

小学4～6年生対象

ソーシャルスキル

ホーストレーニング

SS & HT

[REPORT]

真の成長

2017.12.26-28 開催レポート

大阪 YMCA

さんりんしゃ



学

び

+

経 験

=

真の

成 長

だれから学ぶか…、だれと学ぶか…

それはS S T※において、子どもの成長を促す大切な要素

学びで得たことが非日常の体験によって、かけがえのない経験へ

それこそが子どもを真の成長へと導く

その人が生きた歴史が子どもの社会性に影響を与えるS S Tだからこそ、

信頼できるだれから学ぶかが大切であり、だれと学び合い、だれと体験

するかによって、体験は経験へと変わり、心の奥に刻み込まれる

※S S T（ソーシャルスキルトレーニング）… 他者や環境と上手にかかわる力を身につける練習

さんりんしゃでは乗馬や温水プールを使った運動療法を積極的に取り入れています。特に力を入れているのが療育乗馬です。馬に乗ることで心身により多くのメリットをもたらします。たとえば、馬に乗って身体が揺れることで、体幹が鍛えられ、普段使わない筋肉を刺激することで、身体のこわばりが緩み、動かしやすくなります。また、さまざまな技をこなせるようになると、大きな自信につながります。馬とのふれあいの中で優しい気持ちが育まれ、情緒が安定し、笑顔が増えます。このプログラムでの社会性の学び、馬に乗ることや馬のお世話をする体験が、子どもたちのかけがえのない経験と自分らしく未来を歩む大きなきっかけ、そして生きる力になると信じています。



三輪 俊治 (みわしゅんじ)

有限会社 三輪車 代表取締役



立野 由美子 (たちのゆみこ)

AMI公認国際モンテッソーリ治療教育セラピスト
有限会社 三輪車 アドバイザー

生き物のお世話からたくさんの学びが生まれるのは誰もが納得できることです。さらに、私たちは生き物との触れ合いから、ことばが通じなくても『大事にする』ことの意味を考えたり、お世話をすることで生き物への配慮に気づいたりできます。

乗馬療法は欧米で『ホースセラピー』という名称で、身体的な課題を持つ方のための療法として始まりました。近年は生き物との触れ合いや、お世話をする動物と向き合って自分ができることを学ぶ課題として、教育的要因を含むプログラムが世界中で広まっています。単に馬に乗るだけでなく、厩舎の掃除、餌やり、ブラッシングなど、馬が生きていくために必要な日常のお世

話をプログラムに取り入れて、大切な生命のつながりを学びます。大きな動物だからこそ、慎重にしっかりと注意を守って近づいていけば大丈夫と感じることも大事な体験です。できないと思っていたことが、馬と仲良くなっていくうちに、想像を超えてできていく醍醐味は、素晴らしい体験となります。その学びを保証するには、『環境』が大切です。さんりんしゃには、乗馬療法に欠かせないしっかりと訓練された『馬』がいます。さらにさんりんしゃを利用している多くの方々が、『乗馬療法』を生活のプログラムとして体験しています。また、さんりんしゃの職員が様々な障がい課題に対しての見識が深いことは言うまでもなく、子どもから成人

まで、幅広い層に乗馬プログラムを実践しています。

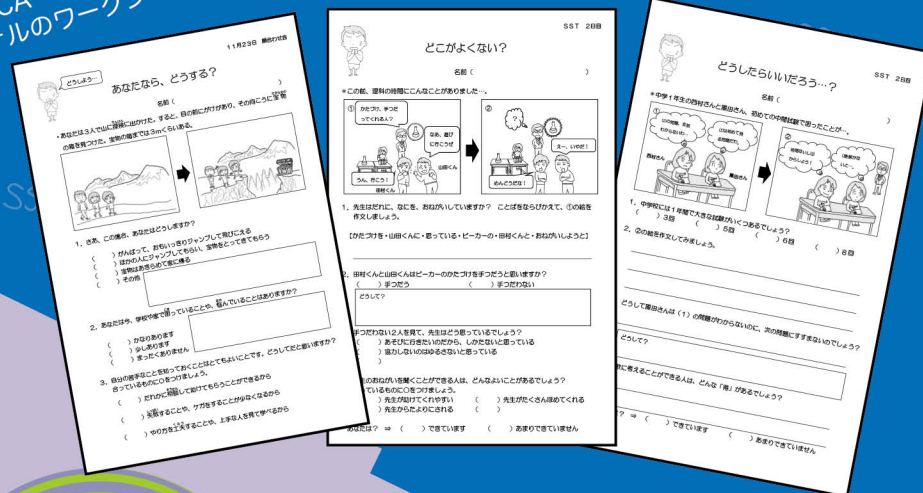
S S Tを指導する大阪YMCAの加藤先生と斐先生は療育を中心とした発達支援事業と多様な不登校生を対象とした高校生事業、それぞれ働く所属はわかれていますがお互いの専門領域を融合させ、力を発揮し合い、魅力あるプログラムを作り出しています。この二人が協働で成し遂げた大きな成果が、2年続いたハワイでのS S Tプログラム（ハワイサマー・スクール※）です。ハワイで実施したS S Tを日本でも行いたいという強い思いが、さんりんしゃの馬に繋がりました。二人のスキルとさんりんしゃの乗馬技術の化学反応が子どもたちの今後の成長にどうつながるか、とても楽しみです。

※ハワイサマー・スクール ブログ記事 http://www.osakaymca.jp/Supportclass/blog/cat395/2017/09/07_7317.html

SST

優先順位をつけて何から取り組むべきか（優先順位のつけ方）
自分の気持ちをどう表現すればよいか（自己表現）
話を聞くことや他の人を見ること（見聞きする大切さ）
苦手な役割を最後までどう取り組むか（役割の遂行や責任感）
周囲の人からどう思われているか（他者視点）
困ったときにどう対応するべきか（問題解決力）
注意を受けた後、どう改善していくべきか（行動の修正）
嫌なことにどう向き合うか（感情の調整）

大阪YMCA
オリジナルのワークシート



ヨガ

乗馬に向けてのストレッチ
ボディイメージ
身体の柔軟性

3日間のSSTを終えた子どもたちに認定証として、オリジナルマグカップをプレゼントしました。



乗馬

体幹を鍛えることやバランス、普段使わない筋肉の刺激
話を聞くことや見本を参考にすること
自分の能力に合った選択をすること
諦めずに挑戦することや自分の考えを相手に伝えること
技ができることで得る達成感や自信、自己肯定感の向上





本館で昼食！



1. 参加動機

保護者コメント

人との関わりや達成感など、SSTを通して学んでほしかったから。事前に加藤先生の講演を聞く機会があり、ぜひ受けさせてみたいと思ったから。

子どもが苦手とする分野をプラスに変えられたらと思ったから。親が気づいていない苦手な部分を発見できると思ったから。馬や初めて出会う人との関わりの中で様々なことを学び、内に秘められた可能性や得意なことを見出してほしいと思ったから。

みんなと楽しくご飯を食べたり、馬に乗れて楽しかった。

色々な仕事が全部楽しかったし、みんなと友だちになれてうれしかった。

2. 印象に残っていること

他の人のことをもっと誉められるようになりたい。他の人に関心をもって自分が感じたことを相手にちゃんと伝えられるようになりたいと言っていた。

物事に柔軟性を持ち、やわらかい考え方をすることの大事さや馬と触ってみるととても体が温かいんだよと言っていた。

プレッシャーがかかるとやる気がなくなってしまうと言っていた。

初めての乗馬に感激だったようで、難しかったけれど挑戦して頑張ったことなど話してくれました。「来年もあるかな？また行きたい」と言っていたことが印象的でした。

苦手なことを相手に聞こえるように話すことができた。

いつも経験のできないことができた。

3. プログラム後の変化について

新しいことに対して少し心を開けるようになった気がします。今回の経験が自信につながっていると思います。

最終日、私の帰宅を待ちきれずに職場に迎えに来てくれた。3日間参加し、自分は頑張ったと自己評価が高かった。その後、学校にも毎日通えています。

人に伝えるとき、どう言ったらわかってもらえるかを考えるようになった。自分自身の行動で「あっ、これがダメなのか」と気づけるようになった。

何も考えずに「はい」と返事をしてはいけなかったことがわかった。

友だちができてうれしかった。

これから進む未来では人が言ったことをどれだけ吸収できるかで変わってくるのがわかった。

友だちもできたし、ヨガも体験できたし、馬の上で技もできて、とても楽しかった。

「はさみ」という技ができてうれしかった。

色々な乗り方とか、にんじんをあげたりして楽しかった。

4. その他

今回のプログラムに親子共とても満足しています。また機会があったらぜひ参加したいと思います。

3日間という期間は子どもにとって気持ちのバランスもとやすかったと思う。長い目で見たときに、子どもの人生の中でいい経験になればと思い、参加した。変化はすぐに現れるとは正直思っていなかった分、自己評価が高く、気持ちのバランスの取り方が上手になって、とても嬉しく思います。

子ども以上に私自身に役立つトレーニングでした。今後、子どもに対してどう手助けしていけばよいか、少し見えた気がします。

乗馬という貴重な体験を通して子どもたちの成長を促していただき、ありがとうございました。

3日間を通して親子分離だったので、先生方や他の友だちとの絆も深まってよかったと思います。

いなほ棟でSST！



うんうん！

こはんなにも...

すばらしい！

さんりんしゃ

〒859-6325

長崎県佐世保市吉井町大渡 92-1

TEL 0956-64-2612 FAX 0956-64-2287

HP <http://sanrinsha.main.jp>

