

2019

5月 19日

ひる13時～

ホースセラピーサークル

馬んまる

5月の活動

(ポニー活動)



馬に  
乗ってみませんか?

どなたでも  
気軽に安心して  
ご参加いただけます。  
はじめての方もお待ちしております!!

※雨天、積雪時は中止（小雨は遅延開催もあります）

2019年5月19日（日） 13:00～16:00（予定）

ホースセラピーサークル

馬んまる

5月の活動



- |       |   |
|-------|---|
| 場 所   | おかやまファーマーズ・マーケット・ノースビレッジ内 琵琶湖忍者国際ホーススクール  |
| 対 象   | 心身にハンディや障がいをお持ちの方(お子様含む)  |
| 申 込   | 締切 開催4日前 ※当日騎乗する障がい児・者のご兄弟も体験乗馬できます。  |
| 参 加   | 費 おひとり 1,000円(税込み/保険代含む) ※初めて参加の方の体験料金です<br>※2回目以降の方は会員種類と活動時間で決定。(プログラム時間は要相談)   |
| 服 装   | 長ズボン、スニーカーまたは長靴(サンダル等は不可)   |
| ご 注 意 | ※その方に適した騎乗方法で騎乗していただくため、身体機能などについて<br>お知らせいただきますが、ご了承ください。<br>※初参加の騎乗プログラムは馬場2周程度ですが、個人のハンディの内容でプログラ<br>ムの内容は変わります。寒さ対策は各自で行ってください。<br>※天候や騎乗者の健康状態などにより、騎乗が困難または危険と判断した際に<br>は、ふれあいのみとさせていただきます。<br>※保護者の方の同伴が必要です。<br>※中止の場合の振替日は現在予定していません。次回開催は後日連絡します。 |

申込み方法

STEP 1

事前に電話、メールアドレス(gmail)またはFacebookメッセージにて、  
①参加希望日と②申込み用紙(裏面)項目1)～8)の内容をご連絡ください。

STEP 2

当日は、裏面の申込み用紙をご記入の上  
切取ってお持ちください。

## ホースセラピーって、なに？

「ホースセラピー」とは、馬を使ったアニマルセラピー（動物介在療法）のことです。日本ではまだ馴染みがありませんが、イギリスの養護学校では一般的に乗馬が取り入れられているように、世界では長い歴史があり様々な効果を上げています。日本では障がい者乗馬と呼ばれる所が多いです。馬んまるが行う活動は、医療行為ではありません。安全に楽しむための乗馬活動を行い、その結果が心身の回復や癒しなど様々な良い方向へ結び付いていけば良いという「セラピューティックライディング」の考え方で行います。

## はじめて乗馬を体験されるみなさまへ

乗馬を始める時には、乗馬者は馬に乗っても問題ないかどうかをあらかじめ医師及びインストラクターとよく相談します。もっている障がい馬に乗ることによって悪化をしないか？馬の動きによる刺激によって発作が起きないか？馬に対しての制限体重を超えていないか？などを確認します。そして、いよいよボランティアの助けを借りながら乗馬をすることになります。乗馬にあたっては、使用する馬やサポートが許容できるバランス・重量などに制限があるため体重に制限を設けています。また、乗馬に適さない病気や疾病があるので、医師の確認をとってもらう必要があります。

## ボランティアスタッフがサポートします！

乗馬者個人の体調に合わせて、充実感や満足感が持てるプログラムをみんなで楽しめます。指導は、療育乗馬インストラクター、障がい者スポーツ指導員が行います。乗馬活動には大人しく人懐っこい馬を使います。より安全な乗馬になるよう、乗馬者をチーム（インストラクター、リーダー、サイドウォーカー）でサポートします。



## 障がいにあわせた乗り方を紹介しています。

乗馬について身体に不安がある方は、担当医師とこれらの乗馬方法についてご相談ください。なお、乗馬方法等について医師からの指示があれば、参加当日に必ずご連絡下さい。



乳幼児の仰向け（うつ伏せ）騎乗

横向き騎乗①  
開脚なし

横向き騎乗②  
片足をかけ、斜め前向きでやや開脚

前向き騎乗①  
鞍上に膝、足をあげて跨がる。やや開脚

前向き騎乗②  
鞍上に膝、足を跨して跨がる。少し開脚

前向き騎乗③  
鞍から膝、足を下すように跨がる。開脚

活動場所：おかやまファーマーズ・マーケット・ノースヴィレッジ内  
琵琶湖忍国国際ホーススクール  
岡山県勝田郡勝央町岡 1100

※岡山市内より主要地方道 岡山美作線経由 1 時間 30 分  
※中国自動車道 美作 IC より 10 分  
美作 IC を降り、左折。高速道路をくぐり最初の信号を少し鋭角に左折。  
高速道路沿いに 3km 直進で到着します。



お問合せ／連絡先：

☎ 070-5427-7495

ホースセラピーサークル馬んまる(担当:ウエダ)  
※お急ぎで繋がらない時にはメッセージを残してください。  
折り返しお電話します。

メール先: horse.manmaru@gmail.com  
Facebook: http://facebook.com/horse.manmaru

## 申込み用紙

参加希望日	2019年 月 日
1) 活動参加者のお名前	(ふりがな)
2) 性別	<input type="checkbox"/> 男性 ・ <input type="checkbox"/> 女性
3) 生年月日	S・H 年 月 日生まれ ( 歳)
4) 身長/体重	cm / kg
5) 住所	〒 -
6) 電話番号	( ) -
7) 保護者のお名前	(続柄 / )
8) 連絡用メールアドレス	@

9) 乗馬経験有無	<input type="checkbox"/> 有 ・ <input type="checkbox"/> 無 (経験年数 年 ヶ月)
10) 身体機能	該当するものをお選びください。 首の座り <input type="checkbox"/> 可 ・ <input type="checkbox"/> 不可 自立座位 <input type="checkbox"/> 可 ・ <input type="checkbox"/> 不可 自立立位 <input type="checkbox"/> 可 ・ <input type="checkbox"/> 不可 股関節の状態 <input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 垂脱臼 ・ <input type="checkbox"/> 脱臼 発作 <input type="checkbox"/> 有 ・ <input type="checkbox"/> 無
知的・情緒面	
11) ハンディなど連絡したいこと(障がい名など)	
12) 入会希望	<input type="checkbox"/> あり ・ <input type="checkbox"/> なし ・ <input type="checkbox"/> 考慮中
13) 馬んまるをどこで知りましたか?	<input type="checkbox"/> ホームページ ・ <input type="checkbox"/> チラシ ・ <input type="checkbox"/> クチコミ <input type="checkbox"/> その他 ( )