



生活機能向上!

## 3km先にある病院まで、杖なしで歩いて行けるようになりました!

ご利用者データ

F様 84歳(女性) / 要介護2 / 関節リウマチ  
週2回利用

平成22年12月より大阪府 nagomi 豊中庄内店を利用

### 当時(ご利用前)の状況

- イスやトイレからの立ち上がりが困難。お風呂に入る時も浴槽への出入りに時間が掛かっていた
- 独居なので、買い物に行く必要があり、足をひきずり痛みをこらえながら歩いていた

### 見学の経緯

- 膝の痛みを和らげる事を目的に、整形外科に通っていたが変化がなかった為
- 今後も自分で買い物に行ったり自宅の事は自分でしなければならないので、リハビリできる場所を探していた

### 見学時の感想

- nagomiには多くのリハビリがあり、飽きずに長く続けられると感じた
- 各運動の期待できる効果を説明してもらい、膝の痛みの緩和だけでなく、自宅での生活がより良くなると思った

### ケアプラン目標

## 下肢の痛み・重みの緩和の為、運動に取り組む

課題  両膝の痛み、痛みによる意欲低下

課題解決の為に



イスde  
エクササイズ  
足を大きく上げる



セルフケア  
膝痛の緩和

個別機能訓練  
段差を想定した  
歩行訓練



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>