



グリーンポトスニュース

51号：2001年11月

街角を吹く風が、落ち葉を舞い上げ、秋が身近に感じられるようになりました。今月の話題は「乗馬リハビリテーション」です。

乗馬リハビリテーション

最近、雑誌やテレビなどでアニマルセラピーという言葉聞くことがありませんか。これは、動物を通じて、病気の治療をしようとする試みです。リウマチの患者さんが犬や猫を飼っていると、毛をといたり、頭をなげたりしているうちに、動かなかった手が少しずつ動くようになってきます。病院で行うリハビリは、どうしても義務感が強くなり、嫌々と言わないまでも、あまり楽しくないのが現状ではないでしょうか。ところが可愛いペットの場合、自然と手が動くので、治療効果が上がるのです。これを応用したのが、アニマルセラピーです。この他では、ちょっと大掛かりになりますが、イルカを使ったりするのもあります。

最近注目されているものとして、乗馬があります。乗馬は、言うまでもなく、馬に乗りますので、バランスが悪いと落馬してしまいます。そのため、無意識のうちに全身の筋肉を使いバランスをとります。知らないうちに、筋力がついていきます。これが、乗馬リハビリの第1の利点です。



2番目に馬と触合うことにより、馬のぬくもりや穏やかさを実感します。馬との愛着関係を持つことにより、心も和みます。また、馬の世話をすることにより、馬との対話が成立し、いろいろな面で、助けてくれるようになります。馬は賢い動物です。馬から教えられることもあります。

3番目に、乗馬には、緊張感があります。実際に乗馬してみると分かるのですが、馬にまたがると結構、目線が高いことが分かります。高いところから落ちると痛いし、怪我をすることもあります。したがって、落ちないように周りに注意を払い、集中力が高まって行きます。集中力が高まれば、治療効果も上がります。

このように、乗馬リハビリは、楽しく行えて、その上、治療効果が上がります。かめざわクリニックでは、この乗馬リハビリテーションを実施しております。また、ボランティアの方も募集しておりますので、ご相談ください。