



特定非営利活動法人  
日本治療的乗馬協会

# JTRA Newsletter

## Japan Therapeutic Riding Association

編集・発行：特定非営利活動法人 日本治療的乗馬協会 〒161-0031 東京都新宿区西落合2-6-6 Tel.03-3565-6641



## 「治療的乗馬」研究集会 2012

治療的乗馬や障害者乗馬の領域で実践および研究に携わる人々、関心を持つ人々が集い、  
実践や研究報告そして記念講演をもとに協議や情報の交換を行ないます。  
今年で第8回となる研究集会へ、皆様の積極的なご参加をいただきますようご案内いたします。

<大会テーマ>

### 豊かな生活の質に寄与する馬(パートII) - 気づき: 心とからだをつなぐもの -

趣 旨: <運動器>が人に対してもつ意味や役割とは何でしょうか? その機能不全とは何でしょうか?  
療育の父と呼ばれる高木憲次氏は、その機能不全を「肢体不自由」と呼び、その克服が目的とするものは一人の人としての尊厳であるとしています。スポーツとレクリエーションに焦点をあてた昨年に続き、「気づき」をキーワードとして運動器と心(意識)のつながりや広がりによって焦点をあて、馬との活動の豊かな生活の質への寄与について考えます。

期 間：2012年11月3日(土)・4日(日)  
場 所：国立オリンピック記念青少年総合センター センター棟402号室  
東京都渋谷区代々木神園町3-1  
主 催：特定非営利活動法人 日本治療的乗馬協会  
主 管：第8回「治療的乗馬」実行委員会  
日 程：2012年11月3日(土)  
13:00~13:30 受付  
13:30~13:45 開会式  
13:45~15:15 記念講演①「骨格・呼吸・身体の動きを意識する」(仮題)  
演者：堀 美和子(国際フェルデンクライス連盟公認プラクティショナー)  
座長：小川 家資(帝京科学大学 教授、本会理事)  
15:15~15:30 休憩  
15:30~17:00 大学生・大学院生による報告・発表  
17:30~ 情報交換会

2012年11月4日(日)  
9:00~10:30 記念講演②「腰痛疾患の診断と治療—困難な例の治療経過—」  
演者：稲波 弘彦(岩井整形外科内科病院院長、「運動器の10年」日本協会業務執行理事、本会副理事長)  
座長：滝坂 信一(帝京科学大学 教授、本会理事長)  
10:30~10:45 休憩  
10:45~11:30 実践及び研究報告①  
11:30~13:00 昼食  
13:00~13:45 実践及び研究報告②  
13:45~14:30 実践及び研究報告③  
14:30~15:15 実践及び研究報告④  
15:15~15:30 休憩  
15:30~16:00 総括協議  
16:00~16:15 閉会式  
参加費：2日間 会員 5,000円 / 一般 7,000円 / 学生 3,000円  
(3・4日のどちらか) 1日間 会員 3,000円 / 一般 4,000円 / 学生 2,000円  
\*参加費には資料代、情報交換と懇親の会費を含みます。

\*次世代を担う人々への機会提供を目的に、今年から第1日の午後15時以降に「大学生・大学院生による報告・発表」の時間を設けました。積極的な参加を募ります。\*参加および報告・発表の申込みの詳細は、JTRAホームページをご覧ください。

## 《JTRA 会員になるためには》

NPO日本治療的乗馬協会は、国内外の治療的乗馬や障害者乗馬にかかわる人々、そして関心を持つ人々の相互交流の機会、さらに関連情報の提供などを通じ、この領域の充実と普及を行うことを目的に設立されました。毎年11月に開催している「治療的乗馬研究集会」による実践や研究成果の報告と協議、ニュースレターやホームページによる情報の提供を行っています。

本協会は、会員会費、企業等からのご寄付や協賛金によって運営されています。趣旨にご賛同の皆様には、ぜひ会員になっていただけますようお願いいたします。会員になるための手続きにつきましては、ホームページをご覧ください。



特定非営利活動法人

日本治療的乗馬協会

http://jtranet.jp

ヤンセンファーマ株式会社  
URL: http://www.janssen.co.jp



## 私たちが目指すもの： それは、違いをもたらすこと

私たちの大きな使命。それは、今なおお答えできず、患者さんたちが切望する課題に取り組み、これを解決することです。

ヤンセンがとりわけ注力しているのは、5つの大きな治療領域—神経科学、感染症、腫瘍(がん)、免疫疾患および疼痛—です。さらに、当社の製品ポートフォリオは、その他の重要な領域についても扱っています。

私たちは「人を助ける人」でありたい。—統合された知識と資源を使いこなし、卓越した科学の力と可能性に投資して、世界中の人々の寿命とQOLを向上させるために全社一体となって取り組んでいます。

ヤンセンの名のもとに、私たちはあらゆる患者さんのために全力で科学を追求します。

## 《用語説明》

### ●アサーション

アサーション(assertion)とはコミュニケーション・スキルの1つであり、相手とのより良い関係づくりをめざした「(さわやかな)自己表現」の技術であり態度です。直訳すると主張・断言などとなりますが、ぴったりとした日本語訳がなく、リハビリテーションやコミュニケーションと同じく、そのままアサーションといわれることが多いようです。態度やあり方を表す場合はアサーティブ(assertive)です。

アサーションは1950年代にアメリカで行動療法と呼ばれる心理療法の中から生まれました。当初は自己主張が苦手な人を対象としたカウンセリング技法として実施されていましたが、その理論は1960~70年代には「人権拡張」「差別撤廃」運動において、それまで言動を圧迫され続けていた人達に大きな勇気を与えました。

さて、アサーションの理論では、コミュニケーションの態度やタイプをアグレッシブ(攻撃的)、ノンアサーティブ(非主張的)、アサーティブの3つに分類されます。

簡単にいえば、アグレッシブとは、自分中心で、相手のことはまったく考えないやり方です。ノンアサーティブとは、自分の感情は押し殺して、相手に合わせるようなやり方です。一方、アサーティブとは、自分の気持ちや考えを相手に伝えるが、相手のことも配慮するやり方、自分も相手も大切にしたいやり方です。わかりやすい一例を挙げると、列に並んでいる時、横から人が割り込んできたと感じた時、いきなり「並んでください」と自分の要求をいうよりも、「ここ、並んでいるんですよ」と客観的状況を伝えると、話し合いがやりやすくなります。

一般に日本人は自己主張が少なく謙虚であることが美德とされる傾向がありますが、相手とのより良い関係づくりをめざした「(さわやかな)自己表現」を身につけていくことも大事なことと思います。

[参考文献] 平木典子:アサーション入門—自分も相手も大切にしたい自己表現法/講談社現代新書,2012.

(文責:柳迫康夫)

### ●活動場面で大切にしたいこと～啐啄同時～

「啐(そつ)」は雛鳥が卵からかえろうとすると、内側から嘴で殻をつつくということの意味しており、「啄(たく)」は親鳥が外から殻をつつくことを意味しています。雛鳥が硬い殻の内側からコツコツと合図を送る、親鳥は、聞き耳を立ててその音をキャッチして、まさにその時、その部位を外側からつついて雛鳥が殻を破り誕生するのを助けるという「誕生の瞬間」と「親子の共同作業」を意味しています。

もともとは禅の用語で、修業の過程でまさに機が熟して悟りを開かんとしている弟子に、師がすかさず教示を与えて悟りの境地に導くことを意味しています。

リハビリテーションの場面でも、患者さんが課題をうまくこなせたその瞬間に「そうです、よくできましたね」とタイミングよく褒めてあげるひと言が大事であるとされています。

習うものと教えるものとの呼吸がぴったり合うことは簡単なことではありませんが、大事な瞬間を逃さないためには、いつも注意深く寄り添っている必要があります。(文責:柳迫康夫)

## 【編集後記】

この夏は、馬のいるところ4か所を訪問する機会がありました。地域グループ「うまうまの会」が活動する木曾馬の里、千葉の大山千枚田で稲作をしながら与那国馬と暮らす下郷ご夫妻のところ、ゆつたりとした環境で馬たちが暮らすブルーベリー・ヒル勝勝、動物園で治療的乗馬の展開を試みる富山市ファミリーパーク。どこも、しばらく滞在したくなる人々と馬たちのいるところでした。そんなところが増えていくことを願いつつ、第11号をお届けします。よい季節、皆さまの充実した活動を祈念申し上げます。(滝坂信一/本会理事長)

※この印刷物は 社会福祉法人 東京コロニーで印刷しております。

## ポニーのいる学校 [第5回]



埼玉県立深谷はばたき特別支援学校 教諭

小松 文

特別支援学校には、地域の特別支援教育を推進する役割があります。こうした役割のことを「センター的機能」といいます。

本校では、こうしたセンター的機能の一環として「親子教室」を実施しています。親子教室とは、就学前の発達に気がかりな子どもたちやその保護者を対象にした相談・支援機能です。この親子教室は月に1回のペースで行っています。今年度は夏休みにも実施しましたので、その紹介をさせていただきます。

7月28日(土)8月18日(土)、どちらも暑い日でしたが、たくさんファミリーが集まってくれました。遊具広場に集合してメロンの紹介をした後、乗馬体験とにんじん準備の二つのグループに分かれ活動を開始しました。乗馬体験の前に、調馬索でメロンの駆足を披露しました。速歩までしかできないかな…と考えていましたが、メロンは珍しいことにすんなり駆足をしてくれました。立ち上がってメロンの走る姿を見ている子どももいて、私たちも嬉しかったです。



メロンのかけあし

乗馬のときには基本的に保護者がサイドウォーカーになって子どもが乗りました。こわがながらもメロンに跨いで、のけぞったり前かがみになったりしていた不安定な状態から少しずつ体を起こして安定して座れるようになり、背筋が伸びてくると子どもはふーっと大きく息を吐いていました。それを見てにっこりしているお父さんがいました。初めてのポニーがこわくて近づけず、サイドウォーカーができなかったお母さんもいました。メロンに近づけない子どもでも、自分の兄弟が乗っているのをじっと見ていました。



少し怖かった初めての乗馬

にんじん準備では、子どもが大きな包丁を右手に持ち左手で押さえながら危なっかしい手つきでにんじんを切っているのを、お母さんがはらはらした様子で手伝っていました。

それぞれの活動を全員が体験してから、みんなで切ったにんじんをメロンに食べさせました。本校の子どもたちのえさやりのときには「順番に一人ずつ」と約束して行っていますが、なかなかあげられない子どもがいてメロンがイライラしてしまうことがあるため、親子教室では一斉ににんじんを持ってあげられる子どもがあげれば良いと考えました。意外なことに、7月の開催のときにはお互いに譲り合って順番を子どもたちが作っていました。8月には、すごく積極的な兄弟2人に負けまいとみんなでメロンに襲いかかるような勢いでにんじんをあげていました。



ママと一緒ににんじんの準備

避暑地に出かけている馬が多い中、メロンは埼玉県でも際だって暑いこの深谷(熊谷の隣です)の地で、本校教職員、そして子どもたちの支えもあり頑張ってくれています。今回の取り組みをとおして、発達に気がかりな子どもたちとその保護者が、子どもたちの育ちや自身の不安を解消できるよう学べたのも一重に彼女(メロン)のお陰だと感謝しています。

メロン、ありがとう!



手のひらにのせて挑戦したえさやり

## ドイツ乗馬(施設)レポート [第4回] ~Reitstall Enon (Bethel)~

在・ドイツNRW州

佐久川 未来

<経歴>東京都立川市生まれ/日本獣医畜産大学 畜産学科(現・日本獣医生命科学大学) ヤマハつま恋乗馬クラブ勤務/ドイツ国際平和村にて1年間の研修 LVR Fachschule des Sozialwesens卒/Heilerziehungspflegerin(障害児者教育・介護士)の資格取得 デュッセルドルフの特別支援学校にて、インテグレーションヘルパーとして勤務 ドイツ馬術連盟公認乗馬トレーナー資格を取得/ドイツ治療的乗馬協会の研修プログラムに参加予定

今回は、週に1度私が研修をしている治療的乗馬の施設Reitstall Enon(Bethel)をご紹介します。

### 福祉のまちBethel(ペーテル)

ドイツ・ノルドライン=ヴェストファーレン州ビーレフェルト市に「福祉のまち」として知られるペーテルがあります。ペーテルとは市内の1地区の名前であるとともに、1872年に1人の牧師によって設立されたキリスト教の福祉団体の名称でもあります。てんかん、知的障害、身体障害者、精神疾患を持つ人々及び、高齢者、社会活動に困難を持つ若者、ホームレスの人々など支援の対象は様々です。ビーレフェルト市ペーテル地区の住民全体の40%に相当する約8000人がこの施設で暮らしているといわれています。

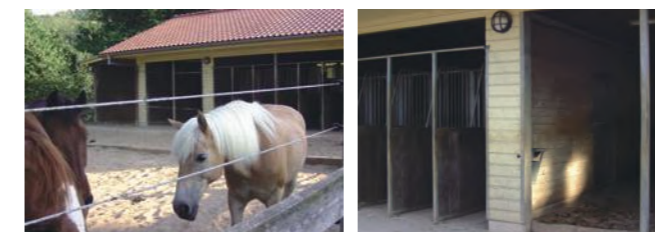
### Reitstall Enon(乗馬厩舎 エノン)

施設・管理

このペーテルでは施設利用者のために約30年前から治療的乗馬が行われてきました。1995年に新しく建てられた乗馬施設エノンは、ドイツ馬術連盟とドイツ治療的乗馬協会(DKThR)の公認施設に認定され、厩舎正面にはその標識が掲げられています。「人も馬も快適に過ごせる環境が大切」とベテランスタッフのディルク・バウムが語るとおり、厩舎はすべてバリアフリーでとても整頓されています。ここでは治療的乗馬のための馬やポニー9頭のほか預託馬7頭が飼育されており、障害や病気を持つ人だけでなく、普段、福祉とは全く関わりのない預託馬のオーナーたちも共に乗馬を楽しんでいます。また、この厩舎や放牧場を管理するのは、10名の障害を持つスタッフ、研修生、彼らをサポートする2人のスタッフ(ドイツ治療的乗馬の資格取得者1名と馬の専門家1名)です。馬の餌やりや厩舎掃除をはじめ、馬場の整備・放牧場の柵の修理まで、毎日とても熱心に働いています。



DKThR事務局長 Sacha Eckjans(左) Reitstall Enonスタッフ Dirk Baum(中央)と Enon所長 Peter Tröbst(右)



開放型厩舎での飼育 左:餌場/右:雨宿りや日よけ用スペース



ペーテル <http://www.behindertenhilfe-bethel.de/therapeutisches-reiten>.

### 治療的乗馬の実践

前号のニュースレターで滝坂さんが解説されていましたように、ドイツの治療的乗馬は、理学療法・作業療法・心理&教育・スポーツの4つの領域によって構成されています。ここ乗馬厩舎エノンでは、ドイツ治療的乗馬協会の資格を持った11人のスタッフ(半数以上がパート)が理学療法・心理&教育・スポーツ(余暇活動)の3領域で週におよそ120人のクライアントを対象に馬を介したアプローチを行っています。私が研修している木曜日の午後には、馬を介した特殊教育的軽乗が3グループに分かれて実施されています。1グループにつき90分。パドックや放牧場から馬を連れてくるところからスタートし、手入れ→馬装→ウォーミングアップ→軽乗または外乗→片づけ→手入れ→馬を厩舎へ連れて帰る、というのが毎回の基本的な流れになります。参加者は7歳~11歳の児童(ほぼ同じ男女比)で、皆ペーテルの教育相談所の紹介でここへやって来ることになりました。保護者や学校関係者からの相談理由としては、ADHDのため学校でのトラブルが絶えない、情緒不安定、知的障害、家庭以外で極端におとなしい(話をしない)など様々です。この3グループを担当するエルケ・ソバニア(社会教育学士)は、誰が馬を引くのか、誰が馬のどこをブラッシングするのか、軽乗の順番はどうするのか、馬上で誰とどのようなパートナー練習をするか等、すべて子どもたちに話し合わせます。この3グループにおいて彼女が特に重要視しているのは、子どもたちが軽乗(乗馬)の大会に出られるような演技を習得することではなく、馬を通して自分自身を見つめ直したり、人とのかわり方を学んだり、自分から新しいことにチャレンジすることだからです。

### 馬ごとに色分けされ整頓された手入れ道具や馬具



ランプとリフト

乗馬厩舎エノンは、ノルドライン=ヴェストファーレン州の法律に基づく「馬を介した特殊教育の専門家」資格取得プログラム(2年)において、実践授業のための施設に指定されています。