

料金表

2020. 4月1日以降適用

A 区分 障がい者乗馬会員 高齢者乗馬会員 子供乗馬会員

入会金 30,000円
(平日限定者 5,000円)
月会費 15,000円

- ◆1ヶ月以上の休会は月会費の半額となります。
- ◆高齢者とは65歳以上の方が対象です。
- ◆子ども会員とは小学生までが対象です。

B 区分 一般乗馬会員

入会金 60,000円
(平日限定者 10,000円)
月会費 16,000円

- ◆1ヶ月以上の休会は月会費の半額となります。

チケット乗馬会員

(有効期限4か月・4回券綴り)

入会金：A区分 40,000円
B区分 60,000円
(平日限定会員10,000円)
チケット代 16,800円

ピシター

A区分者 5,400円
B区分者 7,000円
体験乗馬 2,800円(15分程度・1回限り)

騎乗する最低年齢は、満5歳以上とします。

当センターのトレーニング時間は、30分を標準とします。

預託馬は、別途相談に応じます。

MAP



札幌市の中心部より約7キロ、車で約25分。
 地下鉄 真駒内駅または発寒南駅より
 ばんけいバス利用、
 「光の森学園」停留所下車すぐ、
 または「ばんけい苑」停留所にて下車
 西野方面へ徒歩4分。
 地下鉄円山公園駅前よりばんけいバス利用
 「ばんけい苑」停留所にて下車
 西野方面へ徒歩4分。
 送迎等はしておりません。

営業日時

営業日 土・日・木曜日
 時間 9:30~15:30
 (最終騎乗開始時間 14:30)

乗馬セラピー倶楽部

〒064-0945 札幌市中央区盤渓256-2
 TEL・FAX (011) 623-5285

Eメール: therapy-joba@nifty.com
 ホームページ: www.horse-therapy.net/

認定・特定非営利活動法人
 北海道障がい者乗馬センター

乗馬セラピー倶楽部



障がい者の方・高齢者の方

お子様・健常者の方

どなたでも馬とのふれあいや

乗馬を楽しむことができます

乗馬セラピー倶楽部は、英国RDA*の認定団体である「ワームウッド・スクラップス・ポニーセンター」で障がい者乗馬指導者認定書を取得したインストラクターがレッスンしているスペースです。

*RDAとは、「Riding for the Disabled Association」の略で、イギリスに本部を置く障がい者乗馬の慈善団体です。

障がい者乗馬とは

- 最大の目的は自立支援への手助け
- 自信と誇りの回復・活動的生活への支援
- 馬と人間の共生 = 馬を扱うことでルールや安全性を学ぶ
- 主導性・積極性及び達成感を持つ
- グループレッスンでのよい意味での競争心を高める



障がい者乗馬の「理念」と「方針」

< 理 念 >

私たちは2つの理念をかかげます

◆◆◆
どのような障がいを持った人でも馬と親しみ、馬をコントロールする楽しみを味わいながら人間と馬がともに健康と幸福を得られるような活動をしていきます。

◆◆◆
馬を扱う活動を通して、障がい者の方々が心身の自立性を高め活動的な生活へと導かれていく手助けをします。

< 方 針 >

私たちは、人と馬との関わりから得られる身体的・心理的・社会的効果によって乗馬による左右のバランス感覚や体幹を養ったり、馬との触れ合いで心が癒され笑顔になり、人とのコミュニケーションが上手くなることを目的に活動しています。

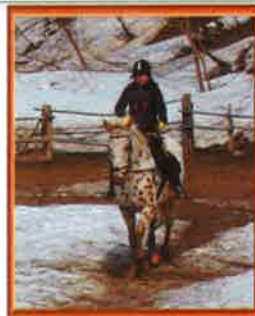


乗馬にはどんな効果が？

乗馬は老若男女、障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が楽しめるスポーツです。

馬に乗って歩いた時には馬体が前後・左右・上下に揺れます。騎乗者は自然に馬の動きに合わせてバランスをとろうとします。それが、頸椎（けいつい、首の周りの脊椎）や脳幹（のうかん、呼吸や心臓の活動、体温調節など生命を維持するためのすべての神経があつまっているところ）を刺激することで、機能回復や健康促進につながります。

また、身体的リハビリ効果に限らず、馬とのふれあいによる心理的なリハビリ効果も認められています。姿勢がよくなるといううれしい効果も。



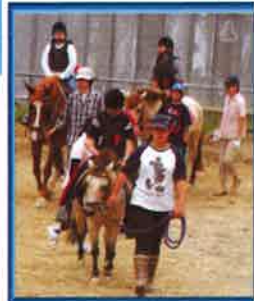
障がい者乗馬では どんなレッスンをするのですか？

事前に保護者の方、またはご本人と十分に面談し、一人一人の障がいの状態にあったレッスンをご用意しています。

馬への指示は、はじめのうちは手綱に頼りがちですが、足を動かして指示を与える事が、馬にとってはストレスが少ない方法です。足による指示が重要と考えてレッスンをしています。

脳性障害の方の場合は、一般的にはまず馬とのあいさつから始まります。次にリラクゼーション・ストレッチ・ジムカーナなど。時には楽しみながら能力向上を目指し、多くのゲーム性を取り入れたレッスンも行います。

最終的には一人で馬を乗りこなすことを目指します。一人で速歩で乗れるようになった方も少なくありません。



乗馬に危険はありませんか？

他のスポーツと同じく、乗馬も決して完全に安全なスポーツではありません。

倶楽部の馬はきちんとおとなしく調教されています。ただし動物が相手ですから、馬に接する特別な決まりは必ず守らなければいけません。

インストラクターは調教した馬の中から障がい者の能力を見極め、乗る馬を決めます。レッスン時は必要に応じて、インストラクター以外にボランティアの方が馬の前、両サイドにつき添って歩き、安全性には十分な配慮をしています。

インストラクターは常に騎乗者と馬の安全を第一に考えて馬の調教・レッスンを行っております。