

## プールトレーニングを続けてきた結果 704歩、50m、25分歩けるようになりました。 ～生まれながら脳室周囲白質軟化症という病気～



渡米した際、Hipホップ界のレジェンド、DR.DREEさんと偶然出会いました。

僕の名前は野口朱羽(しゅう)といいます。僕は、生まれながら脳室周囲白質軟化症という病気で車いすの生活を送っています。でも、家族の支えや仲間たちに支えられて、いろんなことにチャレンジしています！！

2018年3月に高校(東京都世田谷区にある光明学園:旧光明特別支援学校)を卒業し、今年4月から就労Bで週4回、トリプル・ハート週1回働いております。トリプル・ハート(東京都中央区)では電話対応、送迎添乗、スタジオ内の清掃などを行っております。

### ◆ご紹介 野口朱羽 Shu Noguchi

2016年10月からスタートしたプールトレーニングを続けてきた結果、

時期	歩数	距離	トレーニング回数
2016年10月	0歩	-	-
2016年11月	3歩	-	-
2017年12月	183歩	5m	45回
2018年2月	119歩	9m	50回
2018年4月	185歩	10m	54回
2018年6月	288歩	19m	58回
2018年7月	323歩	25m	60回
2018年7月	704歩	40m	61回

704歩、40mプールの中で歩けるようになりました。前回、323歩だったのですが、大幅に更新しました。また、一度もバランスを崩すことなく、自ら体力の限界を感じ、終了しました。体のバランス、体幹、腿裏の筋肉の成長などトータルバランスがついてきた証拠です。

高校卒業後の現在も継続しており、毎月2回日曜日18時30分から20時まで世田谷区にある福祉センターでトレーニングしております。もし、トレーニングをご覧になりたい方がありましたら、ぜひ、shu@triple-heart.jpまでご連絡ください。トレーニングの様子は、下記のHPからご覧頂けます。

【お問合せ先】  
トリプル・ハート (東京都中央区新富2-2-14 2階)  
TEL: 03-6222-9822  
担当者: 野口、中澤  
E-Mail: shu@triple-heart.jp



www.triple-heart.jp