

SPACE WONDER

ご利用者様インタビュー



腰部脊柱管狭窄症の手術後のリハビリで弊社直営デイサービス「ヒーリングベル」に通われている吉田様に、スペースワンダーをはじめ、ヒーリングベルでのトレーニングについてエアロバイクを漕ぎながら(!)話していただきました。

腰部脊柱管狭窄症の術後しばらく経ち、転倒の回数が増加。歩くだけのリハビリからヒーリングベルへの通所が始まり、脚が出るようになって転倒しなくなった。

Q.ヒーリングベルに通所されるようになったきっかけを教えてください。

11年前に腰部脊柱管狭窄症の手術をしたのですが、術後に足が麻痺してしまい、歩くのに二本杖が必要となりました。一生懸命リハビリをしていたのですが、日数の制限で退院となってしまい、その後は外を散歩してリハビリするしかなく、ここ1~2年で転倒の回数が増えてケガもしてしまいました。本当はエアロバイクなど機械を使ったリハビリがしたかったのですが、スポーツクラブは敷居が高かったんです。そんなときにマシンがたくさんあるヒーリングベルを見学して是非通いたいとなりました。

Q.スペースワンダーを使用しての印象と、ご自身で感じている効果を教えてください。

とにかく転ばずに運動できるのがいいなって。私の場合は転びやすくなっていたので、普段の生活でもこれつけられたらいいのって思いました(笑) それとスペースワンダーでの訓練の中で、右に比べて左脚の方が弱いなとか、バランスをとるために足が外向いてしまうなとか自分の弱点に気が付くきっかけになりました。

Q.歩行訓練でも、上体が反らなくなってくるなど少しずつバランスがよくなっていますね。

やはり一人で歩いていた時と違って、どこを意識するかここを気を付けようというのを言ってもらえるのが違うと感じますね。先日、郵便を出しに行ったときに、躓いてしまい、今までの経験から「あ、転ぶ！」って思ったんだけど、反対の足がとっさに出て転ばなかったんです。ここでの訓練がなかったらあの時転んでいたなって思いますね。入所してから半年以上経ちますが、一度も転倒せずに済んでいます。

Q.こちらとしてもそれはとても嬉しいです。最後に今後の抱負をおしえてください。

現実的ではないかもしれないけど、いつかは元のように歩きたいなって思っています。色々体の問題を抱えている方が多いと思うんですが、普通に歩けるってそれだけでも幸せだなって思いますね。

吉田様、貴重なリハビリの時間に、お話を聞かせていただき、ありがとうございました。