

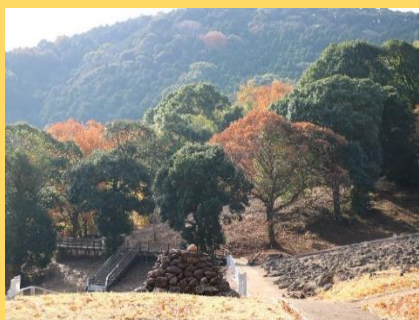
短期集中予防サービスを 終了した方々の声！



趣味の写真に再び取り組めるようになった M さん!!

M さん 96 歳（男性）は、体力や筋力低下、足の痺れに困っており、短期集中予防サービス（全 12 回）のケアランポリンに通われました。

その結果、**足に筋力がついたことにより足が上がるようになり、足の痺れも改善**。運動をして、機能が改善されたことにより、しばらく行けていなかった趣味の写真を撮りに、池上の地辺寺跡に行ってきました！！



M さんが撮影した写真です！
数 10 枚の中から、今回は 2 点だけを掲載しています。



今後は、**自宅で自分でできる運動を継続していきたいと、意欲を持っておられます。**

短期集中予防サービスを終え、 元気な生活を維持されている山田さん!!

戸坂町にお住いの山田 和子さん 91 歳（女性）は、新聞等に寄稿し掲載されるなど、執筆を趣味とされています。そんな山田さんも、体力低下等により、ふらつきや長歩きが難しくなり、短期集中予防サービスを受けられました。全 12 回終了後は、向上した機能の維持のため、通所 B に通われています。そこで今回、リハビリをして山田さんがやりたいこと・目標を寄稿していただき、掲載させていただくことになりました。

※通所 B = 住民主体のデイサービス



山田 和子様より

「1 人住まいで 91 歳の私は、熊本地震やコロナの影響もあり、フレイル状態になりました。ささえりあ三和に連絡し、短期集中予防サービスのケアランポリンを知り、効果を期待して利用し始めました。これから先、健康維持や旅行、長歩きができるようになる、転倒防止、物忘れ防止、生活リズム安定の促進を目指して張り切っています。年令を重ねても、活気ある明るい生活ができることを願って!!」

