

# Possible烏丸御池 機能改善レポート

## ご利用者さまのプロフィール

性別 : 女性  
 年齢 : 85歳  
 既往歴 / 現病歴 : 脊柱圧迫骨折  
 気管支炎  
 関節リウマチ  
 間質性肺炎  
 介護度 : 要介護1  
 利用期間 : 4か月

## 3か月前の目標

- ・転倒なく自宅での生活が続けられる
- ・下肢筋力を向上させて転倒なく外出できる

## 3か月前の課題

- ・屋内外での転倒が増えている
- ・転倒するようになり外出をやめている

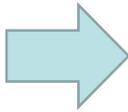
## 課題改善に向けてのプログラム

- ・下肢筋力の向上 ⇒ 筋力系のマシントレーニング
- ・安定性向上 ⇒ スリングを使ったバランストレーニング

## 歩行画像の比較



3か月前



トレーニング後

## 歩行測定と下肢筋力測定の結果

	3か月前	トレーニング後
10m歩行	12.02秒	<b>9.36秒</b>
右コーン回り	18.56秒	<b>12.68秒</b>
左コーン回り	16.40秒	<b>12.50秒</b>
膝を伸ばさず(右)	5.2kg	<b>11.2kg</b>
膝を伸ばさず(左)	4.7kg	<b>10.5kg</b>

## 改善

- ・下肢筋力が付いたことで歩行時の姿勢が安定し、杖なしでの歩行が可能になった  
 (画像黄色線: 3か月前は杖に頼っており姿勢が右に傾いている)
- ・歩行時、地面を強く蹴ることができるようになり、推進力が増し歩行速度がUP  
 (画像赤丸: 3か月前に比べトレーニング後は強く蹴れていることで足底が後ろに向いている)

## まとめ

以前は段差などによる転倒があったが、最近はなくなっています。ご利用開始当初は週1回利用でしたが、最近には月に2回程度スポット利用という形で週2回のご利用も行われています。

今後も下肢筋力を鍛えて、更に安定した歩行ができることを目標にされています。