

ライダーをみる目を 育てよう！

RDAJapan 理事
作業療法士

林原 千夏

身体をみるポイント

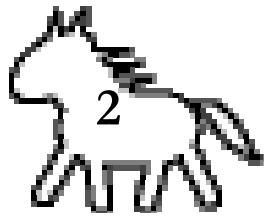
- 身体は硬そう？ → どこかに痛みは？
(とくに 股、肩)
- 柔らかかそう？ → 座れそう？(介助は？)
- バランスは？ → バンザイ出来そう？

- 視線が合うか？
- コミュニケーションが取れるか？



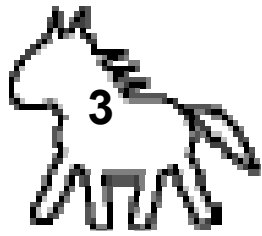
身体をみるポイント

- 歩ける 片足で立てるか？
バランスは？
動きの制限のある関節は？痛みは？
- 車いす 股関節の固さは？どの位開くか？
首はしっかりしているか？
しっかり座っていらられるか？



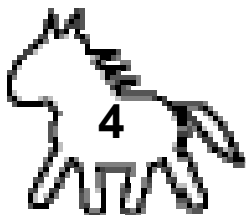
乗り方の選択

- ・どの馬に乗せるか？
- ・サイドは何人必要か？
- ・自立騎乗は出来るか？
- ・どのような乗馬方法にするか？
- ・クッション等は必要か？



乗馬中

- 左右対称か？
- 骨盤の位置、状態は？
- 手の位置は？
- 表情は？



指導内容

左右対称に→両手を使う

馬に対してまっすぐ・真ん中

骨盤の位置→しっかり立てて

(必要ならクッション等使う)

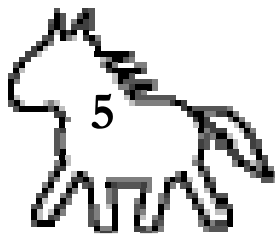
手の位置 →左右対称に

しっかり支えているか

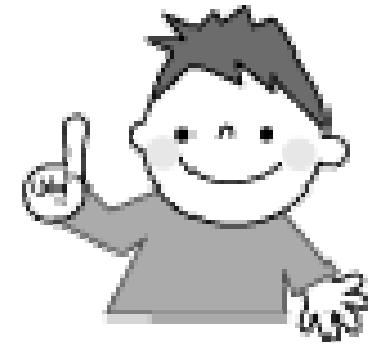
表情

→痛みがないか

楽しんでいるか



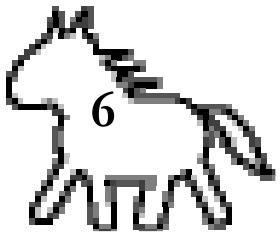
ポイント



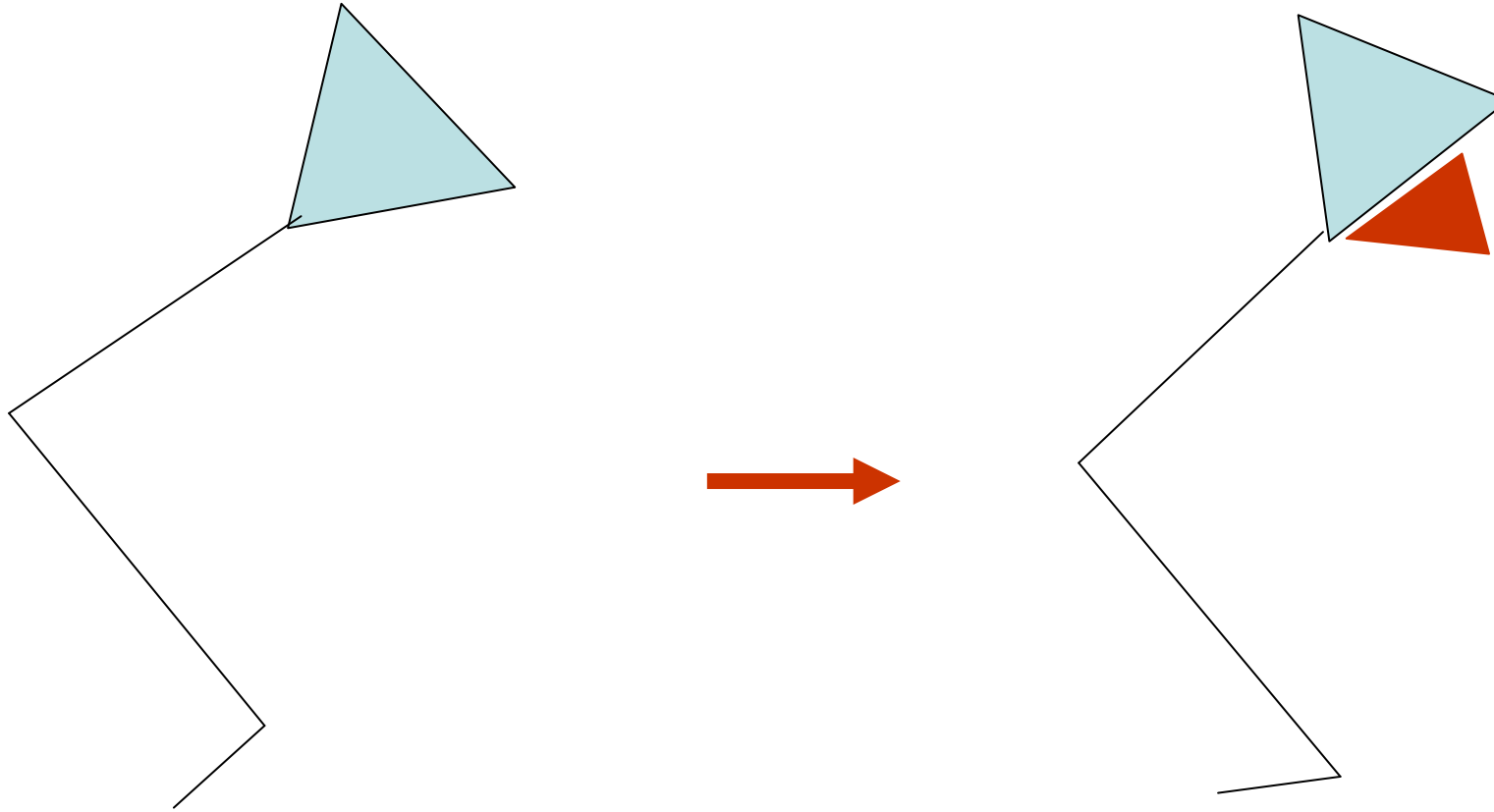
骨盤の位置を整えるだけで、
足の位置、体のバランスがよくなります！

手の使い方を教えてあげるのは、まず体重を支えて、
手のひらに感覚を入れてあげることから！

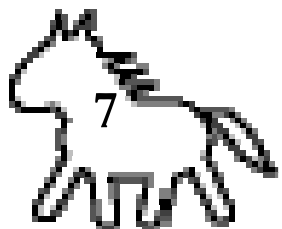
馬の動きを上手に使いながら、
乗馬の中で自然に体をコントロールできるように働きかけます！



骨盤の位置



骨盤を立てて、臀部に小さい固めのクッションを挟む
タオルをたたんで挟んでも良い



目 標

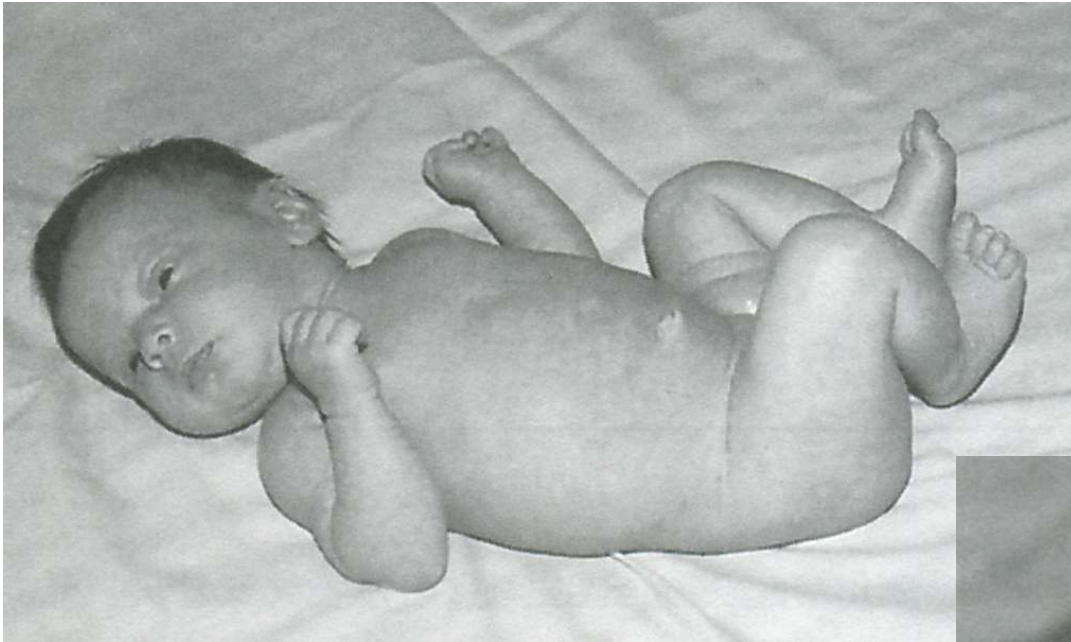
1人1人の一段階上を目標に

自立騎乗に向けて

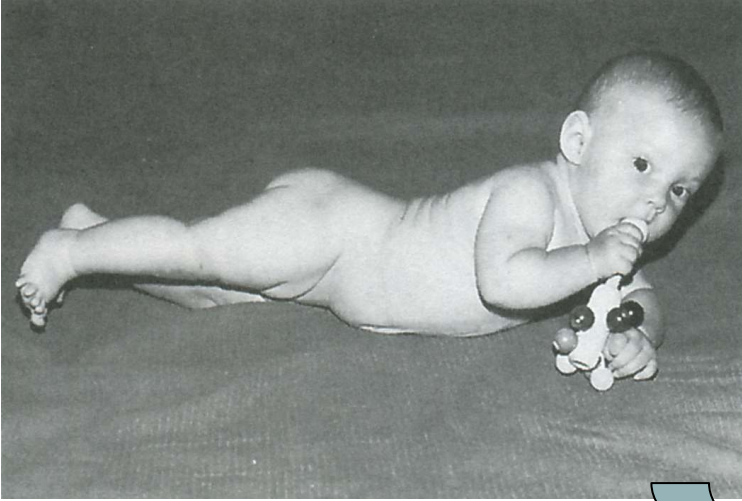
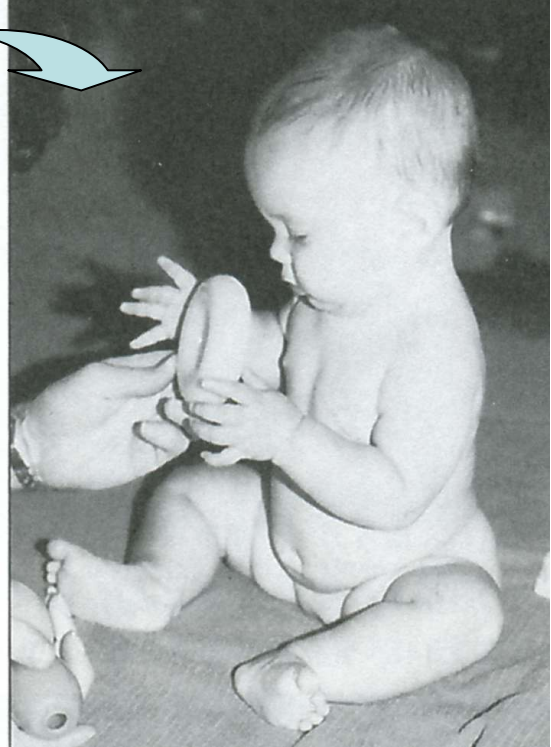
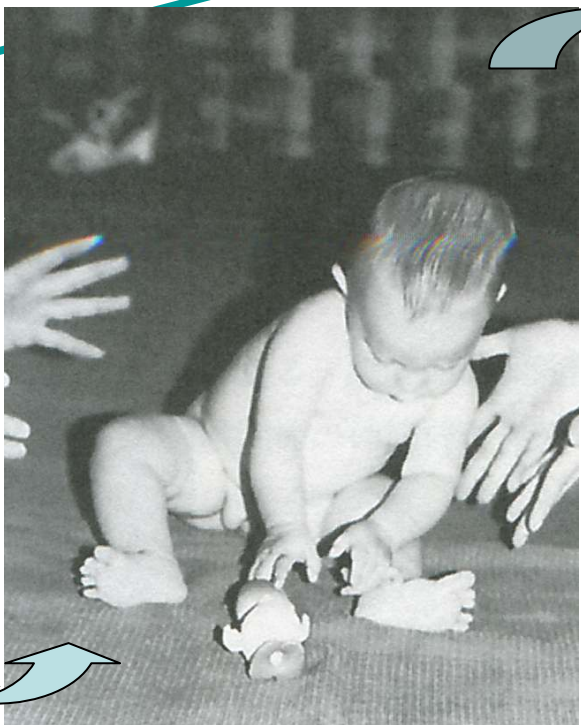
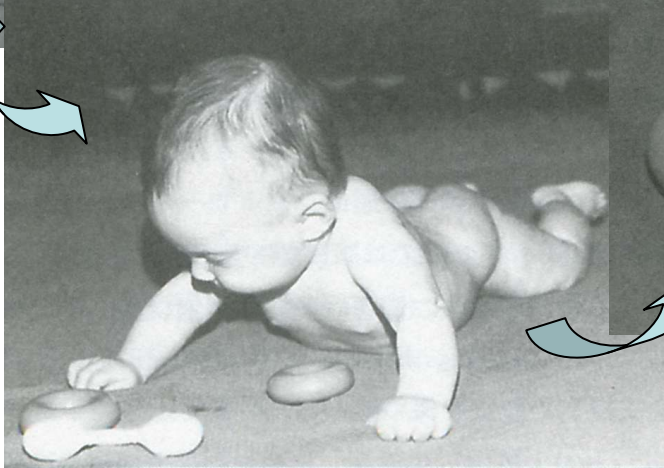
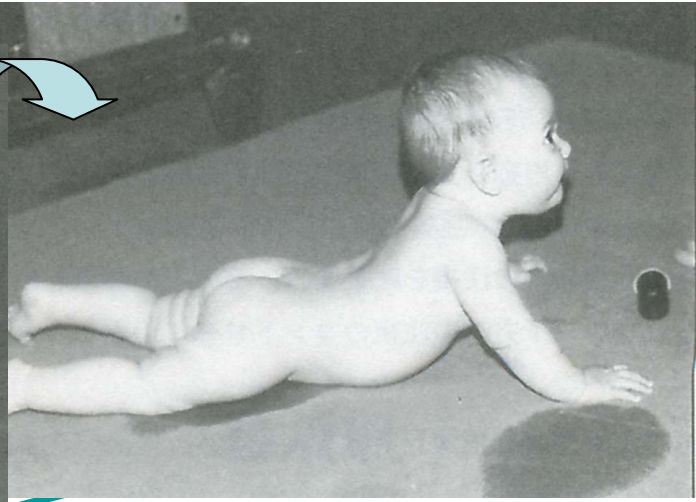
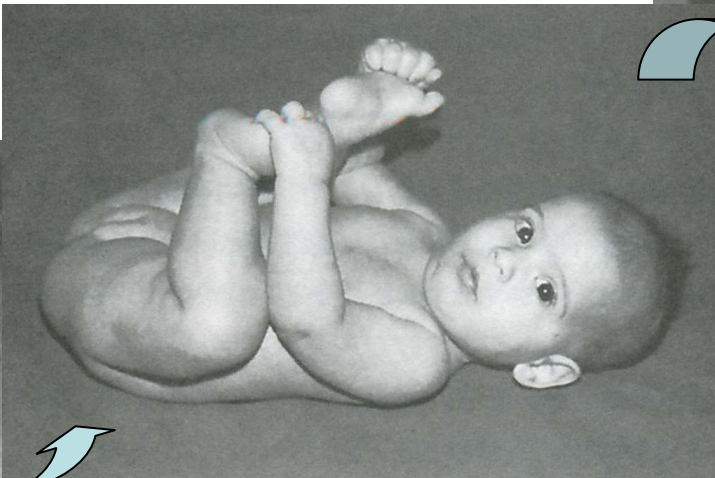
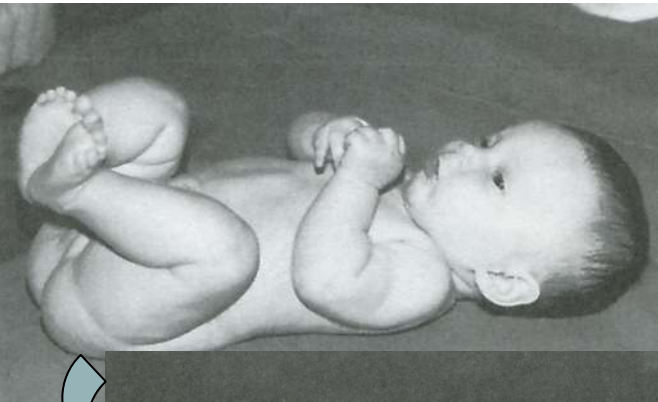
セラピー要素を入れる際には専門家と相談

発展的障害者乗馬 ～発達という観点～

新生児の姿勢



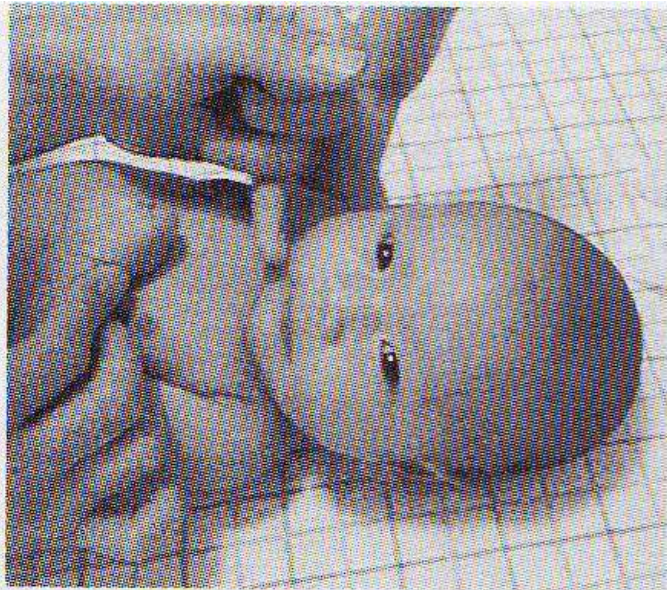
運動発達



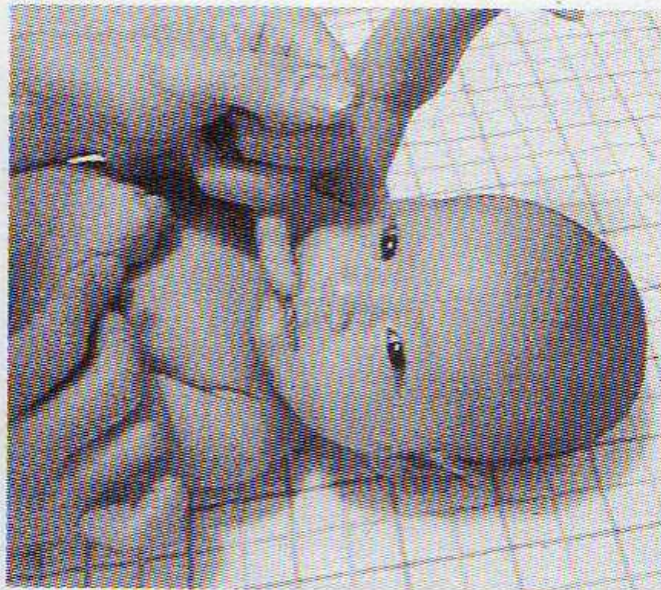
新生児の姿勢～原始反射



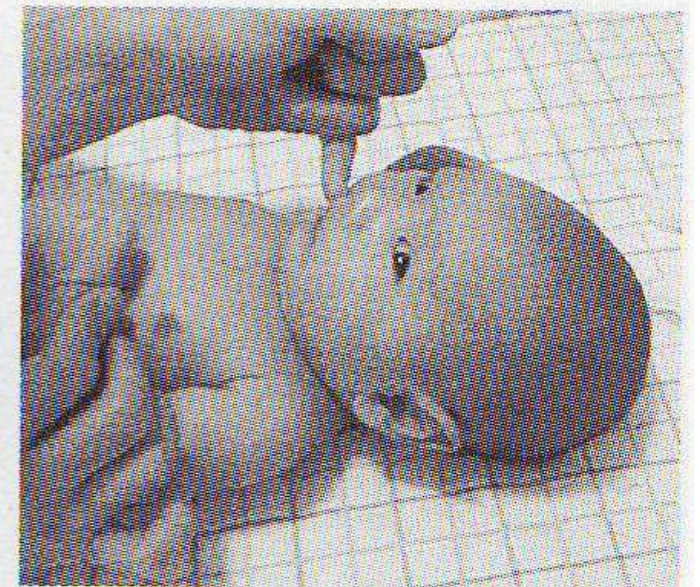
原始反射:何も出来ない新生児の生きる手段。
成長するに従い消えていく。
障害児は残ってしまうことも。



a

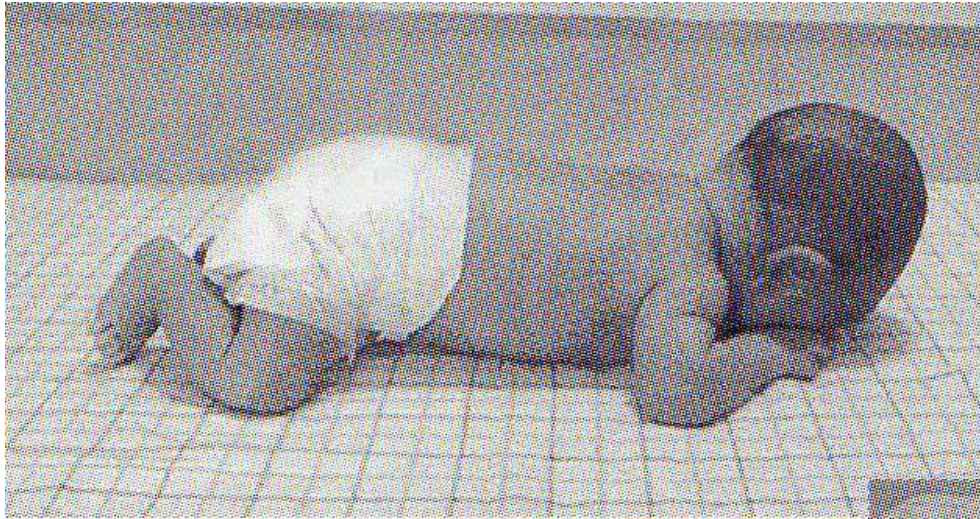


b



c

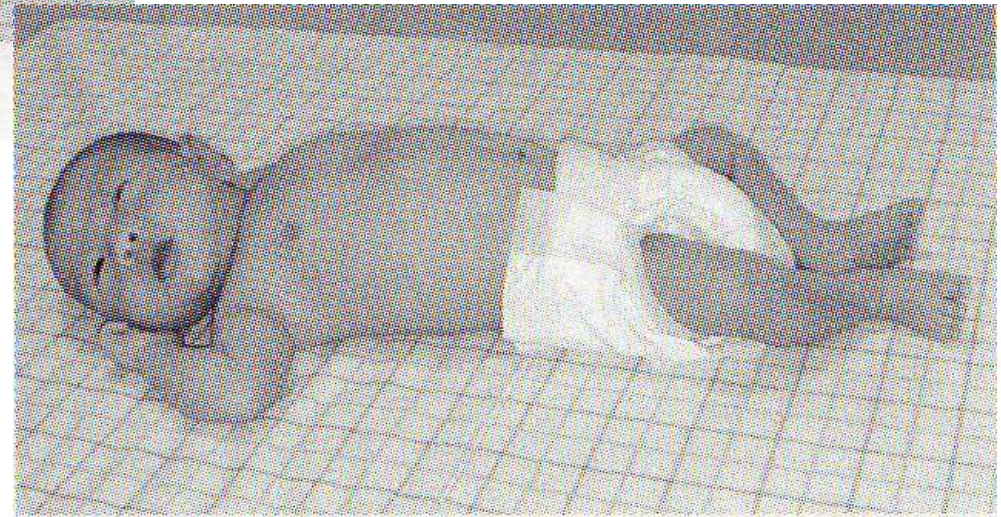
新生児の姿勢～原始反射～



a

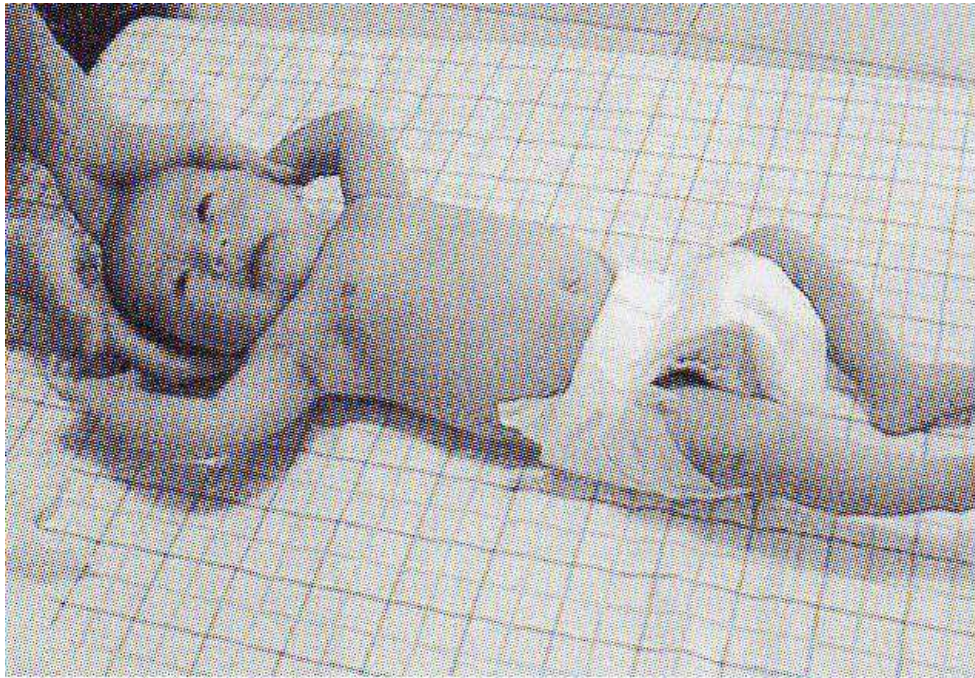
うつ伏せで寝かせると丸まる

仰向けで寝かせるとのびる

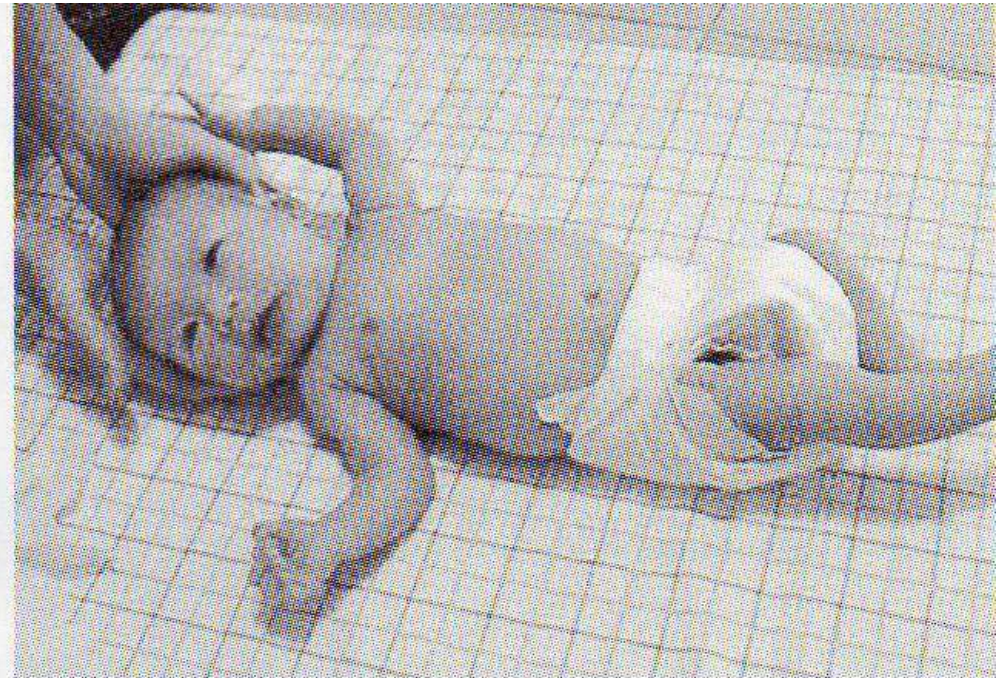


b

新生児の姿勢～原始反射～



a



b

首を横に向けると向いた方の手足は伸び、反対は曲がる

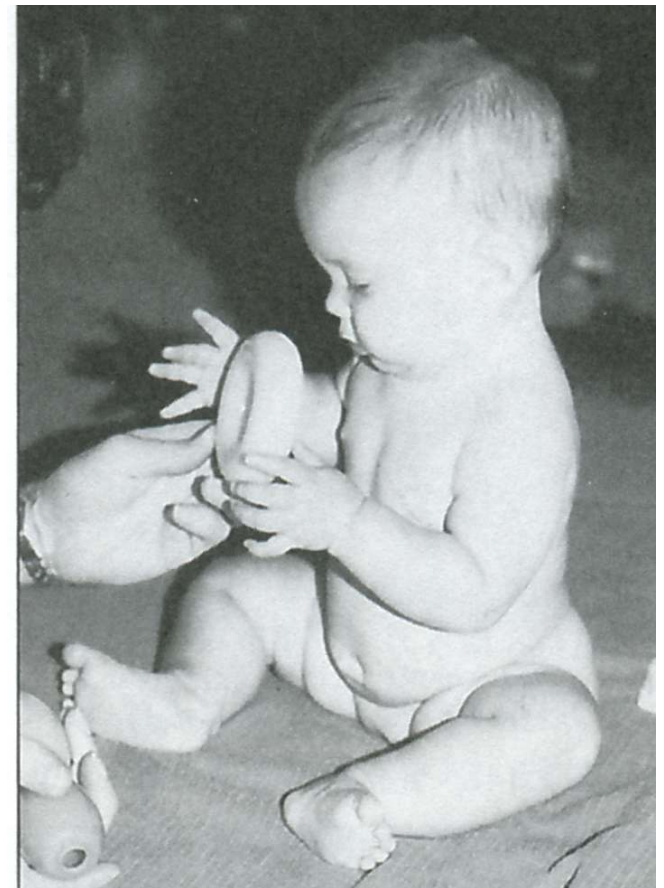
残存すると・・・

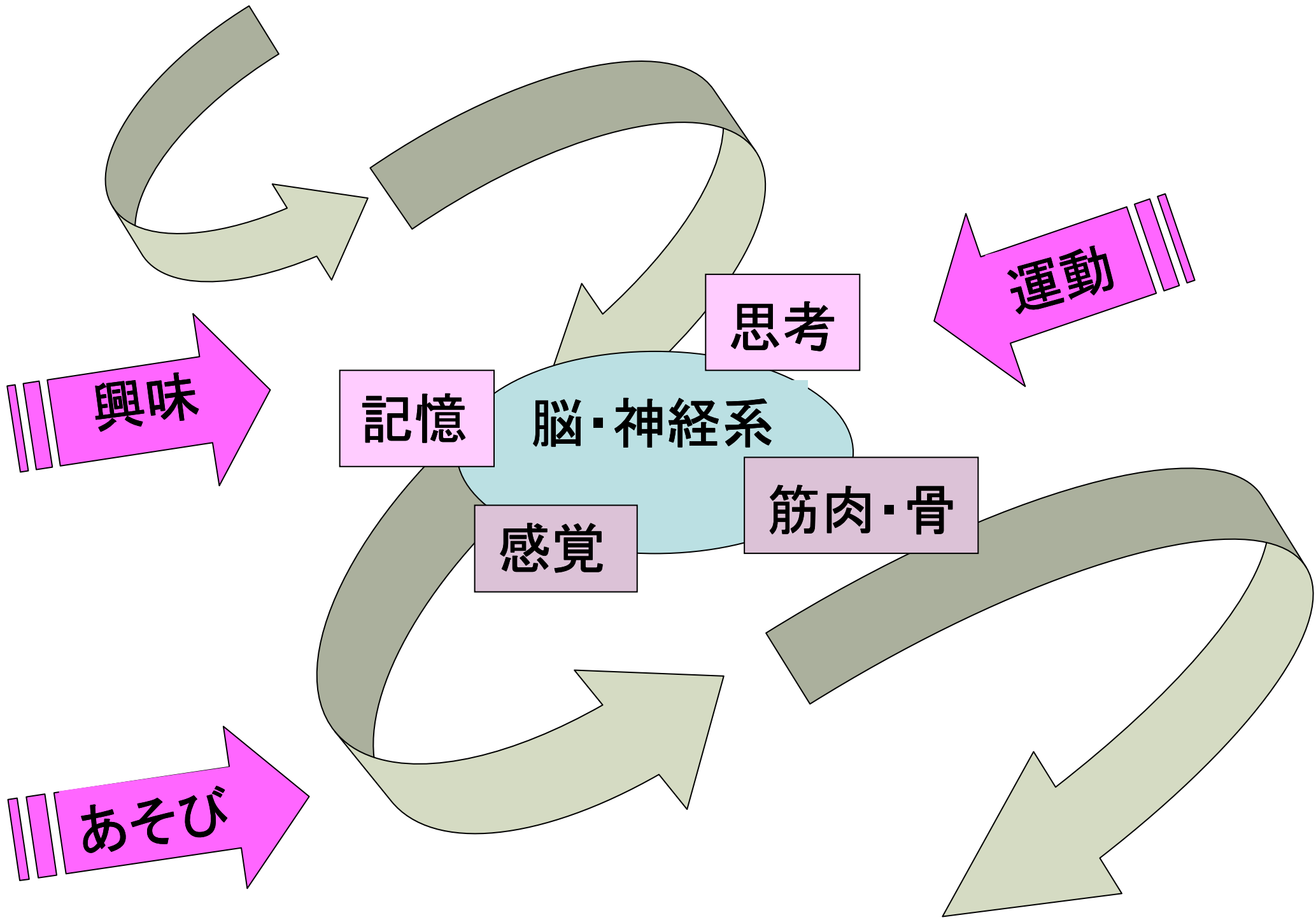
- 首の動きに手足が連動してしまう



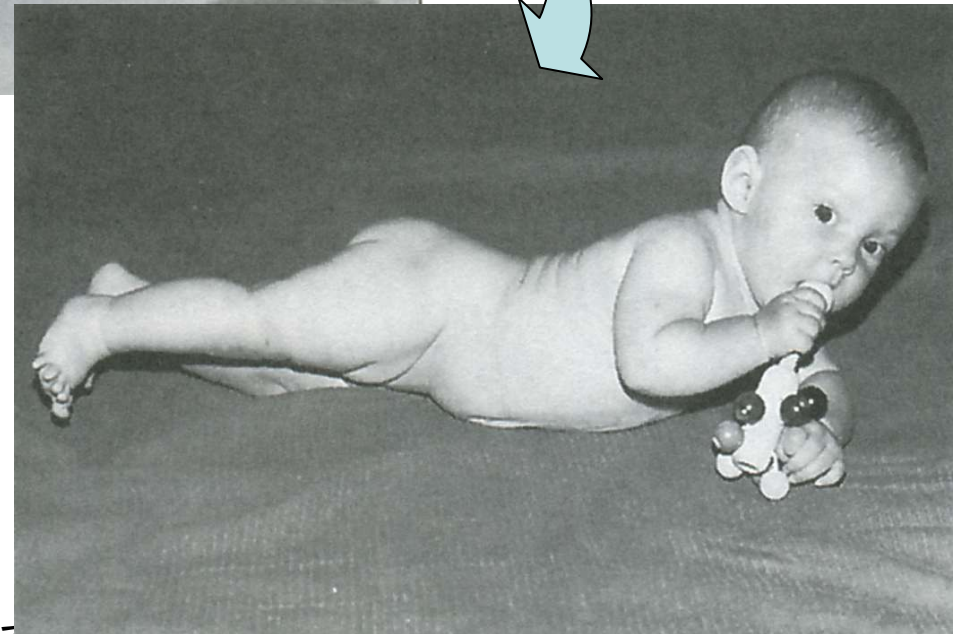
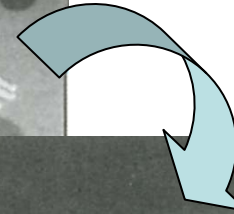
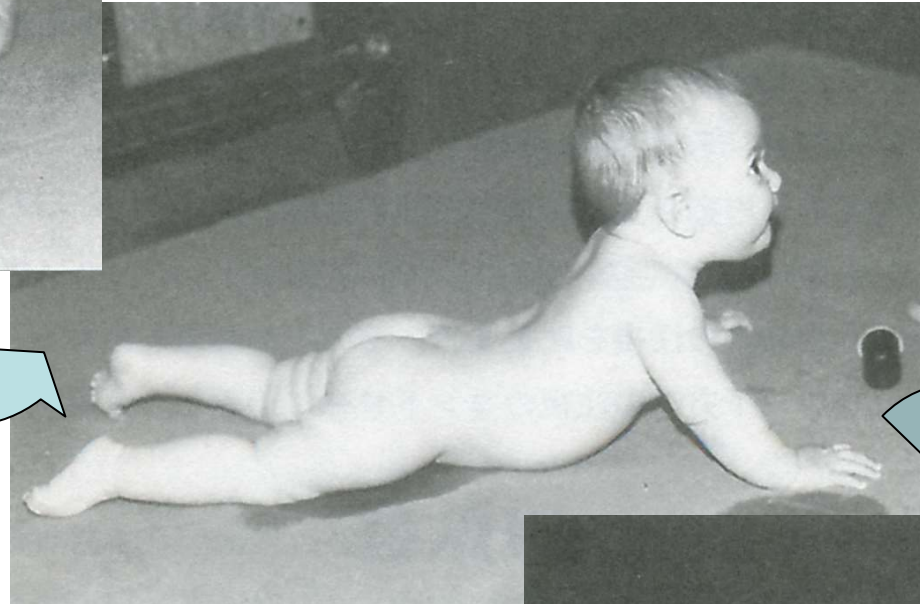
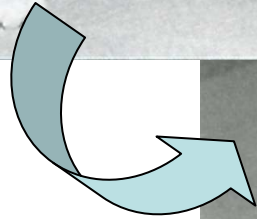
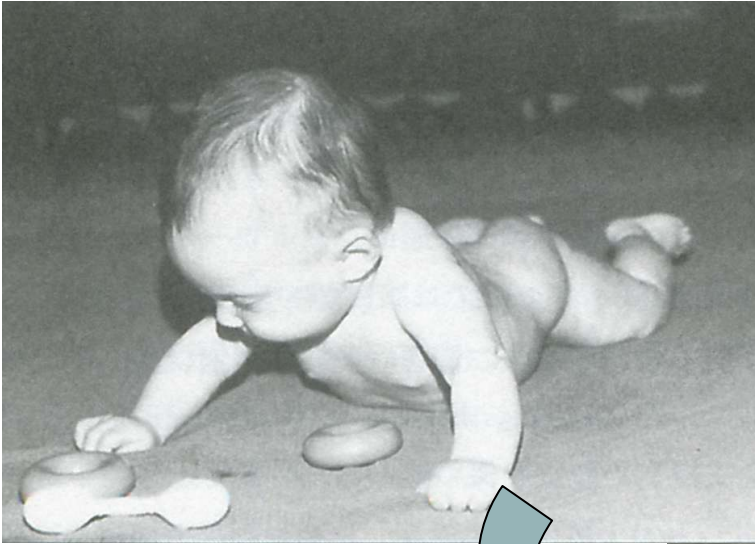
運動発達を促す方法

- 原始反射を消失させ、
正常な運動発達を促していく





手の使い方



体を支えるとき・・・
肘での支え
⇒手のひらでの支え
⇒片手が離せる

手の動作の発達

両手を使う動作

体の真ん中を
意識できるか

手を使えるように

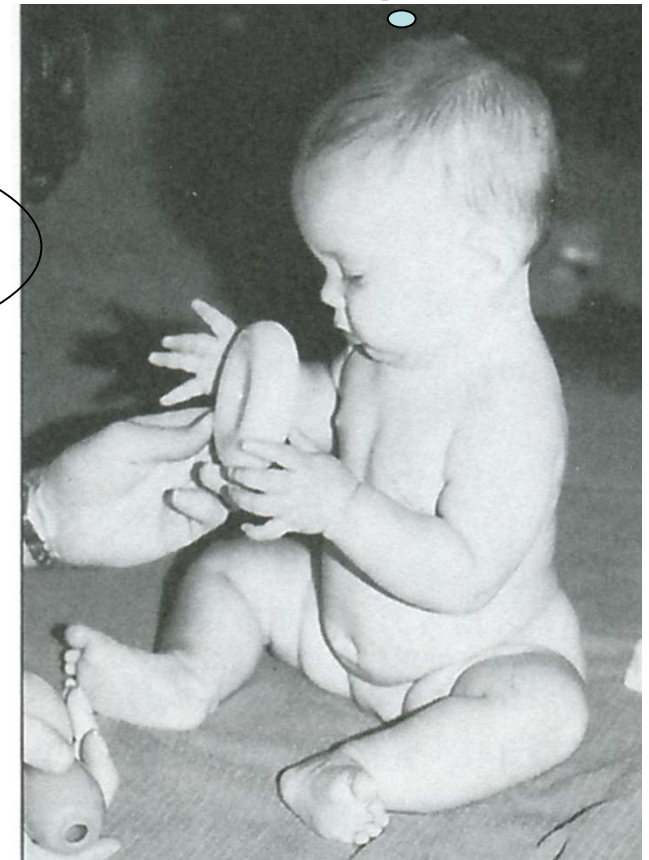
土台を考える

物を持てるように

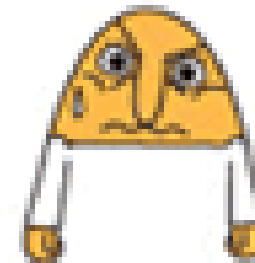
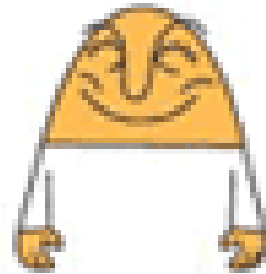
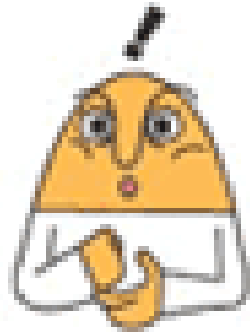
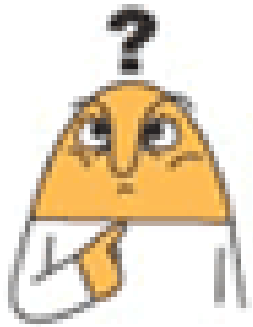
自分の体の動かし方を
習得しているか

触覚過敏は
ないか

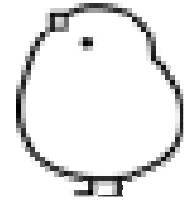
手に物が触れるのを
嫌がらない



作業療法士の頭の中



障害・・・って



- 身体機能、精神機能の発達遅延



- 活動能力低下

(食べる・排泄・寝る・コミュニケーション・学習・・・)



- 日常生活の質の低下

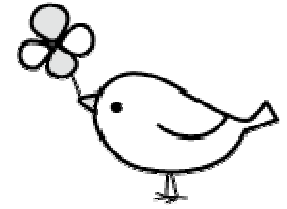
(学校・生活の介助・意志の伝達・・・)

どこで食い止めるか？



- **身体機能、精神機能**
(↑ 関節可動域・筋力・知能・手先の器用さ)
- **活動能力**
(↑ 生活動作訓練・学校の勉強に向けて)
- **日常生活の質**
(↑ 楽しみ・ストレス解消・意欲)

作業療法(乗馬)



- 身体機能、精神機能

(↑ 関節可動域・筋力・知能・手先の器用さ)

↑**20分レッスン、自立騎乗(サイド付き)**

- 活動能力

(↑ 生活動作訓練・学校の勉強に向けて)

↑**レッスン開始時間を意識させる**

- 日常生活の質

(↑ 楽しみ・ストレス解消・意欲)

↑**サイドは見えない所で援助**

作業療法士の頭の中



その日の目標を意識し、
(今日は手に物を持って3秒保持させよう！)

その日の働きかけのキーポイントを意識し、
(手に触覚刺激をゆっくり入れよう)

環境を作っていく

(まず乗る前に手をついて体重を乗っけておこう)

⇒少し高い乗馬台に這い上がってみようか

⇒出来なければペレットの中に手を突っ込んでみよう

発展的な関わりをするには・・・

課題をさせることにばかり意識しない！

- 課題を分析する！
- ライダーを分析する！
- 課題とライダーの差を見つける！
- 差を埋める小さな段階付けをする！！

作業療法士の頭の中



- 課題を分析する！
(手綱を操作する⇒手綱を持ってもらえる)
- ライダーを分析する！
(物を持ち続けることが苦手)
- 課題とライダーの差を見つける！
(動く細いものを持っている⇒刺激が少ないものなら持てるかも)
- 差を埋める小さな段階付けをする！！
(刺激が少ない手のひらにぴったりするものを持ってもらえる。馬の動きに左右されない)

作業療法士のお仕事



{ 作業(乗馬活動)を分析
対象者(ライダー)を分析

{ 何ができるようになるのか分析
どうすれば出来るようになるかを分析

目標を立て、手段を考える

・・・作業療法士に相談したくなりました??

ちなみに理学療法士は・・・

馬の動きを使って
立ち直り反応等を使って
ライダーの筋肉のバランスを整えていき
動作能力の向上を図る

作業療法士はこれを基に、それを使ってどう活動につなげるかを考えてます。
だからライダーの分析とともに乗馬活動の分析もするのです。

一度作業療法士による評価、目標設定
発達を促す活動のアイデアをもらい
具体的なレッスンを実行していく

一定の期間後、もしくはライダーの状態が変わった時
再評価、目標等を再考察！

上手に専門家を使い

自分のレッスンの質を向上させてください

