

# nagomi Express

2023

12

December

## 生活機能改善!

### 40段以上ある階段を一人で昇り、お墓参りに行けるようになりました!!

Y様 100歳(女性)

要支援2 / 週2回利用  
平成25年10月より  
兵庫県 nagomi 西明石店を利用



### Y様の生活機能の変化

#### 改善前

長女との同居先が階段のない平屋だった為、足腰が弱っていくのを実感していました。又、土地勘もなく、友人もない事で外出機会が減少していきました。

#### 改善後の変化

通所をきっかけに筋力も体力も維持・向上することができ、他者との交流機会も確保する事が出来ました。2019年に心筋梗塞を発症し、生死を彷徨いましたが、退院後1週間で通所再開に至っています。

### 改善に繋がったポイントを解説!!

Y様は**生活環境の変化によって低下した身体機能**に目を向け、且つ**外出機会を取り戻せた事**で、**生活不活発発病の予防**にも繋げる事が出来ています。

#### 今後の目標

- 故郷である福岡にいる親戚に会いに行けるよう身体機能を維持・向上し続けたい。
- 来年の誕生日を無事に迎え、いつまでも元気にnagomiへ通い続けたい。

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>