



自分の歩きに自信が持てました!

～姿勢を正す事。それが初めの第一歩～



イスに座った時も、常に正しい姿勢を意識して楽しく運動を行っています!

A様 (女性) 80歳 要支援1

3年前

3年前、パーキンソン病と診断され、**歩行が不安定に...**

「**転ぶ**」という不安感から、出掛ける機会が減少

自分の歩きに自信を持ちたくて、aigoの利用スタート!

安定した歩行には、**正しい姿勢**が大切だと4ヵ月通って学びました。

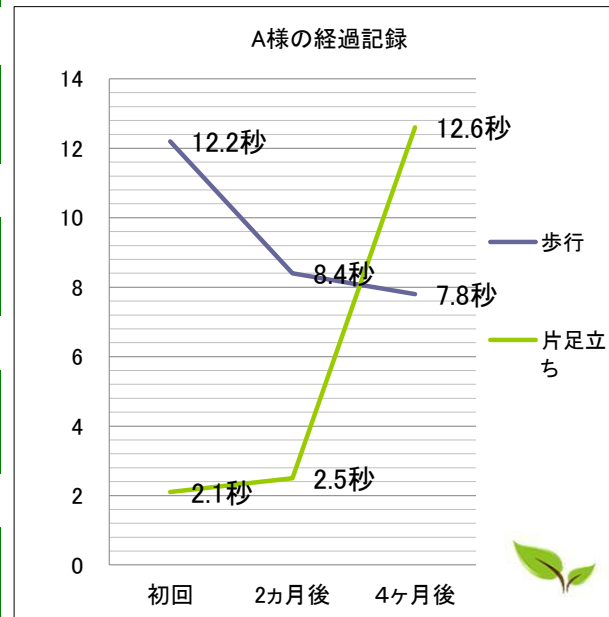
イスに座って行う無理のない体操で、測定結果も向上! 歩行が安定してきた。

先月行われた同窓会に出席!! 歩く姿を褒められ、**本当に良くなった事を実感!!**

現在

	初回	2ヵ月後	4ヵ月後
歩行	12.2秒	8.4秒	7.8秒
片足立ち	2.1秒	2.5秒	12.6秒

※歩行グラフは数値が下がると向上※



今後も大好きな散歩を、しっかりとした足取りで継続したい!!

フィットネスの情報はインターネットで見れます!

<http://aigo-care.com/>

》フリーダイヤル《

0120-372-947

あいごケアセンター 企画室
担当/吉崎・坂井 までご連絡下さい!
※ ご自宅までご送迎します!