

医療法人陽心会プレゼンツ ヘルシーセッション

デイサービスの送迎に馬車を使うと面白いかもしれません。
送迎自体が認知機能のアップにつながります。



川嶋 舟 × 権田 憲士

かわしま しゅう こんだ けんじ

東京農業大学農学部デザイン農学科生活デザイン農学研究室准教授
2004年、東京大学大学院農学生命科学研究科獣医学専攻博士課程修了。博士(獣医学)。同年に同研究科研究拠点形成特任研究員。東京農業大学農学部バイオセラピー学科動物介在療法学研究室講師などを経て、18年より現職。

医療法人陽心会メディカルプラザ大道中央医師
2001年、福島県立医科大学医学部大学院医学系研究科入学と同時に、同附属病院第二外科に研修医として勤務。福島県立大野病院外科医長、福島県立医科大学医学部消化管外科学講座、病態制御薬理医学講座、附属病院遺伝診療部などを経て、18年より現職。

今回は、主に「ホースセラピー」を通して社会で生きにくさを感じている人たちのサポートをしている川嶋舟先生に、医療法人陽心会の権田憲士先生がその取り組みについてインタビューします。馬の特長を活かした「生きた教材」の活用法とは？

さまざまな効果が期待できる「ホースセラピー」

権田 川嶋先生は東京農業大学において、馬をはじめとする人と動物との関わりについて研究されています。「ホースセラピー」にも積極的に取り組んでいらっしやいます

います。一方で、彼らの苦手な領域だと年少あたりの感じでした。また権田先生がおっしゃるように、馬は基本的に優しく逃げることが基本にある動物です。攻撃をせず相手の気持ちを読み取って駆け引きするというのは、逃げる動物ならではのものではないでしょうか。動物介在療法には犬も使われますが、そこが一番の違いです。また私たち人間でもいやなことをされると対抗したりすることがありますが、馬はじつと相手が気づくのを待ちます。それでもだめならその場を離れます。馬の持つこの特性がセラピーに向いていると思います。

権田 馬は人を見るつていいですね。
川嶋 見ます。怒っていると馬に嫌われます。こちらが生意気な態度で接すると、思い通りに動かなくなります。こちらが相手を理解しようとする純粋な気持ちで接するからこそ理解し、動いてくれます。また、障がいのある人に対しては驚くほど優しいです。

権田 文字通り「ウマが合う」ということで
すね。

川嶋 本当にそのような感じですか。馬と上手に付き合える人には、人との付き合いも得意な人が多いように思います。馬と接していると、相手との距離感を図るのがだんだんうまくなってきます。馬は人間関係を学ぶいい教材だともいえます。2者だけの閉じられた世界ではなく、周りも見えていなければならぬというイメージが馬にはあります。

権田 なるほど。馬との関係はコミュニティー
ということですね。
川嶋 おっしゃるとおりです。プライベート

な関係もありますが、私たちはコミュニティーの中で生きています。だからこそ今の社会に必要なものだと考えています。実は馬は昭和30年代くらいまでは、全国どこにでもいました。那覇市内でもかつては砂利やサトウキビを積んだ馬車が走っていました。馬というのが日常的に身近な存在だったということです。

権田 心理療法の1つである回想法には、認知機能の改善効果があるとされています。かつて日常的に馬と慣れ親しんでいた高齢者にとって、ホースセラピーはやはり有効ということですね。

川嶋 デイサービスの送迎に馬車を使うと面白いかもしれません。送迎自体が認知機能のアップにつながるだけでなく、那覇の街なかを馬の送迎車が走ると話題になるかもしれませんね。(笑)。

権田 それはいいですね。送迎の時間が少しずれても許してくれそうですね。「馬だからしょうがないか」ってね。(笑)。

就労支援を通して居場所づくり

権田 アルツハイマー型認知症の患者さんは、脳で記憶を司る「海馬」から萎縮が始まります。まさに「馬」が力ギを握っているんですよね。海の馬って沖繩のきれいな海が想像されますし。馬を使って沖繩の高齢者の海馬を活性化させるって素晴らしいと思います。

川嶋 認知症の方が馬に乗ると脳の血流が増えるというデータがあり、認知症にも有効だといえます。また、体の動かし方が乗馬に似ているとされるのが水泳で、どちらも体を

が、まずホースセラピーについてご説明いただけますか。

川嶋 ホースセラピーは、アニマルセラピーとして知られる「動物介在療法・活動」の1つで、プログラムの目的や方法の違いから、ヒポセラピー、障がい者乗馬、乗馬療法、乗馬セラピー、治療的乗馬などさまざまな呼び名があります。馬に乗り世話をすることに関わる方たちの体や心に変化を引きおこし、社会と関わりて生きるための「きっかけ」を作ることを目指しています。適応となる方は、身体・精神・知的発達障がい者のほか、高齢者や認知症、不登校、引きこもり、出社拒否などの方も対象になります。最近では虐待を受けた方や、受刑者などに対するプログラムとしても実施されています。したがって年齢も幼児から高齢者まで幅広い状況です。

権田 なるほど。対象者がかなり多岐にわたっていますね。具体的にはどのような効果が期待されているのでしょうか。

川嶋 大きく身体的効果、心理的效果、社会的効果の3つが挙げられます。身体的な効果では、実際に乗馬することによって機能回復が期待されます。心理的效果として、馬の世話をすることや乗ることによって得られる満足感や開放感が、本人の心や気持ちを好転

ねじる回旋運動が特徴です。屋外では馬、海では水泳と併用しながら海馬を刺激することなどは、沖繩ならではのといえるプログラムが作れます。そのあたりでうまくPT(理学療法士)やOT(作業療法士)、ST(言語聴覚士)の皆さんが関われるようになれば、沖繩からリハビリテーション医療を変えるきっかけづくりになるかもしれません。

権田 実際にセラピーに参加した方は、そこで得たものを社会の中でどのように生かしていくのでしょうか。

川嶋 ホースセラピーのプログラムは、社会と関わり続けるためのさまざまな接点を見つけ出すことに長けており、生活に関わるいろいろな能力を培うこともできます。実際に障がいのある方が馬の生産牧場で働いている例も少なからずありますし、直接馬に関わらなくても農業分野で職に就き、社会との関わりを続けている方もいらっしやいます。

権田 プログラムの実施だけで終わらせるのではなく、就労支援を通して参加者の社会での居場所づくりも実践しているわけですね。
川嶋 社会で生きにくさを感じる人たちが、その人に合った形で参加できる社会を構築する。それが社会的な負担の軽減につながっていくと思います。日本における馬の新たな活躍の場の1つとしてホースセラピーが普及し、その参加者が社会に関わり続けられる健全な社会を構築できるよう、これからもさまざまな取り組みを行っていきたいと思っています。

権田 本日は大変ありがとうございました。
川嶋 こちらこそありがとうございます。

させます。また社会的効果としては、他の人と一緒に馬と関わる中で、人の気持ちを考え、それに配慮して行動することやあいさつなど、社会で生活をする上で必要となる社会的慣習を身につけることができます。

権田 高齢者の機能回復という面で、ホースセラピーに期待されることは何でしょうか。
川嶋 馬に乗るには体幹の筋肉を上手に使うことが求められ、一定量の活動量も必要とされます。したがって馬に乗ることで筋肉が刺激されて衰えにくくなり、転倒の予防となり老化の進み具合を遅らせることにつながります。また馬には乗らなくても、一緒に散歩をするだけでも一定の活動量が期待できます。普段なかなか自室から出たがらない高齢の方でも、ホースセラピーには自ら進んで参加していただける例もあります。それもこのセラピーならではの効果だと思います。

文字通り「ウマが合う」

権田 馬の知性はかなり高いといわれていますね。また女性的な優しいイメージもあります。

川嶋 知性をどう測るかというのは難しいところですが、彼らが得意とする領域なら小学校の高学年程度にあると考えられています。特に相手との駆け引きは得意のように思

ケアハウス 常夏の島
那覇市牧志3-8-10 TEL.098-951-0036
小規模多機能型ホーム 牧志
那覇市牧志3-8-10 TEL.098-951-0025
有料老人ホーム 星の館
那覇市安里1-1-17 TEL.098-917-1262
特別養護老人ホーム 前島
那覇市前島2-18-17 TEL.098-894-8039
(提携)那覇市末吉老人福祉センター
那覇市首里末吉町2-14 TEL.098-886-3510
(提携)那覇市壺川老人福祉センター
那覇市壺川2-3-11 TEL.098-853-1139
(提携)那覇市辻老人憩の家
那覇市辻2-14-1 TEL.098-864-0580
(提携)有料老人ホーム 三原の家
那覇市三原1-26-40 TEL.098-832-5981
(提携)有料老人ホーム 牧志
那覇市牧志2-9-43 TEL.098-862-1331
(提携)有料老人ホーム 西町
那覇市西1-20-19 TEL.098-863-7884
(提携)デイサービスセンター リバーサイド
那覇市安里1-11-18-3F TEL.098-862-1501

社会福祉法人 陽風会

医療法人 陽心会

大道中央病院
那覇市安里1-1-37 TEL.098-869-0005(代)
リハビリテーション部門 TEL.098-869-0050
メディカルプラザ大道中央
那覇市字大道123 TEL.098-886-0007(代)
一般内科学部門 TEL.098-886-0115
循環器部門 TEL.098-886-5141
糖尿病部門 TEL.098-886-0115
人工透析部門 TEL.098-886-5151
検診部門 TEL.098-886-5678
介護老人保健施設 やすらぎの里
那覇市安里3-1-57 TEL.098-869-0030
グループホーム たかまーみの家
那覇市字大道94-3 TEL.098-887-0081
小規模多機能型ホーム 大道
那覇市字大道94-3 TEL.098-885-0018
グループホーム 大道が丘
那覇市字大道94-3 TEL.098-885-0036
小規模多機能型ホーム 三原
那覇市三原2-8-10 TEL.098-840-0027
訪問看護ステーション 陽心会
那覇市安里64-9-1F TEL.098-860-1270
那覇市地域包括支援センター 若狭
那覇市若狭2-1-10 TEL.098-863-1165

那覇市地域包括支援センター 新都心
那覇市銘苅1-6-15 TEL.098-941-2252
那覇市地域包括支援センター かなぐすく
那覇市鏡原町1-68 TEL.098-852-0777
(提携)福祉用具貸与・販売事業所
那覇市字大道128 TEL.098-885-0100
(提携)有料老人ホーム 健寿の杜
那覇市安里3-1-47 TEL.098-941-0070
(提携)有料老人ホーム 松風邸
那覇市若狭3-4-10 TEL.098-869-8557
(提携)ヒルズガーデン那覇
那覇市字松川20-1 TEL.098-885-0300
(提携)デイサービスセンター 松川
那覇市安里3-10-14 TEL.098-885-0300
(提携)デイサービスセンター 若狭海岸
那覇市若狭1-21-1 TEL.098-941-0110
(提携)デイサービスセンター 大道
那覇市字大道127 TEL.098-886-0066

(提携)有料老人ホーム 大道中央
那覇市字大道127 TEL.098-886-0061
(提携)デイサービスセンター 若狭
那覇市若狭3-5-17 TEL.098-869-6122
(提携)有料老人ホーム 若狭
那覇市若狭3-5-17 TEL.098-869-0087
(提携)有料老人ホーム 若狭別館
那覇市若狭2-5-12 TEL.098-863-3320
(提携)小規模多機能型ホーム 若狭
那覇市若狭3-4-10 TEL.098-951-0550
(提携)グループホーム 若狭の家
那覇市若狭3-4-10 TEL.098-951-0551
(提携)小規模多機能型ホーム 辻
那覇市辻1-6-25 TEL.098-951-0070
(提携)在宅総合ケアセンター 大道
那覇市安里381-1 TEL.098-885-0030
(訪問介護事業所)
那覇市字大道128 TEL.098-885-0033