

Case 9

自宅の玄関で転倒し、右足と右手を骨折。手術を受け、外来リハビリに通院していたが、ふらつきなどの改善のため、外来リハビリの期間満了後もリハビリを望んでいたIさんの事例

目標

Goal

- ✓ 歩行（独歩）が良くなる
- ✓ フライパンを楽に振ることができる



リフティブ
実施期間

2024 年
12 月開始

週 2 回 × 6 か月間実施

2025 年
5 月卒業

リハビリ 内容

- 右足全体の関節が硬くならないようストレッチ
- 重錘を使用した運動やブリッジ運動
- 片足立ちなどのバランス訓練
- 施設回り約 250m や近隣の商業施設で歩行訓練
- 実際にフライパンを振る動作訓練

リハビリ中の 変化

右手の握力が 17.5kg → 24kg に
TUG（※）が 10.4 秒 → 6.9 秒に
5m 歩行が 5 秒 → 3.3 秒に

※椅子に座った状態から立ち上がり、3m を歩いて折り返し、再び椅子に座るまでの時間

全体的に
向上!!



リフティブ卒業後



家事動作が長い時間できるようになり、フライパンを振れるように！



目標の商業施設の 3 階まで行くことが可能に！



家族で旅行に行く予定ができた！



担当リハスタッフからのコメント



リハビリに意欲的で自宅でも自主訓練を頑張っていました。その効果もあり、リハビリ開始から 4 か月後には車に乗って一人で買い物に行ったり、新幹線に乗って外出したりなど、行動範囲の拡大がはかかれていました。今後も庭仕事や旅行など、好きなことができるように運動を続けていただきたいと思います。

祝
卒業



利府仙台ロイヤルケアセンター