

# Activity Report: Equine Facilitated Project



## Contents

EFPとは P.1

2/2活動レポート P.2

今後の活動予定 P.4

## 障がい者乗馬とは

### 一障がい者乗馬とは

障がい者が乗馬を通じてレクリエーションや機能回復の機会を推進するとともに、スポーツとしての乗馬を楽しめる活動を指します。

馬は元来おだやかで人なつこく、従順であり、正しく接すれば、人間を攻撃しない、穏やかな生き物です。乗馬を通して命の尊厳を学ぶとともに、馬の世話や非言語コミュニケーションを通じた「気づき」や乗馬を通じた達成感を得ることが期待されています。

### 一障がい者乗馬の歴史

20世紀初頭、第一次世界大戦にまで遡ります。大戦で負傷したイギリス兵たちが、馬に乗ってリハビリを行ったことが、その発祥とされています。その後、「乗馬セラピー」は世界中に広まり、現在ではごく一般的な治療の手段として実践されています。

## 乗馬セラピー効果

### 一知的障がい者・児の場合

大型動物とコミュニケーション出来たことで自信が付き、日常生活が積極的になったり、家族以外の人と話さなかった子が、馬と一緒に歩いてくれたボランティアの人に話しかけるようになったり、馬に乗ることで姿勢がしっかりしてくるなどがあります。

### 一身体障がい者の場合

普段使わない筋肉を使ったり、馬のあたたかい背中にまたがることで、股関節が広がるなどのリハビリ効果や、走ることができない人でも馬に乗って走ること、風をきって走る爽快感が味わえるなどがあります。

## 馬との活動を通じて他者との関係を築くという事

EFP (Equine Facilitated Project)とは、人が幸せになるために、馬と馬をとりまく環境がもたらしてくれる恵みを目的をもって利用するプロジェクト。

mundefは、幸せな明日を迎えることをサポートする取り組み「Hope and Dream」プロジェクトのひとつとして、EFPを通じて、主に障害を持つ子どもたちが乗馬を通じてレクリエーションや機能回復の機会を推進しています。

目指すのは、誰でもが馬との活動を通して、忙しい日常を離れ、自然の中でゆったりとした時間を持つこと、その中で、よりよい関係—自然、動物、家族、自分、他者との関係を築いていくこと。

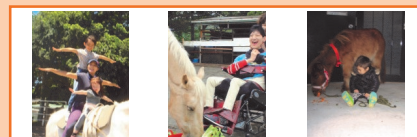
障がいを持つ人を含めたすべての人が、スポーツを楽しめることは、あらゆる人が、等しく社会にアクセス可能な社会を目指すことにつながります。そしてこのアクセシブルな社会の実現は、mundefが活動の軸に掲げる「世界的規模の課題の解決」のための第一歩でもあります。

世界中のすべての人が、自分たちの可能性に挑戦し続ける社会を目指して。そんな願いから、mundefはEFPをサポートしています。

## EFPの主な活動

EFPでは、生涯発達を目指したハッピーな馬との活動を発信しています。

- ⇒ 馬、自然とのふれあい
- ⇒ チームビルディング、コミュニケーション向上プログラム
- ⇒ 馬の世話をとおした社会体験・労働体験
- ⇒ 近隣農家との協力プログラム、収穫や食の循環を学ぶ
- ⇒ 低年齢児のグループ療育プログラム
- ⇒ 心と身体を育む子どものためのプログラム
- ⇒ 特別なニーズがある人の乗馬指導や乗馬活動コーディネート、支援
- ⇒ デイキャンプや季節ごとの行事の開催
- ⇒ ポニー出張(パーティ、イベント)
- ⇒ 外乗旅行
- ⇒ 講師派遣によるセミナー、クリニックの開催など



Equine Facilitated Project

HP: <http://efproject.web.fc2.com/>

## EFPスタッフ紹介

### 中田正子 Masako Nakata

東京出身  
立教大学教育学科卒 大学時代馬術部に所属

1998年より2008年までNPOにて障がい者乗馬のコーディネーター、インストラクターを務める。2009年太田恵美子氏と共にEFP設立。横須賀をベースにEFPのプログラムを実施。

馬と人の関わる活動のサポート、スーパーバイズ、講習会の企画準備、などを不定期に行う。

### 太田恵美子 Emiko Ota

東京都生まれ  
青山学院大学教育学科卒  
高校大学時代に馬術部に所属全日本女子学生選手権優勝

1995年RDA(英国障がい者乗馬協会)東南アジア地区インストラクターの資格を取得。障がい者乗馬の国税庁認定NPOを創設。

台湾、韓国での障がい者乗馬の活動を指導し設立に寄与。

2009年より中田氏と共に対象を障がい者に限らないEFPを立ち上げる。

スペシャルオリンピックス日本馬術トレーナー

EFPの活動は、多くのボランティアによって支えられています。



## 2014年2月2日 活動視察レポート

### スペシャルオリンピックス 馬術プログラム合宿と通常 プログラムを視察

### プログラムを視察



2014年2月2日、神奈川県横須賀市にある乗馬クラブ「グリーンフィールドET」で行われているEFPのプログラムの視察に、mudefスタッフが伺いました。

前日から2日午前にかけて行われていたのが、スペシャルオリンピックス日本の馬術プログラム。知的障がい者を対象に行われるスペシャルオリンピックスでは、これまで国内では馬術プログラムは認められていませんでしたが、今年秋からエキシビジョンとして参加することが決定しました。これにより、今後国内での大会開催を経て、国際大会への出場が可能になります。

この日は公式規定に則ったプログラムを実施。参加者11名がトレーナーと共に、巧みに馬を操ります。

今回のプログラムは2日間に分かれて宿泊することで、生活自立の訓練も兼ねていました。宿泊先では参加者たちが今後の目標や

地区大会について話し合うことができました。

スペシャルオリンピックスの合宿プログラムは午前に終了し、午後からは通常の乗馬プログラムが行われました。

EFPの視察を通じて繰り返し出てきたのが、「一人一人が異なるニーズがあること」です。例えば参加者の一人に触覚障がいの方がいました。限られたものしか触ることができない彼女ですが、プログラム終了後には自ら苦手なニンジンを手にしてそれまで乗っていた馬に食べさせていました。「馬に乗ったことで五感を刺激されたんだと思います。わくわく感もったことで、積極的に障れるようになったんですね」とトレーナーの太田さん。



馬と触れ合うことは、単に乗馬だけではありません。「家族でポニーに引き綱をつけて畑を一周するだけでも大きな意味があります。馬を連れて歩くだけでも、家族の中で会話が生まれます。大人も

馬を連れて歩くのが楽しいですよ。大人が楽しいことは子どもも楽しい。わくわくする気持ちがあつながるんです」。

現在EFPのプログラムに登録し、定期的に訪れる人は約20名。それぞれの差異を尊重したプログラムが実施されます。

### 馬とコミュニケーション

また、そのプログラムは障がいを持った人以外にも行われるのがEFPの特徴。今回参加した家族の一人に、障がいは持っていないものの、中学校から不登校になった妹さんがいる、という方がいました。「中学に入ったら学校に行けなくなってしまったんです。不登校の間にこの乗馬クラブに連れてきました。初めは固まってしまっていたんですが、次第に積極的になり、一人で通うように。今年からは北海道日高市にある乗馬ができる静内高校に1人で国内留学をしました。将来はお姉ちゃんのような障がいを持った人も楽しめる障がい者乗馬に携わりたいと話しています」。

障がい者乗馬の最大の特徴、それは馬を相手に、青空の下で馬に触れ、馬の声に耳を傾けることで、人と馬、さらに自分と他者との信頼関係を育むことができる事でしょう。知覚や運動能力を向上さ







## 2013年活動概要

1月13日 乗馬クリニック

7月26日 理学療養士による乗馬クリニック

11月3日 福岡・恵光園で台湾から講師を迎えて講習会「馬の活用の可能性」開催

【講師】

\*台湾セラピューティックライディングセンター Uta Rindfleisch-Wu (林煥恬)氏

台湾セラピューティックライディングセンター プログラム管理者/HETI (教育と治療における馬の国際連盟):理事/台湾馬術協会:ハラリンピック馬術部門責任者 Lillian Li (黎雅慧)氏

12月8日 理学療養士による乗馬クリニック

12月13日 ポニー児童相談所訪問



せることはもちろん、対人関係のこころを覚え、恐怖心を減少させることで積極的な社会性をはぐくむことが期待されています。

訓練された馬は人間を拒絶しませんし、正しい合図を与えれば常に一定の反応を示してくれます。そのため他人や社会に対して心を閉ざしてしまう子どもでも、馬に対しては心を開き自発的な行動をとるようになるという事例は数多く報告されています。

馬の動きを体全体で感じ取ったり、馬の感触や体温を味わったり、自然に移り変わる景色を受け止めたりすることは、日常生活ではなかなか得ることができない刺激です。それが訓練や学習というかたちではなく、楽しみながら行えることが乗馬の最大の特徴でもあります。

### 心と心をつなぐ

「ポニーを児童相談所や老人施設に連れて行くと、本当に喜ばれます。施設の中で共通の話題がなく、コミュニケーションを取らなかった人が、馬が来ることで、列になって順番で乗るのを待ったり、イベントの後馬の話題で会話が続くそうです。馬を中心としたコミュニケーションが期待されています。」

### 馬の役割の変化

長く人に愛されていた馬ですが、現在その役割が変わりつつあります。かつては農耕馬として、また町での使役馬としてその経済的価値が認められ多くの場面で馬が活躍をする場面がみられました。「馬が暮らす牧場とそうではない牧場で草の生育も違う。馬が草を食べた

りポロを出すことで、土地に栄養をもたらしたんです。」

「でも工業化によって馬の役割は変わりました。日本では現在対馬に在る在来種の対州馬のような農耕馬の数は減少しています」。馬は使役されるだけではなく、ペットとして、スポーツパートナーとして、多様な役割を持ちます。

従来の馬の役割に加え、共に生き環境に影響を与える生きものとして、人の心にコミュニケーション力をもたらすものとして、新たな関係を考え、構築する。そうした取り組みがこれからより一層求められるようになるのかもしれませんが。。



## 雑誌「SOTOKOTO」も取材 MISIA 対談

2013年2月よりエコ&ソーシャルなニュースを届ける月刊誌「ソトコト」でMISIAの連載「あふれ出る想い」がスタート。これまでにMISIAのアフリカ視察の思い出や、出会ってきた人々との対談を通じて、彼女の想いや社会や自然への視線を紹介しています。

今回の視察ではソトコト編集スタッフも同行、MISIAとEFP代表の中田正子さん、太田美恵子さんが対談しました。

馬の魅力と障がい者乗馬が与える影響、そして今馬と共に暮らすという事等、私たちに何ができるのか、馬と人、あらゆる生きものとの未来について語りました。

ソトコトは毎月5日、発売されます。障害者乗馬についての対談は2014年3月5日に発売予定です。



表紙は2/5発売日



英国より講師サラ・シャーマンさんを招へい、馬からの学びをテーマに4日間に渡りワークショップを開催。

## 2014年3月に英国より講師を招きワークショップ「learning to listen 馬からの学び」開催

- 20日(木):WORKSHOP1:「馬とのよりよい関係のために」
  - \* 会場 : 乗馬クラブ クリエ三浦
  - \* 馬の動作や反応から、馬のこぼを理解しよう。観察、ハンドリング、馬装、馬へのプレッシャーなどからの学び
  - \* 対象:クリエ三浦メンバー/クリエ三浦自馬オーナー(それぞれ半日開催)
- 3月21日(金)WORKSHOP2「馬とのよりよい関係のために」
  - \* 会場 :グリーンフィールドET
  - \* 馬の動作や反応から、馬のこぼを理解しよう。観察、ハンドリング、馬装、馬へのプレッシャー。馬とのアクティビティ、ランチなどを通しての学び
- 3月22日(土)WORKSHOP3「傾聴とアサーション 人とのよりよい関係のために」
  - \* 会場 :グリーンフィールドET
  - \* 自分も相手も他者も大切にすることを馬とのアクティビティなどを通して学ぶ
  - \* 対象:馬に接した経験がない方
- 3月23日(日)WORKSHOP4「ファミリープログラム～よりよい家族関係のために」
  - \* 会場 :グリーンフィールドET
  - \* 家族で馬とのアクティビティを体験する
  - \* 対象、参加要件:家族単位での参加。馬に接した経験は問わない

## Activity Report: Equine Facilitated Project



EFPの活動は、エルセーヌグループの支援を受けて実施されています。



一般財団法人 mundef

150-0001 東京都渋谷区神宮前1.14.13

tel: 03.5414.7778

E-mail: info@mundef.net

URL: www.mundef.net