

nagomi Express

2025

9
Septemberマイクロバスに乗り、1人で
イオンまで買い物へ行ける
ようになりました！

T様 87歳(女性)

要支援2 / 週2回利用

令和3年12月より

神奈川県 nagomi 久里浜店を利用

生活機能
改善！

T様の生活機能の変化

通所前：

長年の立ち仕事が原因で、慢性的に腰痛や膝痛があり、歩行状態が不安定でした。2本杖で歩いていましたが、転倒する事も多く、自宅から約300m先にある整骨院にもタクシーで通うような状態でした。

通所後の変化：

今では歩行状態も安定してきており、外出機会を増やす事が出来ています。整骨院にも歩いて行けるようになっています。又、通所当初は靴のチャックが閉められない程に足の浮腫みが酷かったですが、浮腫み改善にも繋がられています。

改善に繋がったポイントを解説!!

T様は痛みがある中でもご自身の出来る範囲で運動を行うという姿勢で休む事なく通所されています。又、Express裏面のカレンダーを活用し、運動実施日には○を付け、運動習慣を確保する事が出来ています。運動実施日を見える化し、○が増えていく事を励みに取り組まれている事が改善に繋がったポイントとなります。

今後の目標

- 路線バスに乗って外出出来るようになりたい。

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
リハビリデイサービス
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>