

# 馬によるセラピー活動のためのガイドブック

～活動を安全に実施するために～



公益社団法人 全国乗馬倶楽部振興協会



## 目次

■ はじめに	1
1. 使用馬	
（1）馬の選定	2
（2）馬の調教	3
（3）飼養管理	4
（4）馬具	5
2. 利用者と騎乗者	
（1）情報収集と説明	6
（2）活動時における留意点	7
（3）服装・用具等	8
3. サービス提供者	
（1）チーム	9
（2）インストラクター（活動統括者）	11
（3）リーダー（引き役）とサイドウォーカー	13
（4）スタッフの服装・心構え	14
（5）利用者の受入れ基準の設定	15
（6）個人情報	16
4. 活動プログラム	
（1）活動プログラムの作成と留意点	17
（2）安全な騎乗と下馬	18
5. 施設設備	
（1）活動の実施環境	19
（2）活動の実施場所（馬場等）	20
6. 緊急対応	
（1）事故の予防（事前措置）	21
（2）事故時の対応	22
● あとがき	23
≪付録≫ 緊急時活用シート	



## はじめに

馬は人類による家畜化の長い歴史の中で人と共存共栄し、私たち人間社会と深い絆で結ばれた、かけがえのない伴侶動物となっています。それは、馬が人間にとってコミュニケーションをとりやすい性質の動物であることに加えて、馬には私たちが到底及ぶことのできない卓越した潜在能力が多く備わっているからです。つまり、馬は人との関わり方次第で、多様な能力を発揮できる、「引き出し」の多い素晴らしい存在であると言えます。

近年、全国各地でポニーなど馬を用いたセラピー活動や「ふれあい活動」が活発に行われるようになってきました。このような活動は、障がいのある人には、心身の機能回復を通じた生活の質（QOL）の改善が期待され、また、成長期にある子どもたちには身体感覚、感性、自尊心、思いやり精神、コミュニケーション能力などの向上も期待されます。その一方で馬の良さを最大限に活かすためには、馬と人の双方にとって安全な活動が実施できるよう、関係者は心がけなければなりません。

本ガイドブック（「馬によるセラピー活動のためのガイドブック」）は、すでにこの分野の活動に携わっている方々、あるいはこれから活動に取り組もうとしている皆さんが、より安全に、円滑に活動するための一助となることを目的として作成したものです。本ガイドブックでは、特に安全性に配慮した活動を行うための①使用馬、②利用者と騎乗者、③サービス提供者、④活動プログラム、⑤施設設備、⑥緊急対応について、基本的な考え方や取組み例をまとめています。

馬を用いた活動は、スポーツ的な意味合いや運動を楽しむもの、子どもの成長や青少年の心身の発達等を促すもの、教育的な視点を含むもの、高齢者等の健康増進など、その目的が様々であり、対象者も身体が不自由な人だけでなく、児童・生徒、高齢者、ひきこもりの状況にある人など多岐に亘っています。そのため、これらの活動を一括して表現する呼称は、国内外で統一されたものではなく、状況に応じて色々な呼び方が用いられています。

一方、わが国では、従来から「ホースセラピー活動」という言葉が幅広く使用されており、一般社会でも受け入れられています。このような現状を踏まえ、本ガイドブックでは、「ホースセラピー活動」という表現を主に心身に障がいのある人を対象にして、馬を用いて（介在させて）、あるいは馬に関係する環境を用いることによって、そうした人々の健康を促進する諸活動の意味で使用しています。

なお、これらの活動は、近年、発展の一途にあり、本ガイドブックの記載内容も今後の経験の積重ねや情報共有などが進む中で、追加や修正が必要になると思われるので、ご理解の程よろしく願います。

－ 1.使用馬 －

## 1. 使用馬

### (1) 馬の選定

ホースセラピー活動で使用する馬は、楽しく安全な活動を提供するために、人を信頼し、十分な調教が済んでいることが重要になります。また、騎乗者や活動を補助するサイドウォーカーの体格や技術に合わせて、馬の選定を行うことも大切なポイントとなります。

一般的に日本人の体格では、体高 135cm 前後で馬体に幅のあるポニーが使いやすいと言われており、その性格も穏やかで温和であり、人との活動に慣れていることが望ましいでしょう。

そして、「馬たちがこれらの活動を安心してできるように」「馬の健康状態に気を配る」「馬が嫌がることや痛みを伴うことは行わない」なども人との良好な信頼関係を構築するために心がけたいものです。

### 【馬の選定方法】



◎ 騎乗者の体格や 技術、活動の内容に合わせて馬を選びましょう。



◎ サイドウォーカーの身長と馬の大きさにも配慮が必要です



◎ 乗馬の技術を習得し、単独で騎乗できるレベルになれば、体躯の大きいサラブレッド（150～160cm）などの使用も選択肢に入ってきます。

### ホースセラピー活動で使いやすい馬（例）

性格	急な環境の変化に動じない 温和で人を信頼している
体高	135cm 前後
種類	ポニーや半血種
性別	セン馬（去勢した牡馬）・牝馬
年齢	5 歳から 15 歳くらい

## (2) 馬の調教

ホースセラピー活動を安全かつ円滑に行うためには、馬と人との間で十分な信頼関係が築かれていることが基本となります。馬が人や飼育・活動環境、馬具などに慣れているだけでなく、人の指示を理解し、乗馬や引き馬などを落ち着いて行えるように馴致・調教されていることが求められます。生まれてすぐから、人との関わりがあった馬は、馴致・調教をうまく進めやすいとされています。

馬の調教は、馬の反応を観察しながら行います。馬にとって新しい事柄となる場合には安心感を伝え、一つひとつその意味を学習させる作業が必要になります。例えば、馬への乗り降りの際には馬は動揺せず静止していることが求められますが、馬がこれを理解し嫌がらないように訓練しなければいけません。特に、騎乗者に運動機能の障がいがある場合はなおさらです。

また馬たちは、乗馬中には調教されたとおり、リーダー（引き役）や騎乗者の指示に従って静止・発進・進行・停止を円滑に行えることに加え、さらには、不意の物音や騎乗者の不安定な動きなどにも、極力落ち着いていることが求められます。

そのために、馬たちは専門的な知識や技術のある者によって十分に馴致・調教されていることが不可欠となります。もちろん、活動を始めた後も、定期的に馬の動作や歩様等の状態確認や再調教を行いましょう。

### 【ホースセラピー活動に用いる馬の馴致・調教の基本】

従順性：人の指示を理解し、人を信頼して行動することができる

安定性：騎乗時や下馬時に静止状態を維持できる

騎乗者や周囲環境に不意の変化が生じて動じない



◎ レッスンで使う道具には事前に十分に馴らす必要があります。

### (3) 飼養管理

馬との良好な関係を保ち、信頼関係を築くためには、日頃から愛情を持って接することが何よりも大切です。なお、馬の管理者は「動物の愛護及び管理に関する法律（1973年制定）」の精神に従って、馬を適切に管理することが求められます。

馬を適切に飼養管理するためには、その健康状態を常に把握しておくことが前提となります。「馬の体格や運動量を考慮して、栄養の過不足がないように配慮する」「検温や手入れを通じて体調の変化に留意する」「馬房に閉じ込めっぱなしにしない」「運動をやり過ぎないように活動計画を整える」などもきちんと守りましょう。

馬も人と同じように疲労が溜まったり、発熱すると食欲がなくなるなど、全身にいつもの快活さがなくなります。また、騎乗活動によって、馬の背や肢などに痛みが出ることもあります。馬の体調や様子に異変を感じたときは、活動をすぐに中止し、必要に応じて獣医師や装蹄師など馬の専門家に相談します。馬を飼い始めたら、馬の治療に詳しい獣医師などへの連絡方法を確認しておきましょう。

なお、活動を終えた後は、馬たちに十分な休息を与えることを心がけてください。ホースセラピー活動やふれあい活動に用いられている馬は、人への従順や活動時の状況変化に左右されない精神的な安定が常に求められるため、良好な心身状態を保持させることは活動の安全性を守るうえで重要となります。

ちなみに家畜伝染病予防法の観点から、繋養馬については、農林水産省のホームページに掲載している飼養衛生管理基準（馬編）に基づいた飼養管理をお願いします。

◎「農林水産省消費・安全局『農林水産省飼養衛生管理基準（馬編）』（2017）」

[http://www.maff.go.jp/j/syouan/douei/katiku\\_yobo/k\\_shiyou/](http://www.maff.go.jp/j/syouan/douei/katiku_yobo/k_shiyou/)

#### 【飼養管理の要点】

- ・ 餌と水                   : 餌は過不足なく適切な量か  
                                  水はいつでも飲めるか
- ・ 健康チェック         : 発熱、外傷、痛み、疲労などがいないか
- ・ 衛生監視               : 感染症予防のための措置（消毒、予防接種、  
                                  動物侵入防止など）を行っているか



#### (4) 馬具

馬を活動に使うためには、馬具が必要になります。馬具には、鞍や手綱、鐙（あぶみ）、ハミ、腹帯、頭絡、リード（引き綱）等があります。これらは、騎乗者やリーダー（引き役）が目的に沿って、馬を安全かつ効果的に操作、誘導するための道具です。

例えば、鞍は騎乗者が安定した座位を保つために重要であり、また馬の背中を傷めないためのものでもあります。一般的な総合鞍のほかにも、軽乗鞍、障害鞍、ウエスタン鞍など乗馬の内容・目的によって使い分けられており、騎乗者の姿勢や下肢などの矯正を容易にする矯正鞍が使用されることもあります。鞍の前の部分にサドルホルダーなどを装着して、騎乗者が手で掴みやすいように工夫もできます。ホースセラピー活動時にも、安全性を確保するために必要に応じて使用を検討してください。

手綱には、一般的な手綱のほかに、手が不自由な人でも操作しやすいループ手綱やはしご手綱などもあります。また、安定して騎乗するために鐙にも配慮（安全鐙の使用など）が必要となることがあります。

騎乗者の状況によって、安全性が高く活動しやすいものを使うこと、適切な馬具を選択することは、活動の基本的な前提条件となります。

#### 【活動に使う馬具（例）】



総合鞍



軽乗鞍



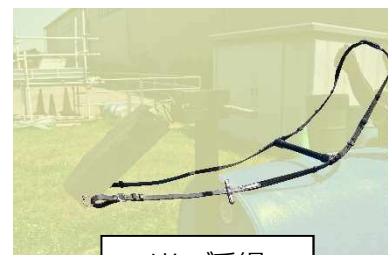
ウエスタン鞍



矯正鞍（補助パーツ付）



安全鐙（ねじ着脱式）



はしご手綱



矯正鞍（補助パーツなし）



安全鐙（ベルクロ着脱式）



カラー手綱

## 2. 利用者と騎乗者

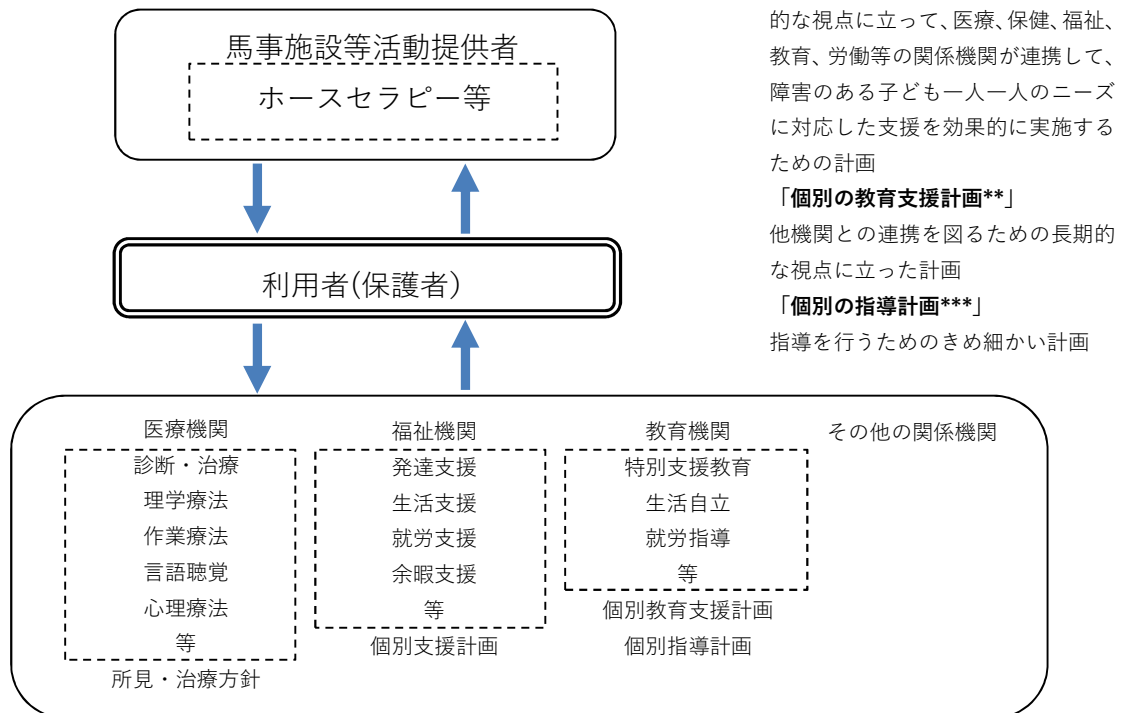
### (1) 情報収集と説明

ホースセラピー活動を安全で適切なものにするためには、利用者の健康状態の把握や障がいについての理解を欠かすことができません。また、コミュニケーションのとり方や活動上の留意点などを予め知っておくことも必要です。これらは、利用者との直接の交流に加え、保護者・同伴者から聞くことができます。また、保護者を通じて主治医、学校、福祉施設等から得ることもできます。特に、医療情報、福祉サービス機関で作成される「個別の支援計画\*」(サポートブック)、学校で作成される「個別の教育支援計画\*\*」や「個別の指導計画\*\*\*」は、活動プログラムの作成や適切な対応を行うために大変参考になります。なお、これらの個人情報については、その取扱いと管理に十分な注意が必要です。

このような、医療・福祉・教育等の関係機関との交流・連携は、適切な活動を行い、利用者の生活全体をより豊かなものにするだけでなく、ホースセラピー活動が広く社会に普及していくことにもつながります。

一方、利用者の状態や活動の経験値、受入れ側が対応できる活動範囲によって、ホースセラピー活動の内容を制限することや、活動自体を見送ることはやむを得ないことです。自分たちの施設・団体等で対応できること、できないことを利用者、保護者に明確に説明し、理解を得ることは、良好な信頼関係を培うために大切なことであり、この活動を行ううえで重要な基本事項ともなります。

#### 【利用者の用いる社会資源間の連携と活動の充実】



(2) 活動時における留意点

活動を始める前に、利用者本人、保護者、また付き添いの人たちと顔を合わせ、挨拶をしたり、話をしたりすることは、その日の利用者の活動意欲や心身のコンディションを把握するために大切なプロセスです。その会話の中で、予定している活動プログラムを分かりやすく説明しましょう。このような時間を持つことは、利用者等が活動に見通しを持ち、意欲を高め、お互いの信頼関係を形成することにつながります。

一方、活動中に利用者の心身の状態が大きく変化することがあります。インストラクターからの呼びかけや指示に対する反応、馬上での表情や姿勢、四肢の動きなどの変化などに注意を払い、安全・安心な活動を心がけましょう。

夏季の熱中症予防（人も馬も水分補給など）や冬季の寒さ対策も必要です。騎乗による活動は、一般に 10 分から 20 分間程度を目安としますが、利用者の状態によって、心身に過度な負担となるようなことを避け、疲れる前に活動を終わることを常に心がけましょう。活動プランにこだわらず、活動を中止する勇気も必要です。「無理をしない・させない」の基本ルールを守りましょう。「次回の活動に楽しみを残すこと」をお互いが理解し合い、期待をつなぐことはホースセラピー活動本来の姿でもあります。

また、活動後に、利用者、保護者など、みんなでその日を振り返る機会を持つこともホースセラピー活動の一環であり、情報や体験の共有は、充実した次の活動に結びつくことになります。

【情報や体験の共有】



事前打ち合わせ  
活動後の振り返りを行いましょう

活動記録表（例）

活動記録表			
名前:	天気:	日時:	
	体温:		
インストラクター:	馬:	リーダー:	サイド① サイド②
馬装:	乗馬の方法:		
インストラクター	レッスンの目標・課題・プラン:		馬場の配置
	実際の内容と達成度合い		
	インストラクターのコメント		
本人・保護者	今日の体調・精神状態		
	前回のレッスン後の様子		
	本人・保護者のコメント		
リーダー	リーダーのコメント		
サイド	サイドウォーカーのコメント		
その他特記事項			

### (3) 服装・用具等

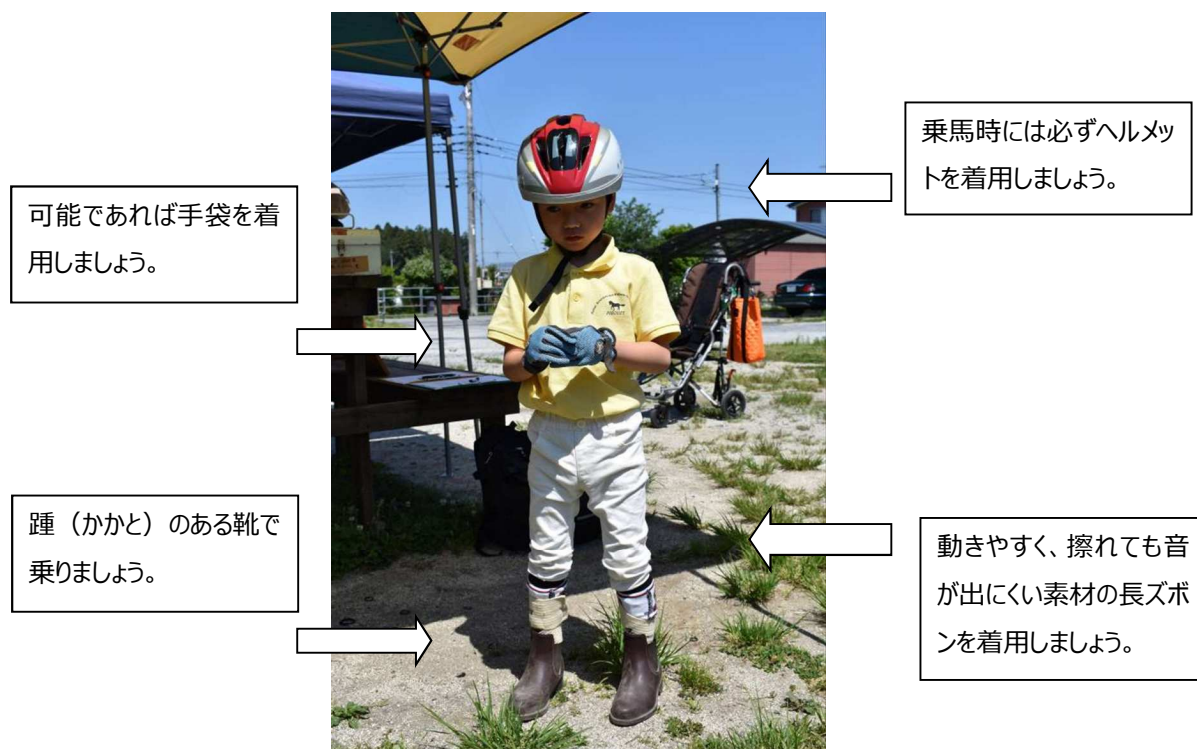
騎乗を含めて、馬とともに行う活動に適した服装は、「身体を動かしやすいもの」「擦り傷などから身体を守れるもの」「馬を不快にしたり、驚かせたりしないもの」などが基本となります。身体をきつく締め付けたり、騎乗するのに両肢を開くのが困難な服装なども適していません。怪我を予防するために、半ズボンなどの着用は避けましょう。また、擦れる音の出るような素材やひらひらする衣服は、馬を不安にさせ、トラブル発生の原因になる危険性があります。利用者だけでなく、保護者や同伴者など活動の場をともにする全員に同じことを意識してもらいましょう。

騎乗活動時には、利用者の安全を守るためヘルメット（三点固定式）を着用することが基本です（公益社団法人 全国乗馬倶楽部振興協会（以下「全乗協」）発行『乗馬安全マニュアル』〔2014〕を参照）。

頭部を保持する力が十分でない利用者の中には、ヘルメットの着用が困難なこともあります。そのようなときには、乗馬を行わない活動（騎乗しないで行うホースセラピー活動）を提案するなどの配慮と工夫も必要と言えます。

活動時に着用する靴は、活動内容によって異なります。厩舎作業などは、長靴で良いでしょうし、乗馬活動時は足先が鎧に深く入り過ぎないように、踵（かかと）のある靴が適切です。加えて、手指の保護のためには手袋の着用を勧めます。

#### 【 騎乗時の服装 】



### 3. サービス提供者

#### (1) チーム

##### ①チームメンバーの構成)

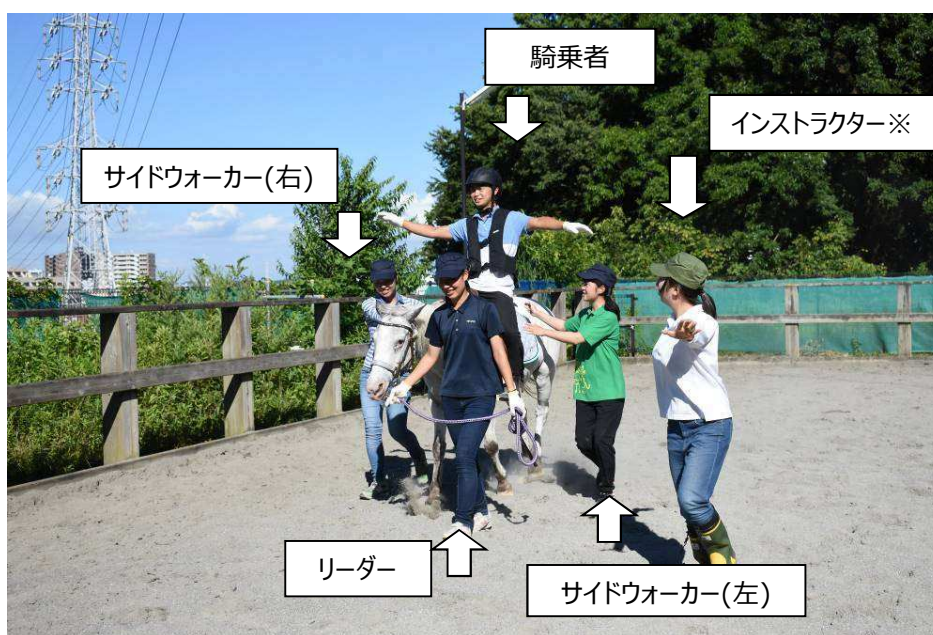
ホースセラピー活動において乗馬（騎乗）のプログラムを行う際には、一般的に「インストラクター\*」、「リーダー（引き役）」、「サイドウォーカー」が協力して活動を実施します。全ての活動は、利用者や騎乗者のために行われていることを忘れず、実施される活動プログラムの目的と内容をしっかりと理解し、取り組みましょう。

それぞれの役割を担うためには、利用者の疾病や障がいのことだけでなく、使用する馬の特性等をしっかりと理解しておきましょう。また、その時々状況に応じて適切な対応方法を判断するためには、インストラクターとリーダーは常に馬をコントロールできる技術を持っていることが重要となります。

利用者や騎乗者に直接的に関わる者のほかにも、プログラムを実施する会場の準備やスタッフの調整・対応といったマネジメントを担う役割など、ホースセラピー活動の実施には、間接的にプログラムに関わる人たちが必要となります。活動プログラムに関わるスタッフは、お互いにどのようなメンバーが参加しているか確認し、密に連絡を取り合い情報共有することを心がけましょう。

ホースセラピー活動に取り組むためには、人に関わる専門家が「馬を扱えるようになる」、馬の専門家が「人の疾病等を学んで取り組む」、あるいは人の専門家と馬の専門家が「協力して始める」、このプロセスが不可欠であり、大切であることは言うまでもありません。

#### 【 活動に直接関わるスタッフ 】



\* ここでいう「インストラクター」とはホースセラピー活動の中心となり指導する者であり、全乗協の乗馬指導者資格保持者（乗馬インストラクター）を示す言葉ではありません。（詳細 P.11 参照）

## ②チーム内の連絡・連携・役割分担

ホースセラピー活動においては、インストラクター、リーダー（引き役）、サイドウォーカーだけでなく、間接的に活動に関わる人たち（馬の手入れを行っている人や会場を管理している人など）も含めて、全てのスタッフがチームとしてプログラムを実施していることを意識しましょう。

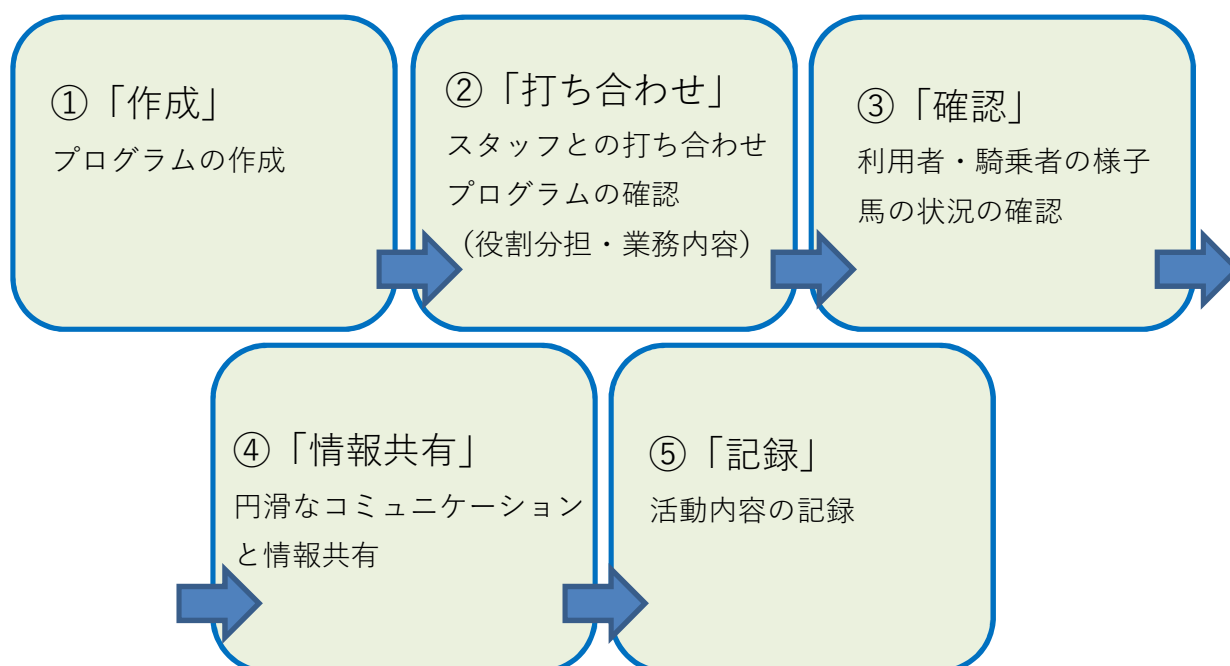
活動開始前には、チーム全体で打合せを行います。一般的にはインストラクターが進行役を務め、利用者や騎乗者が目指す目標や活動プログラム内容を中心として、当日行われる活動における役割分担について、きちんと説明・確認し、情報共有をします。利用者や騎乗者の様子（本人、保護者等、医療関係者からの情報）や介助内容・方法、使用する馬の状況（馬装、準備運動時の様子）などを忘れずに確認します。

活動時は、スタッフ間の円滑なコミュニケーションを心がけ、利用者や関係者の様子・天候や活動場所の状況・馬のコンディションの変化など、どんなことでも気づいたことは速やかに情報共有し、適切な判断をしましょう。

活動終了後には、スタッフが分担して、利用者や騎乗者ごとに個別に書面等で活動内容や状況、利用者の反応などを記録しておけば、次回以降の活動時に適切で効果的なプログラムを考えやすくなります。（P.7〔活動記録表（例）〕参照）

チーム全体として、普段から利用者や騎乗者の現状に関し、医師や理学療法士（PT）、作業療法士（OT）、言語聴覚士（ST）、公認心理師や臨床心理士などの医療や教育領域の専門家と連携を取って、適切な指示と助言を得ておくことも活動には効果的かつ大事なことになります。

### 【活動で行うこと】



## (2) インストラクター（活動統括者）

### ①インストラクターの役割

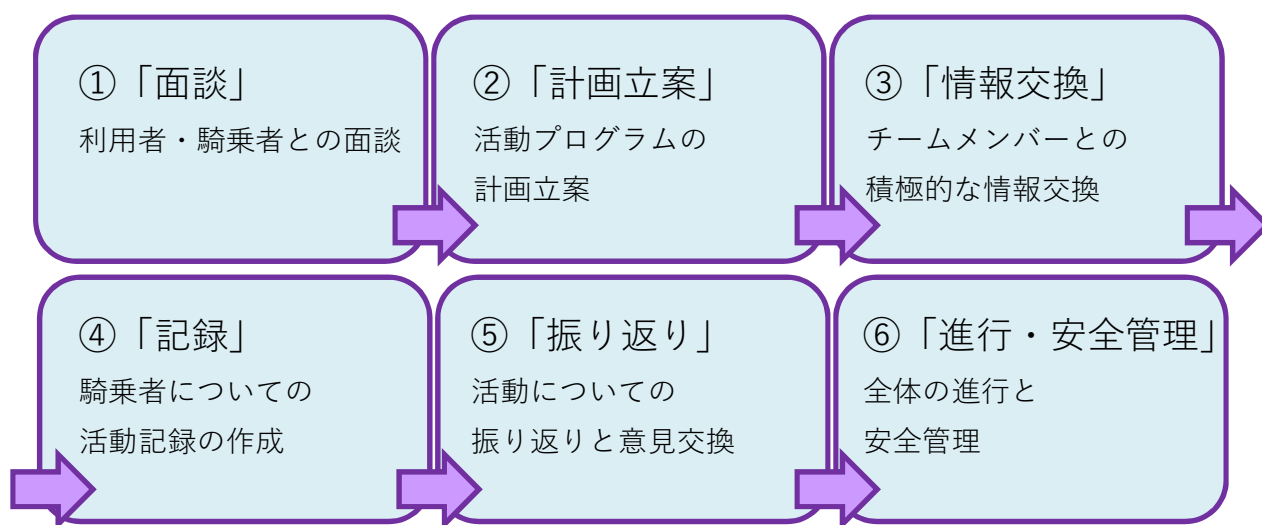
インストラクターは、ホースセラピー活動の統括者であり、一連の活動全てを指揮し、指導と運営を行うとともに、活動全般に関する責任を負います。

その役割のためには、活動前に利用者や騎乗者と面談を行い、最新の心身の状態などを把握し、利用者の意向、希望などを踏まえ、どのような活動を行うのかを判断します。達成目標を明確にした活動プログラムの計画を立案することがインストラクターには望まれます。

また、目的と内容を含む個別の活動プログラムを毎回の活動前に作成し、活動チームのメンバーと積極的に情報共有しましょう。活動終了後には活動チームのメンバーと協力して、利用者や騎乗者の活動記録を作成すると良いでしょう。併せて、インストラクターを中心として、活動についての振り返りや意見交換を行うことで、次回以降の課題を整理し、明確にすることができ、メンバー全員が課題を共有しやすくなります。

また、インストラクターは、チームとして活動するリーダー（引き役）やサイドウォーカーの技術水準や経験値をきちんと把握しておかねばなりません。活動中の現場で起こる全ての事柄について、状況把握することに努め、利用者や騎乗者のみならず、保護者や同伴者、そして馬やスタッフが安全かつ安心に活動に参加できるように臨機応変な指示と助言を行うようにしましょう。

### 【インストラクターの行うこと】



## ②インストラクターの責務

インストラクターには、馬の取扱いを習熟していることに加えて、医療・福祉・教育といった、人に関係する分野の知識や技術を兼ね備えていることが望まれます。さらには、利用者や騎乗者の疾病や障がいについての知識だけでなく、これらに関する介助や支援方法などを理解していること、経験を有していることも求められます。

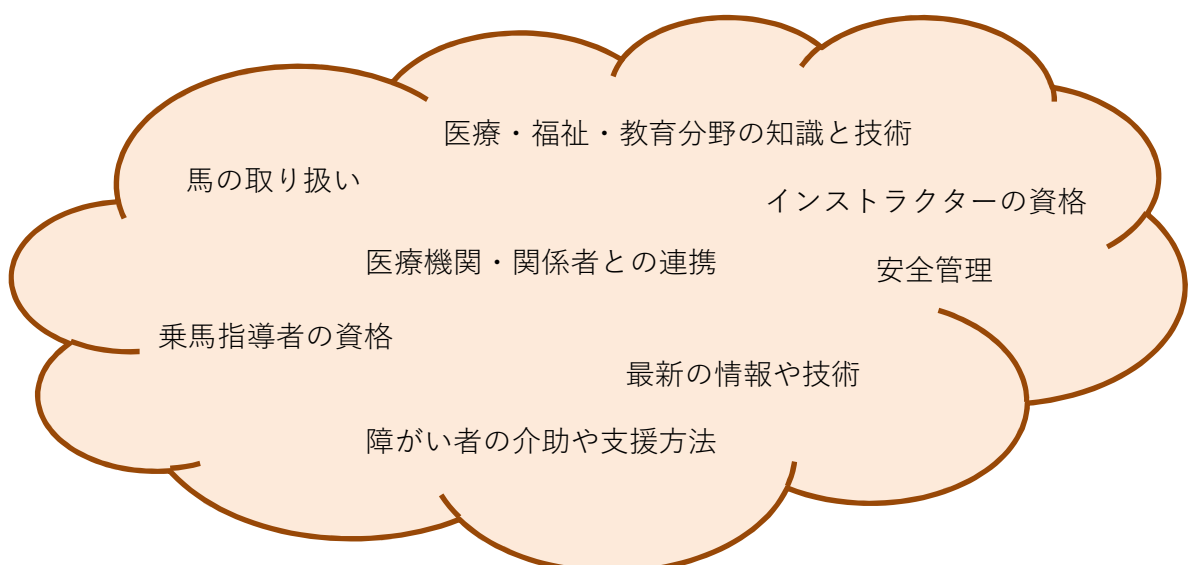
そのためには、保護者や同伴者だけでなく、主治医など医療関係者、介護やリハビリに関わる福祉や教育などの専門家と連携を取り、情報共有を図ることを考えておきたいところです。

もちろん、ホースセラピー活動に関する講習会等に参加することや同様の活動をしている人と連携・協力を進め、最新の技術や情報を習得するための努力も必要となります。自分たちが取り組むホースセラピー活動の内容を踏まえ、これに合致するホースセラピー活動のインストラクター資格（民間のもの）の取得なども考えてみたいところです。

インストラクターには、その他にも乗馬ができること、適切な馬の飼育方法に関する知識やセラピー馬の調教技術なども必要です。利用者等の騎乗活動をより一層安全に行うためには、全乗協が認定する一般の乗馬に関する「乗馬指導者資格」も有効と言えるでしょう。

そして、日常的な活動においては、安全に関するガイドラインを理解したうえで「ヒヤリ・ハット」のインシデント（出来事）があれば、これをチーム全体で認識するなど、インストラクターにはチーム全体のリスクマネジメントの意識を高めておく役割があります。

### 【インストラクターが習得しておきたいもの】





### (3) リーダー（引き役）とサイドウォーカー

リーダー（引き役）は、活動中、インストラクターの指示のもとに馬の操作を「引き手」として行います。このため、乗馬ができ、馬の安全な取扱いができる経験と技術を有していることが望まれます。また、馬を円滑に動かしたり止めたりする役割を担うので、常に騎乗者や馬の様子に注意していなければなりません。

サイドウォーカーは、騎乗者に最も近いところで活動に関わり、馬の横で騎乗者への適切な介助や支援を行います。騎乗者は、それぞれ身体の状態が異なるので、まずはその特性などを理解しておくとともに、騎乗中の変化や精神の状態などを把握することに努める必要があります。わずかな状態の変化であっても、速やかに他のメンバーにも伝え、迷わず適切な対応をしましょう。

身体面のサポートや介助が求められるリーダーやサイドウォーカーは、安全な活動を行うために人の障がいや疾病に関する専門的な知識にも関心を持ちましょう。理学療法士（PT）や作業療法士（OT）など専門家による講習を受けることもその一つの方法です。

なお、緊急時に騎乗者を馬から下ろす「緊急下馬」に関する技術は、体験・経験しておくことが求められます。

### 【 リーダーとサイドウォーカーの役割 】

#### サイドウォーカー

騎乗者の横で介助・支援を行います。インストラクターの指示で介助を行ったり、インストラクターからの指示を騎乗者に伝えます。また、騎乗者に異常があった時には、速やかにチームのメンバーへ伝えます。

#### リーダー（引き役）

馬をコントロールする役割です。安全にレッスンをを行うために馬に対して責任を持ちます。



#### (4) スタッフの服装・心構え

##### ①服装

スタッフは、利用者や騎乗者、その関係者を活動の場に受け入れる立場にあり、節度ある服装を心がけます。ホースセラピー活動では、馬を取り扱うことや介助・支援を行うことから、動きやすく、人や馬と接しても怪我や不快感を与えない服装・身だしなみをしましょう。

また、直接的に介助や支援をすることもあるのでアクセサリは外し、靴は馬場の中で運動ができるものとし、もちろん過度な付け爪や香りのきつい化粧品などは避けておきます。

##### ②心構え

活動に関わっている間は、常に利用者、騎乗者、馬の動きに集中して緊張感を持ち続けます。安全・安心な活動を提供してこそその活動であり、そのための集中と緊張です。特に騎乗中は、何が起こっても対応できるような心構えを保持してください。「緊急下馬」が必要なケースなどは、突然やってきます。

ホースセラピー活動の場は、利用者や騎乗者にとって居心地の良い場所とならなければ、活動の効果は半減すると考えて下さい。そのために、まずは利用者や関係者等に思いやり、親しみと敬意の気持ちを持って接しましょう。

平素から、自分たちの活動の参考となる、あるいは興味を持てる講習会などに参加することや、他の人たちの取組みを知る機会となる学会やシンポジウム、講演会などに出かけることは、知識や技術を得るだけでなく、良い指導者や仲間との出会いにつながります。それらは、より豊かで充実した活動に結びつくと考えましょう。

#### 【スタッフの服装】

リーダーやサイドウォーカーと同じような服装が最も適していると言えます



### (5) 利用者の受入れ基準の設定

ホースセラピー活動を安全で安定的に継続するとともに、利用者等が安心・信頼して活動に参加するためには、馬に関わる部分を中心として、基本事項やルールを明記した「利用者の受入れ基準」を設けておきましょう。活動に関係するメンバーがこれを共通事項として認識し、守ることとなります。

この受け入れ基準は、自分たちの所有している馬（体格や頭数、調教状況）やスタッフの知識や技量に応じて整理しましょう。具体的な項目としては、①実施できる活動内容、②受入れ人数（日程的なものを含む）、③利用者等の身体的な条件（身長、体重等）、④対応できる障がいや疾病の種類や程度（一見して分かりにくい重度な身体的な疾病〔心臓疾患等〕がある場合は特に注意が必要になります）、⑤活動に関する家族等の協力の有無や範囲、⑥移動時間・距離（体力的な面）などに加え、屋外の場合は、⑦天候や気温などの気象条件も含まれます。

同じ活動チームであっても、活動場所や馬の状況等によっては、受け入れることのできる利用者等は異なることがあります。自分たちが実施できる活動をしっかりと認識するとともに、事前に活動内容を利用者や保護者などに伝え、同意を得ておくことも必要です。

活動の実施について速やかに、適切に判断できるように、これらの基本・基礎となる受入れ基準を定めておきましょう。

#### 【利用者の受入れ基準：項目例】

- ① 活動内容 自分たちができること、できないことを整理しておきます。
- ② 受入れ人数 使用する馬や活動環境をふまえるものです。
- ③ 身体条件（身長・体重等）
- ④ 障がいや疾病の種類や程度  
自分達の経験や知識を前提とします。
- ⑤ 家族の協力
- ⑥ 移動時間・距離
- ⑦ 気象条件（天候・気温等）  
予定していた活動を休む場合の目安とします。

## (6) 個人情報

利用者等に関する個人情報については、「個人情報の保護に関する法律（平成15年施行）」に従い、適切に取扱うことが義務付けられています。

活動に参加する人や同伴者の氏名・生年月日・性別・住所・写真など個人を特定できる情報が個人情報です。特に不当な差別等を招くおそれのあるものとして、既往症等は「要配慮個人情報」とされ、このような情報の取得については、原則として本人（又は代理人）の同意が必要となります。

個人情報が記載されている書面は、鍵のかかる書庫等に保管するなど、情報の日常的な管理も厳密に行うことが必要です。デジタルデータでの保存の場合には、パソコンの利用に制限をかけるなど、不特定の人が閲覧できないようにしておきます。また、機械の故障等によるデータ消失への対応策として、定期的にバックアップを取っておくことも情報管理の一環となります。

もちろん、利用者だけでなく、例えば、活動支援をしてくれるボランティア等の個人情報も同じような対応が必要となります。

その他にも活動時の写真・動画の撮影や使用は、肖像権やプライバシーに配慮し、撮影行為や、これらを使っての情報発信等を行う場合は、事前に本人、家族、保護者、関係者の了承を得る必要があります。

### 【ホースセラピーの領域に関連する主な法律・指針】

- ・ 「個人情報保護法」
- ・ 「動物の愛護及び管理に関する法律」
- ・ 「障害者自立支援法」
- ・ 「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」  
(利用者を対象として研究を行う場合)

他

## 4. 活動プログラム

### (1) 活動プログラムの作成と留意点

ホースセラピー活動プログラムを始めるに当たって、騎乗者が障がい者の場合には、障がいについての診断名、現在の心身の状態、通常の運動負荷が可能かどうかといった情報を主治医から予め得ておきます。

最初は、利用者の状態や必要に応じて、理学療法士（PT）や作業療法士（OT）などの立合いで体験乗馬を行い、その所見を取ることも望ましいでしょう。また、初めて馬に触れる、騎乗するような初期の段階では、「アプローチレッスン（馬に乗るための取組み）」\*などもお勧めします。

利用者や騎乗者の活動プログラムは、各人ごとに一定期間（通常は月単位）で達成したい項目などを定めるとともに、活動日ごとにその日の目標や達成度（項目）を簡潔に整理しておきます。毎回のプログラムや使用馬、馬具、介助方法などを活動開始前にチーム全体で確認しておきます。

活動プログラムの作成は、インストラクターが担当しますが、日本では統一的な資格認定の制度がまだ整っていないことから、民間のインストラクター資格の取得者やその指導のもとで、あるいは活動経験のある専門家の意見を反映し、作成することとなります。

活動プログラムの作成・実践に当たっては、利用者の障がいの特性をきちんと把握・理解しておくだけでなく、最新の状態の確認も忘れないようにしましょう。懸念される点があれば、活動を中止し、延期する決断が必要となります。

### 【活動を安全に行うためのプログラム】

- ・ 騎乗者に合わせた安全な活動プログラムの作成・確認
- ・ 活動実施日の目標と、短期～長期目標の設定
- ・ 騎乗者の変化に合わせたプログラムの見直し

#### \*アプローチレッスン（馬に乗るための取組み）

最初は区切られた小さめの馬場で保護者とともにレッスンを行います。

このとき、騎乗者に対するレッスンプログラムの適切さや騎乗者の周辺環境への適応性等を観察します。このことは活動を安全に行う上でも大切なステップです。利用者は乗馬のほかに馬に直接触れる、馬体や馬具にシールを貼るなどの動作を通じて、全身で馬や道具を感じる感覚を養えるようにします。

初期の段階の経験は後々まで影響することが多いので、本人の状態を見ながら、できるだけ本人が納得するまで回数にこだわらず行います。当初は小さな馬を使い「進め・止まれ」が騎乗者の意志でできるという感覚を覚えてもらいます。

## (2) 安全な騎乗と下馬

障がいのある人がホースセラピー活動で馬に乗る（騎乗）、降りる（下馬）場合は、通常よりも時間を要します。この間、馬は動揺することなく、静止していなければなりません。その上で安全に、速やかに、効率良く、騎乗や下馬ができるような工夫が必要となります。

騎乗や下馬の方法は、利用者の障がいの状態などを踏まえ、最も安全な方法を考えなければなりません。また、その方法については、本人や同伴者、チームメンバーが相互に理解し、確認しておくことも重要です。特に股関節の開閉等に問題がある騎乗者の場合には、騎乗や下馬の際に大きく足を広げる動作は危険なため、適切な乗り方、降り方、介助の仕方などを考えましょう。そして、鞍や鐙（あぶみ）は、矯正鞍や安全鐙の使用を検討するなど、工夫をしましょう。

騎乗や下馬を補助する道具として、マウンテンランプ<sup>\*1</sup>やプラットホーム<sup>\*2</sup>があります。これらの道具の使用によって安全に騎乗ができるようになり、介助者の負担も軽減されます。なお、下馬の際は、騎乗者の着地位置や身体が、馬の腹下に入り込まないように十分に注意しなければなりません。

\*1：騎乗や下馬の際に、スタッフが騎乗者をサポートしやすいように使用する台。

スロープや階段がついており、通常は、馬場柵の外側に設置し、馬をこの台の真横に付けて騎乗、下馬をさせます。（P.19【マウンテンランプ】参照）

\*2：馬の背丈に合わせて、人が乗ることのできる台。マウンテンランプと一緒に、あるいは2つのプラットホームで馬を挟む形で設置します。

両側からの介助などでスムーズな騎乗、下馬を行えます。

### 【騎乗時と下馬時の主な留意点】

- ・ 騎乗する場所（マウンテンランプやプラットホームの位置、それらを使用しての騎乗かどうか等）
- ・ 乗り手の上肢、下肢の緊張や弛緩の具合、左右の利き手、利き足
- ・ 馬上での座位の安定性（自力で座っていただけるか、一点を支えると安定するか、両側の支えが必要か等）
- ・ 補助用具（サドルホルダー等）
- ・ 騎乗姿勢の維持方法（どのようにサポートするか等）

## 5. 施設設備

### (1) 活動の実施環境

ホースセラピー活動を行う場所には、利用者や騎乗者、保護者や同伴者だけでなく、車椅子の人、高齢者など様々な人の来場が考えられます。このため、主に活動を行う馬場や厩舎、蹄洗場（ていせんば）だけでなく、関係者が利用するクラブハウスやトイレ、駐車場など施設全体がバリアフリー対応となっていることが望まれます。

また、活動場所は、テーブルや椅子の備品や設備なども怪我等の心配がないよう、安全性や安定性について十分に配慮します。その他に円滑で安定的な活動を行うためには、馬への乗降補助で使用できるマウンテンランプ（スロープ）、天候や騒音等の影響を受けにくい屋内馬場などの活動環境が整っていれば心強いと言えるでしょう。

どんなに注意していても、事故やトラブルを全て防ぐことは容易ではありませんが、それゆえに、ホースセラピー活動を行いやすく、活動に適した環境作りはとても重要です。準備しておきたい望ましい施設設備の具体的な例としては「安全な馬場」「馬がリラックスできる場所・空間」「利用者等が休める控室」「安全な動線の確保」などが挙げられます。

#### 【マウンテンランプ】



スロープでの昇り降りができ、適度の高さのあるマウンテンランプからの騎乗・下馬は、騎乗者や介助者だけでなく、馬への負担も軽減されます。

## (2) 活動の実施場所（馬場等）

ホースセラピー活動は、馬を用いる活動であり、柵などで囲まれ、区切られた場所（馬場等）で行うことが望ましいと言えます。活動する空間を明確にすることにより、馬も人も落ち着いた環境で活動できるだけなく、馬が逃げようとすることを予防し、放馬した場合の対応も容易になります。

特に騎乗活動を行うときは、手入れが行き届いた平坦な「砂馬場」が適しています。このような場所であれば、馬は安定して歩くことができ、落馬した際にもクッションが効き、その影響を比較的小さくすることができます。また、「外部や周辺からの刺激が少なく落ち着いた環境」「インストラクターやチームメンバーの目が届く適度な広さ」「騎乗している人が環境による不安を感じにくいような条件を満たす」なども活動場所を検討するときには大切です。

学校などの教育機関やイベント会場、公園などに出向いて活動する際には、「馬が動く範囲を置き柵やロープで区切る」「クッション性のある地面の場所を選ぶ」「介助やサポートする人を増やす」など様々な工夫をし、安全確保をしなければなりません。また、活動範囲を明確にすることは、関係のない人が活動場所に紛れ込む危険を回避するためにも必須です。

そして、このように外部で活動を行うケースでは、馬に関する高い技術を有する専門家と一緒に活動を行うことがいつも以上に大切となります。

### 【 柵で囲われた平坦な砂馬場 】





## 6. 緊急対応

### (1) 事故の予防（事前措置）

インストラクターだけでなく、活動に参加するチームメンバーは、常に事故に対する心構えを持つとともに、怪我や急病に備えて救急法についての知識と技能を習熟しておく必要があります。そのためには、「普通救命講習」などの受講が有効です。

ホースセラピー活動を行う施設には、事故が発生した場合、すぐに応急処置ができるよう、緊急連絡先の把握や救急箱を準備しましょう。また、万一に備え、担架や自動体外式除細動器（AED）の設置も望まれます。

日常の活動においては、事故に結びつく「ヒヤリ・ハット」が生じた際にチームメンバー全員で情報共有し、対策を話し合い、実行することが事故を防ぐ最善策ともなります。

※「ヒヤリ・ハット」とは、重大な事故等に直結してもおかしくない一歩手前の事例の発見のこと。いかに予防し、対処するか、ヒヤリ・ハットを予防することが重要となります。



救急箱

緊急連絡先のメモ



自動体外式除細動器（AED）

### 【事故への備え】

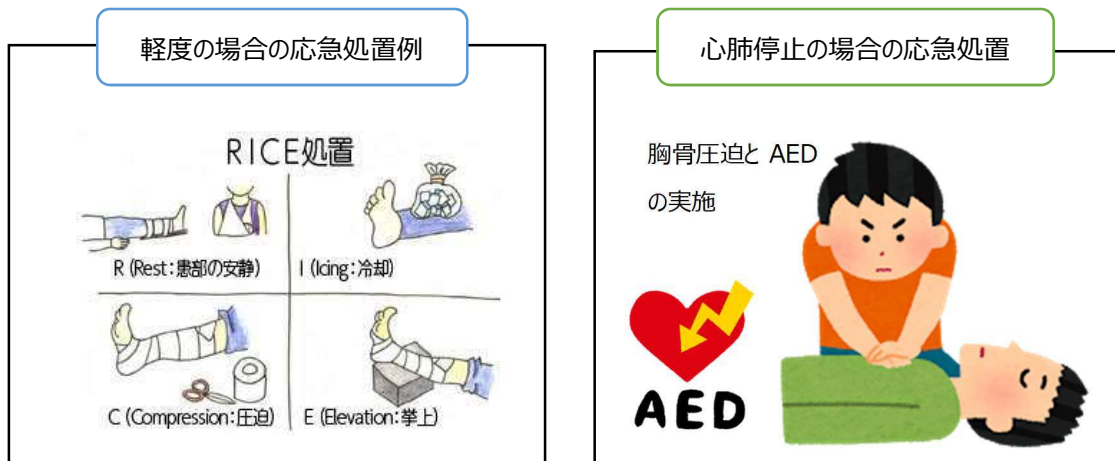
- ・ 救急救命講習会を受講するなど、緊急時に対応できるスタッフの養成
- ・ ヒヤリ・ハットを全員で情報共有
- ・ 適切なスタッフの配置を行う
- ・ 参加同意書や重要事項説明書などによる活動意思の確認
- ・ 利用者等を対象とする保険加入
- ・ 外部機関（医師や病院、PT や OT、獣医師等）との連携
- ・ 利用者等に関する緊急連絡先や担当医療連絡先の把握
- ・ 事故等の緊急時における対応方法の整備・情報共有・訓練
- ・ 最寄りの医療機関の把握（輸送経路、連絡手段等）

※ 巻末に「付録」緊急時活用シートがあります。事前に緊急先等を記入し、目立つところに貼っておきましょう。また、これらを参考に独自のシートを作成することもお勧めします。

## (2) 事故時の対応

どのような活動や運動（スポーツ）においても、活動中・運動中の事故、それによる怪我を100%予防することは難しいでしょう。特に心身の改善などを目指す利用者などと、それを真に支えたいと思う人が一緒に取り組むホースセラピー活動において、そのような事故や怪我が起こることは、本当に残念で悔しいことです。

それゆえに万が一事故が起きてしまった場合には、馬をその場所・現場から遠ざけ、周囲の安全を確保し、すぐに応急処置を行い、少しでも懸念される状況がある場合は、救急搬送の手配を含め医療機関に連れて行くなど素早い対応を心がけ、実践してください。



### 【事故時の対応】

- ・ 119 番通報、救急救命措置など果たすべきことを実践する
- ・ 安全が確保されるまでは、馬を用いた活動を中止する
- ・ 利用者や騎乗者の担当医療機関（医師）への連絡を行う
- ・ 事故の事実関係を正確に把握し、記録する
- ・ 道義的責任を真摯に果たすこと（誠意ある姿勢や態度、発言）を心がける
- ・ 日頃から利用者や騎乗者、その家族からの信頼を得る
- ・ 他のスポーツからも事故対応等の先例を学ぶ
- ・ 被害者の利益の遺失を担保できる保険に加入する

## あとがき

本ガイドブック（「馬によるセラピー活動のためのガイドブック」）は、公益社団法人 全国乗馬倶楽部振興協会が行っている「障がい者乗馬・ホースセラピー活動等を支援するための事業」（JRA 日本中央競馬会・特別振興資金助成事業）の事業推進委員会が協議・検討した結果の概要をまとめたもののひとつとなります。

この委員会は、これらの分野における実践者・活動者、あるいは教育や研究として携わっているメンバーなどで構成されており、今回のガイドブックに関しては、様々な意見交換等を重ね、委員会の委員が執筆を担当しております。

わが国でも馬との関わり（乗馬やふれあい）は、心身に望ましい効果が期待できるとの観点などから、全国各地でホースセラピー活動が注目され、活発になっています。

このような状況を踏まえ、本ガイドブックは、安全で効果的にこれらの活動を実施するには、どのような事柄が基本的に大切なポイントとなるかを主な課題として、整理したものです。このため、これらの活動が本来、求められる極めて専門性の高い部分への説明、案内については、今後の課題としてまとめていることとお断りしておきます。

最後になりましたが、本ガイドブックが現在この分野の活動に携わっている方々、あるいは将来この分野で活動することを考えている皆さんの参考、一助となり、国内におけるホースセラピー活動が円滑に発展、普及するためのきっかけになることを期待しています。よろしくお願いいたします。

本冊子の発刊にご協力頂いた方々

令和元年度「障がい者乗馬・ホースセラピー活動等を支援するための事業」事業推進委員

委員長	三木則夫（執筆担当）	一般社団法人 日本障がい者乗馬協会	理事長
委員	芦内ひろみ	一般社団法人 大阪北河内ユネスコ協会	理事
	井原昌代（執筆担当）	NPO 法人 障害者のための馬事普及協会	副理事長
	柏村文郎	帯広畜産大学	元教授
	川嶋 舟（執筆担当）	東京農業大学	准教授
	白井華子	乗馬通訳	
	高橋のりこ	NPO 法人 西日本障がい者のための乗馬	代表
	滝坂信一（執筆担当）	NPO 法人 日本治療的乗馬協会	理事長
	局 博一（執筆担当）	東京大学	名誉教授
	中田順寿	認定 NPO 法人 RDA JAPAN	理事長

（委員 50 音順 敬称略）

編集 公益社団法人 全国乗馬倶楽部振興協会

住所 〒105-0004  
東京都港区新橋 4-5-4 JRA 新橋分館 5 階

電話 03-6402-5800（代表）  
WEB <http://www.jouba.jrao.ne.jp>

※本冊子はホースセラピーを含めた乗馬の普及に使う場合、  
ご自由に複製いただいて構いません。また、本冊子は  
以下の URL よりダウンロードが可能です。  
<http://www.jouba.jrao.ne.jp/horse-therapy/>



発行	公益社団法人 全国乗馬倶楽部振興協会
初版発行	令和元年 12 月
第 2 版発行	令和 2 年 2 月
印刷所	西谷印刷

「付録」

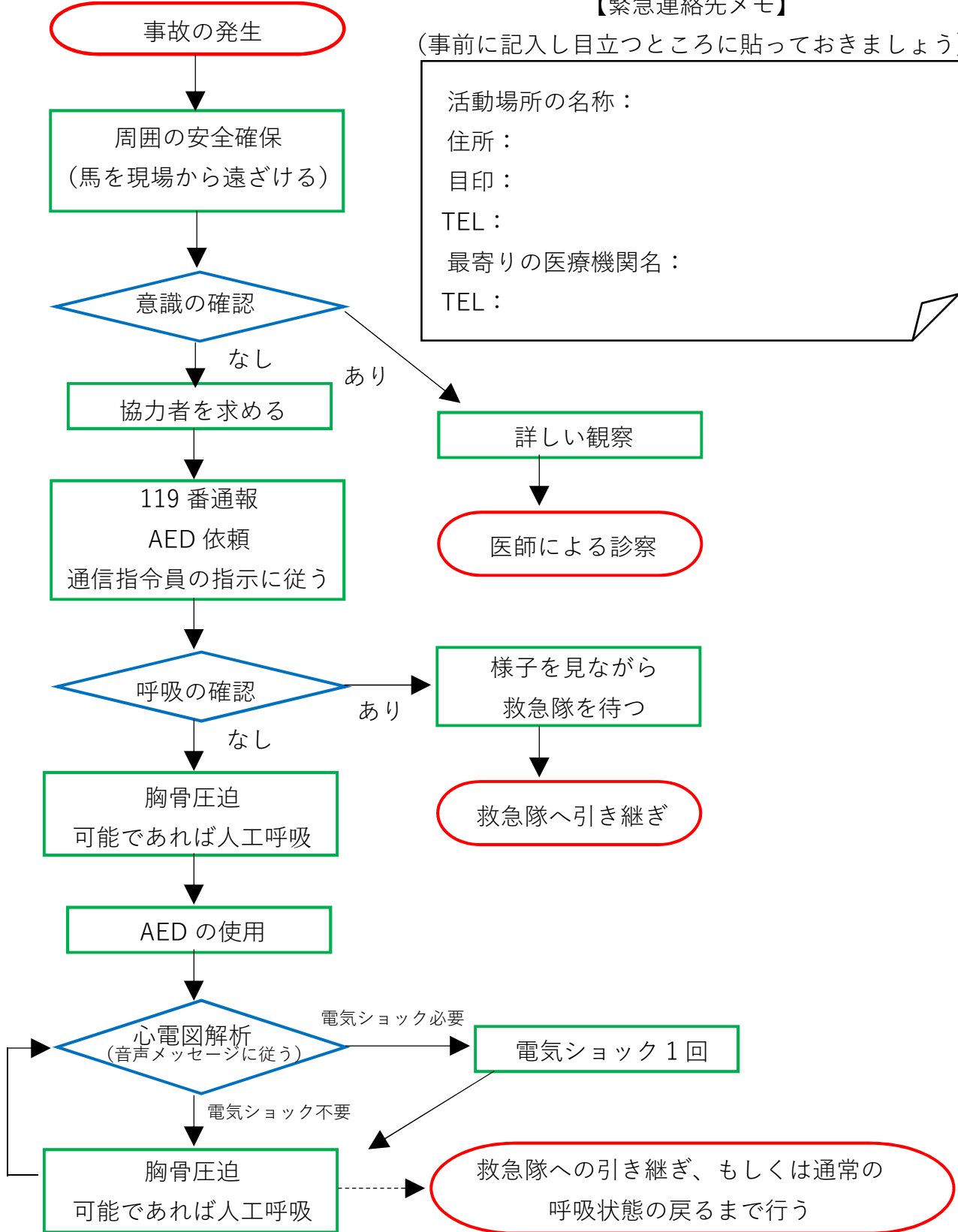
緊急時活用シート (切り取り・コピーしてお使いください)

【緊急時フローチャート】

【緊急連絡先メモ】

(事前に記入し目立つところに貼っておきましょう)

活動場所の名称： 住所： 目印： TEL： 最寄りの医療機関名： TEL：
--



本紙を参考に各活動団体・施設に合わせて作成することをお勧めします



