力しています。

下肢筋力を鍛えられたことで、立ち座りや歩行状態が安定してきておりますので、今の状態を維持し、より安定した歩行の実現に繋げられるよう取り組まれています。



訓練の動画はこちら

<https://youtu.be/uUEkCmKM9QI>

②実践訓練

階段&スロープを使用した歩行訓練



通所当初は歩行器を使用したまま歩行訓練を行っていましたが、今では杖のみを使用し、時には杖なしでも実施されています。

反復訓練を行う事で下肢筋力向上だけでなく、階段やスロープにも慣れ、恐怖心の払拭にも繋げる事が出来ます。又、屋外歩行の実現に繋げる為にも正しい杖の使い方もお伝えし、意識付けを図っています。



訓練の動画はこちら

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