「馬」のもつ魅力と子どもたちの活動

當　島　茂　登

（独立行政法人国立特殊教育総合研究所肢体不自由教育研究部）

１．はじめに

筆者は、1987年８月チューリッヒにあるてんかん病院（Schweizer　Epilepsie　Klinik）を訪問した際、案内してくれたDr.Nulerからその病院で乗馬療法を取り入れている話を聞いた。その時以来、乗馬療法に興味を持つようになった。この病院はチューリッヒ湖を眼下にできる丘の上にあり、この場所にいるだけで癒されるような素晴らしい環境であった。馬場の中央に大きな木があり、その周りに円形状に大きな柵が設けられていた。あいにく乗馬療法の活動の様子を見ることができなかったのは残念であった。

筆者らは、平成12年度から３年間「障害をもつ子どもへの馬の特性を利用した指導に関する研究」に取り組んできた。この間に国立特殊教育総合研究所のグラウンドで実施された、馬を用いた演習に参加した５名の児童・生徒の活動状況を通して、馬と障害のある子どもの関わりについて報告し考察したい。

２．活動の実際

（１）対象児童・生徒

１）「スマイルの会」の子どもたち

馬を用いた研究所での演習に参加した４名の児童（平成14年度）は「スマイルの会」のメンバーである。「スマイルの会」は横浜市が行っている地域支援の事業で、保護者が中心になって活動しているダウン症の子どもたちのグループである。筆者は平成10年10月から月１回（土曜日）、ボランティア活動としてスマイルの会で親子ムーブメント活動を行っている。

２）中学生の美香さん

美香さんは研究部の研究協力機関である中学校の総合学級（肢体不自由特殊学級）に在籍していた。現在（平成14年）は養護学校の高等部に在籍している。彼女は平成12年２月、本研究所の滝坂室長の「乗馬療法；『教育、療育における＜馬＞、＜乗馬＞の導入』について－奄美大島での可能性を探る－」講演を聞いた。それ以来、乗馬療法に強い関心を持つようになり、平成13年度に行われた研究所での馬の演習に参加した。

（２）期　　日

１）平成12年度

① 期間：平成12年10月14日（土）、15日（日）
② 場所：国立特殊教育総合研究所グラウンド
③ 参加：「スマイルの会」として参加したＳさん、Ｋ君、Ｄ君

２）平成12年度

① 期間：平成13年３月26日（土）、27日（日）
② 場所：国立特殊教育総合研究所グラウンド
③ 参加：「スマイルの会」として参加したＳさん、Ｋ君、Ｄ君と特別参加の美香さん

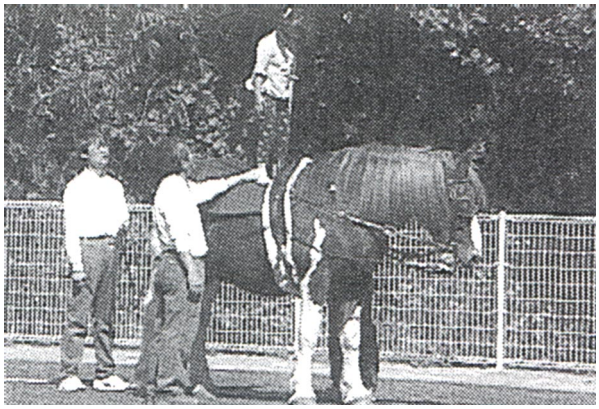
３）平成14年度

① 期間：平成13年９月８日（土）、９日（日）
② 場所：国立特殊教育総合研究所グラウンド
③ 参加：「スマイルの会」として参加したＳさん、Ｋ君、Ｄ君、Ｊ君

３．活動中のエピソード

１）積極的なＳさん

Ｓさんは馬が大好きで、初回からやや興奮気味に馬との関わりを楽しんでいた。餌をやったり、馬をやさしくさすったり、話し掛けたりしている場面が見られた。大型の馬（シャイアン）に乗っても同様にやや興奮気味にはしゃいでいた。馬がゆっくり歩くのに飽き足りず、早く歩くように馬上で体を前後に揺らしているのが見られた。しかし、やがてしゃべらなくなり、動きも少なくなった。背中がスー



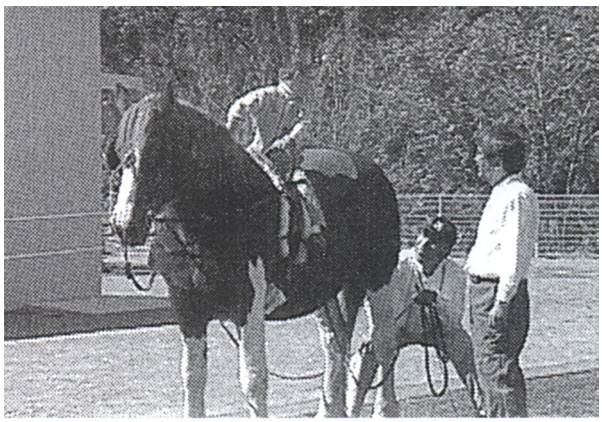
馬上で立位バランスＳさん

と伸び、自分の世界に集中している時間があった。馬上でボールを持ったり、後ろ向きに乗ったり、止まっている馬に立位になったりすることもできた。また、姉と一緒に乗ることもできた。

回を重ねるごとに、馬に乗る時の「あいさつ」が丁寧にできるようになり、馬上での馬に対する合図も自分でタイミングよく出せるようになった。Ｓさんは馬の歩く速度を速くして欲しい時に体を前後に揺らすようになった。馬が早足になると表情が一段と良くなった。少しずつ馬とのやり取りを楽しむことができるようになってきた。馬上で手を上げたり、手を膝の上に置いたり、馬上でのバランスと姿勢（背筋が伸びている）がよくなるなど変化が見られた。

２）引き馬から始めたＫ君

Ｋ君は最初の内は馬の大きさに驚いているようで、ポニーが入っている柵の外から見ていることが多く、促してもなかなか馬に近寄らなかった。しかし彼の行動から馬には興味を持っているように見えた。馬との触れ合いや乗馬を初めて経験する時には無理強いは禁物であり、指導者は柵の外からの馬との関わりを持たせるように工夫した。そのうち彼は指導者（獣医師）に餌を持たせ、その手を持って馬に餌をあげる場面が見られた。指導者は彼に対して馬に乗せることは行わず、柵の外から引き馬をしたり、柵の中に入って引き馬をするように指導を展開した。引き馬が気に入ったＫ君は、友達と替わるように促してもなかなかその指示を受け入れてくれなかった。しかし時間が経つにつれて、次第にその指示も受け入れるようになった。少しずつ馬との関係がもてたＫ君は、お兄さんと一緒に大型の馬に乗る体験ができた。回を重ねた結果、引き馬や馬に乗る順番を理解するようになってきた。また、馬のことを良く知っているＭ君と一緒に馬のブラシングをしたり、乗馬の準備をしたりなどの一連が行動を積極的にできるようになった。さらに、馬に乗る時に馬の正面から「あいさつ」ができ、馬上で手を横に広げたり、馬がコーナーを曲がる時に指示を出したりするなどの変化がみられた。



馬上で高橋さんとかくれんぼＫ君

３）牛乳を投げてしまたＤ君

Ｄ君は馬が大好きで、ポニーや大型の馬にも物怖じしないで乗ることができる。Ｄ君の体格から大型の馬に乗るのは身体に負担がかかるので、ポニーを多く使うようにした。ポニーの鞍のハンドルにつかまりながら最初のうちは上がり気味だった顎が次第に下がり、「うま」「うま」を連発していた。彼は大型の馬に乗りたいという気持ちを持ち続けていた。シャイアンに乗っているＤ君の笑顔は最高だった。彼は大型の馬でも鞍につかまりながら上手くバランスを取り、馬上で進行方向にまっすぐに視線を向けて姿勢を保ち、馬に動きを楽しんでいる様子が見られた。彼は大型の馬にお姉さんと一緒に乗ったり、ポニーの引き馬をしたり、馬と様々な関わりを経験した。土曜日と日曜日に研究所の馬の演習に参加したＤ君は、その翌日も馬に乗りたいという気持ちが高まり、保育園の昼食の時間についに牛乳を投げてしまった。彼のこの行動は保育士には理解できなかったようであるが、母親にはそのことの意味がすぐに理解できた。

馬上でリラックスＤ君

４）馬に慣れているＪ君

Ｊ君は研究所の馬の演習の以前に何度も乗馬を体験しているので、馬に対する親近感をもっている。スケジュールの都合で１度だけの参加となったが、馬に乗る前の「あい

馬上でボールを受け取るＪ君

さつ」など一連の活動を行うことが確実にできた。馬上では馬の動きに対応した身体の動きが見られ、早足にも身体が順応し、表情も姿勢も良く楽しんでいた。馬上で手を放す練習のために、ボールや小さなリングをサイドウォカーとのやり取りをしたり、両手を横に広げたりするなどの課題にも取り組んだ。

5）「私がコーヒー・・・」と感動した美香さん

美香さんは当時中学校2年生であった。彼女はとても積極的で明るい性格である。彼女は痙直型四肢麻痺の脳性麻痺があり、言葉はゆっくりであるが話すことができる。移動は車椅子を使っている。彼女はワープロを使って文章を書くのが上手である。

美香さんの乗馬は、大型の馬（シャイアン）を用いて行った。初めは股関節を開くのが難しいので、両足をそろえて横乗りから始めた、初日は美香さんを前方から一人、後方から二人で身体を支える形で乗馬を体験した。2日目は自分で身体を支えることが見られたので、安全を確保しながら後方からの支持を少なくした。

初めて乗馬を体験した美香さんは、その時の感動や自分の身体の変化を作文にまとめているので、それを以下に紹介したい。

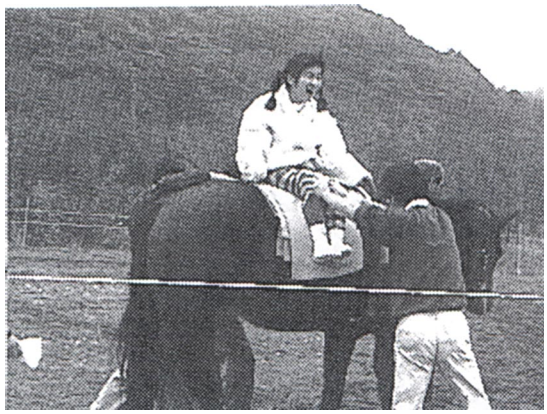
「馬たちから学んだこと」

畠　中　美　香

みなさんは、馬に対して、どんなイメージを持っていますか。私は、テレビで見るだけで実際に見たり、ふれあったりしたことがなかったので、馬に対しては、足が早い動物、優しそうな目をしているけど近よるとこわそうだなと感じていました。しかし、ある研修旅行が、きっかけで、私にとって馬が身近な動物になり、またとても大きな存在になりました。私は、今年（平成12年）の3月、横須賀の国立特殊教育総合研究所での乗馬療法に初めて参加しました。乗馬療法とは、くらを使わないで直接馬に乗り、馬の背中の筋肉や振動を利用して、体にかかる余計な緊張をほぐし、体の動かし方を自然に身に付けられるという身体的リハビリ、そして馬とのふれあいによって心理的な影響もあるといわれています。

研修の初日、私は、不安と緊張そしてどんなことが待っているのか興奮の連続でした。研究所の広場に着き4頭の馬と緊張の対面をしました。まず、目についたのがとても大きくてがっちりした馬で名前は「シャイアン」、おとなしそうな「エバ」、小屋に入ってさびしそうな「テキサス」、ポニーの「ピンキー」。最初に、背中のとても広い「シャイアン」に乗り、ボールのように体が軽くなり、とても不思議な気持ち、背中に寝た時は、体の中に電気が走るように暖かさが伝わり、体の力がすっとぬけて風にゆれる花のような気分で初めての体験でした。、さらに「エバ」に乗った時、私をまるごと受けとめてくれるやさしさ、あったかさを感じました。まるで私がコーヒーで「エバ」 はコーヒーカップの特大サイズ。私の不安な気持ちを感じとり、心の準備ができるまで、ひたすらじっと待っています。その後、わたしの声かけで歩きだした姿は、新鮮であり、大きな感動でもありました。動物も感情を持っています。いくら訓練を受けている馬とはいえ、ここまで相手の気持ちを大事に考えてくれます。私たちの人間が、一番学ばなければならないことだと思いました。相手の気持ちなどを無視して、自分だけが楽しければそれでいいという気持ち、自分の欲望だけをみたすために、人を傷つけたり殺したりする今の社会、私は馬たちとの出会いで、乗馬療法を通して、相手のことを考える大切さを知りました。馬は話すことはできない。その馬たちからたくさんのことを学べたのです。

私たち人間は、さまざまなコミュニケーションを通して、相手の気持ちもわかり、自分の気持ちも伝えることができます。その上でお互いの気持ちが理解できたり思いやりの心で接することができるのだと思います。私はぜひたくさんの人たちが、馬とのふれあう機会を作ってほしいと思います。そのためにも一日も早くこの奄美で乗馬療法ができ



乗馬を楽しむ美香さん

馬と一体の美香さん

るように、体験した楽しさ、馬のやさしさ暖かさを多くのみんなに伝えていきたいです。

４．考　　察

３年間で６回行った馬を使った演習に参加した「スマイルの会」の子どもたちと特別参加の美香さんの活動の様子を簡単にエピソードとしてまとめた。個々の子どもたちは最初は、遠足気分で参加していたが、次第に馬との関わりを深めたり、馬に関わることの楽しさを発見したり、自分の身体の動きに集中できるように変化してきた。自分と馬との関係だけでなく、自分と馬と友達との関係ができてきたり、また、馬との関わりを通して自分の気持ちをコントロールすることもできるようになってきている。このような変化について、以下の項目で考察する。

（１）個々に異なる関わり方

馬に対する子どもたちの関わり方は個々に異なっている。犬や猫などの小動物は苦手だが、馬はなぜか怖がらない子どももいる。演習に参加した「スマイルの会」の子どもたちも、それぞれみんな馬との関わりが異なっていた。Ｋ君は馬に馴染むまで時間がかかった。Ｓさんは馬と積極的に関わっている内に自分の世界に集中できるようになった。Ｄ君は大好きな馬といるだけで幸そうな表情をしていた。Ｊ君は馬に慣れ親しんでいる様子だった。馬は子どもたちにとってどんな存在なのだろうか。乗って楽しむだけの単なる道具なのだろうか。馬を見ている子どもの表情は活き活きと輝いている。馬の持っている魅力は乗馬だけではなさそうだ。引き馬から始めたＫ君は馬との距離を保ちながら、馬や指導者との関わりを楽しんでいた。馬の好物のニンジンをあげているＳさんの表情は真剣たっだ。Ｄ君は馬を見ているだけで幸せそうな表情をしていた。馬を用いた演習を通して、個々の子どもが馬とどのような関係にあるかを見て対応する必要があることを知った。決して指導者のペースで関わりを展開してはならない。子どものペースを測りながら個々の子どもの関わりを基盤に据える必要がある。また馬は敏感な動物なので、静かな環境の中で子ども達が自分の身体に集中できるように個に応じた対応が必要であることが分かった。

（２）馬の人への配慮

馬は乗るための道具ではない。一人ひとり異なる対応を「馬」が行っている。ある調教師から、「馬は乗る人に合わせて良くもなるし、悪くもなる」ということを聞いた。最初その意味が分からなかった。馬の扱いが下手な人の馬は、下手な人のレベルに馬が合わせるようになるということである。常に馬の良い状態を保つのが、調教師の仕事のひとつである。子どもたちが馬上で安定した姿勢を保持できるのは、子どものバランス能力に依るが、正しく調教された馬の持っている力に依るところも大きい。馬の背中を通して子どもたちの身体と馬の微妙なやり取りが展開されている。子どもが上手くバランスが取れるように、馬が上手く調整している。乗馬では子どもが楽しみながら、子ども自身の身体の機能（バランス、感覚・知覚機能など）を活性化させている。個々の子どもの変化は身体的機能だけでなく、馬との関わりを通して対人関係にも広がりを見せる。馬に乗る前、ブラッシングをしたり、あいさつをしたり（お願いします、ありがとう）、餌をやったりする中で馬との関係が深まってくる。筆者は子どもたちと共に馬と関わってきて、「馬の人への配慮」を感じることができるようになった。乗馬を通して子どもが「自信」を持つようになるなど、心理的な効果が期待できる背景には、この「馬の人への配慮」があるかも知れない。

（３）家族が共に参加できる乗馬

研究所における馬を用いた演習では、子どもを中心に家族と共に参加している方が多い。「スマイルの会」の方々も保護者と兄弟姉妹が共に参加した。子どもだけの参加よりも、保護者の方や兄弟姉妹が乗馬を共に経験することによって子どもの体験が共有できる。保護者の方が乗馬を体験すると、子どもの見方が変わってくる。乗馬療法を目的に調教された馬を初めて体験された方々は、今まで体験したことのない「心地よさ」を味わうことができたとの感想を持つ。保護者の方々は、「乗馬は楽しい」「楽しい思いを子どもに体験させたい」「動物とふれあう機会を作りたい」「乗馬によって身体の緊張がとれると聞いたので是非体験させたい」など様々な要望を持って参加している。回を重ねるごとに保護者の方々の演習への参加が変わってきた。最初は演習中の馬上の子どもに声を掛けたり、手を振ったり、遠足気分での参観している方が多かったように思われる。子どもと馬の関係が深まったり、保護者が乗馬を体験したりする中で保護者の観察の視点が変わってくる。保護者は次第に、子どもが馬上で集中したり、引き馬をしたり、馬の世話をしている活動をじっくり見るようになった。子どもと馬の関わりや馬を通した子どもと子どもの関わり、子どもとの指導者の関わりに気が付き始める。保護者の参加の仕方が、「遠足気分」から「体験を共有する世界」に変化する。「スマイルの会」の方々も、兄弟姉妹が共に乗馬の体験をした。Ｄ君もお姉さんと一緒に乗馬を体験した。Ｓさんもお姉さんと一緒に乗馬を体験した。大型の馬に乗ることを渋っていたＫ君は、お兄さんと一緒に馬に乗ることがきっかけになって大型の馬に乗ることができるようになった。

「乗馬の体験としては少ない回数であったが、馬を通し

て家族が共通の体験ができたことは大変嬉しい。」とある保護者が話された。研究所の乗馬の演習を通して、体験を共有することによって家族の絆が深まりを実感できたのであろう。

５．今後の課題

「次回の演習はいつですか」、「定期的に乗馬ができるところがありますか」など、問い合わせがある。馬を用いた演習に参加した保護者の方々からは、子どもの新しい面をたくさん発見することができた経験から、「継続的に子どもに乗馬を体験させたい」との要望があり、乗馬に対する子ども自身や保護者からの期待が大きい。今後の課題は日常的に、継続的に馬と関われる環境づくりをどのように進めていくかである。障害のある子どもとその家族が共に参加できる「専門性の高い乗馬の機会」を提供することが求められている。