

# nagomi Express

2026

5 May

## 1km先の眼科へ 歩行器を使い、1人で 行けるようになりました!

N様 88歳(女性)

要支援 2 / 週 1 回利用

令和 6 年 11 月より

京都府 nagomi 京都北大路店を利用

生活機能  
改善!



### N様の生活機能の変化

#### 通所前:

約3年前の広範脊髄管狭窄症の手術や右股関節人工関節の手術を機に、1人で立ち上がれなくなったり、娘の手助けがなければ外出はおろか、靴下も1人で履くことが出来ない状態になっていました。

#### 通所後の変化:

日常生活の中で禁忌動作はありますが、娘の手を借りずに外出することが出来るようになりました。今の状態を維持出来るよう運動を続け、また趣味活動を再開したり、バスに乗ってデパ地下まで美味しいものを買に行けるようになります。

### 改善に繋がったポイントを解説!!

N様は禁忌動作に注意を払いつつ、ご自身の身体をよく観察され、また理解しながら運動に取り組まれております。又、食事面でもコレステロール値と糖尿病の管理を行う為、日々の食事を撮影して記録を残す等、健康な身体作りを楽しみながら取り組まれていることも改善に至ったポイントになります!

#### 今後の目標

- 趣味のグランドゴルフや蘭の栽培を再開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>