



障がいのある方のための体験乗馬

弘前馬術協会会員 白坂康俊

弘前馬術協会では、2009年11月から月1回障がいのあるお子さん向けの体験乗馬を実施してきました。初めの頃の参加者は、一人二人… 一人もいらっしやらない回もありました。今では、多い時は20名くらいの方が参加していただけます。

乗馬は、障がいのある方への治療効果が認められ、欧米では、乗馬セラピーとして社会的にも認められています。バランスや姿勢などを保とうとすることから身体の機能の改善効果が証明されています。くわえて、多くは屋外や自然の中で、動物と肌を接しながら行うことによる「癒し」の効果、普段経験しない高い視点から周囲を見る爽快感など、心理的な効果もあります。さらに、乗る人が望むように馬に動いてもらうには、上手にコミュニケーションをとることが求められます。そのために、乗馬は動物が関わるセラピーの中でも、特に動物との間の親密なコミュニケーションが実現できます。

この体験乗馬には、弘前市内の大学生が毎回ボランティアで10名近く参加してくれています。馬術協会の会員が、障がいのある方が乗った馬を引きますが、左右に学生がピットリついて、万一の時に備えます。順番を待つ間に、子どもさんと遊ぶこともあるので、将来障がいのある方を支援する専門職を目指す学生にとっても大いに勉強になっています。



ほぼ毎回参加されているT君のお母さんのお話では、T君は乗馬を始めてから楽しそう、いろいろ変化したところがあるそうです。いつも、私たちがT君を抱っこして乗ります。最初ははっきりした反応が見えなかったのですが、徐々に馬の歩調に合わせて体を動かしたり、そのリズムに合わせて声が出るようになってきました。

今では、家で馬の写真のみたりしても体を動かしたり声が出たりするそうです。

また、この体験乗馬からスタートして、親子で馬術協会の会員になって本格的に乗馬を始めたご家族もいらっしやいます。

今は、引馬だけの体験をして頂いているだけですが、将来は、専門的な乗馬セラピーに繋がるようになれば素晴らしいと思いつながっています。

興味のある方は弘前馬術協会（☎33-7066）

までご連絡ください。



弘前市向外瀬岩木川河川敷馬術運動場



JHDAC (ジャーダック) ってご存知ですか？

NPO法人 Japan Hair Donation & Charity (ジャパン ヘア ドネーション&チャリティ) 通称 JHDAC (ジャーダック) は「hair(髪の毛)」を「donation(寄付)」しましょうという意味で、日本で活動を行っているボランティア団体です。

白血病やがん治療、先天性脱毛症や不慮の事故による外傷などで頭皮を失った18歳未満の子どもたちに、人毛100%の医療用ウィッグ(かつら)を希望通りに作成し提供するという活動をしており、そのために必要な髪の毛を集めています。

一般的に医療用ウィッグは高額で、子どもの成長に合わせて買い替える必要があります。また、人毛ウィッグの寿命は約2年と短く、ただでさえ治療費がかかる家計に、その経済的負担は小さくありません。

子ども用ウィッグをひとつ作るのに約10万円。30人分の髪の毛が集まってウィッグ1体ができます。集めている髪の毛の必要最低の長さは31cm。

美容院に行ったら、髪の毛を寄付用にカットしていただけるのかを確認したうえで次の事をお願いします。

- ・31cm以上必要
- ・ばらけないように何カ所かしっかりと結んでからカットしてもらう

自己負担で郵送にはなりますが、ヘアドネーションは年齢や性別に関係なく、どなたでも参加が可能なボランティアです。詳しく知りたいかたは、ジャーダックのホームページをご覧ください。



ちょこっとボランティア

横断歩道を自転車で走行中、籠から落ちたハンカチは風にあおられて車の方へ。もう駄目だと思った瞬間、女子高校生が自転車からわざわざ降りて拾ってくれました。女子高校生のさりげない行動に心が温まりました。

前号に引き続いての高校生の親切に感動 ちょっとした親切もボランティアにつながりますね。



豆知識

桃太郎と十二支

昔話「桃太郎」と十二支は、実は切っても切れない関係にあるのはご存知でしょうか。

現代でも有名な、「牛」のような角を持って、「虎」の皮のふんどしをしているという鬼のイメージは、方位を干支の並び順で表していた昔の日本で、鬼が出るとされた方位「鬼門」が丑と寅の方位の中間(北東)であることからきたものです。

また、諸説ありますが、古くから伝わる鬼門除けの方法の一つに「鬼門の方向に鬼門とは逆の方位を表す干支の置物を祀る」というのがあり、桃太郎のお供をする動物たちがそれぞれ猿・雉(鳥)・犬なのは、鬼門の反対側(南西)に位置する干支が「未・申」の方向から時計回りに行くと、まさに申・酉・戌だったからなのです。



編集後記

青森市にKANAN hairという“ジャーダック”の賛同美容室があるということで電話してみました。賛同美容室は今のところ青森県内で1軒で、担当の村林さんは、今まで髪の毛がただ捨てられていたことをずっともったいないと思っており、役に立てる事が嬉しいということでした。村林さんのお話だと親からの小遣いで寄付するのではなく、自分で何かしたいと髪を伸ばしている子どもたちからの髪の毛の寄付が多いとのこと。美容室によっては、スタッフの方が結構忙しく、余裕がないと受け入れてもらえないかも知れないが、このボランティアを広く知っていただきたいというお話に私たちスタッフも少しでも協力できたらと思いました。



〈製作〉市民ボランティアスタッフ〈製作協力〉弘前市ボランティア支援センター
〒036-8355 弘前市大字元寺町1-13 弘前市民参画センター内
TEL: 38-5595 FAX: 36-1822
HP: www.city.hirosaki.aomori.jp/volunteershien/

※ URL が変更になりました。
情報紙についての意見・感想をお待ちしております。