

# 浦河町 乗馬療育プロジェクト

## 馬を通して人が

## 元気になる未来に向けて



全国の競走馬牧場の実に67%が日高地方にあります。その中で、宿泊施設や乗馬体験施設等を備えた浦河町では、馬により人の心と体を元気にする「乗馬療育」の取組を進めています。  
編集部では浦河町に伺い、この取組に携わる方々の温かい想いとこれからの展望を取材してきました。

(取材者 地域戦略課 七戸、高野)

### 乗馬療育とは

楽しみながら「馬に乗る」「馬とふれ合う」ことなどを通して、心身に障がいを持つ方などの能力向上と社会参加を促すことを目的とした乗馬活動です。

乗馬することによって、筋力が付いたりバランスが良くなるなどの身体的な効果、うつ傾向が改善する精神的な効果、積極的な外出の機会を促すなどの社会的な効果があるとされています。

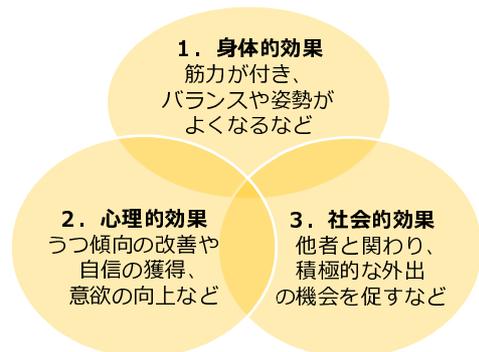
### 浦河町での乗馬療育 始まり〜存続の危機

人口約1万3000人、軽種馬の生産・育成を主な産業としている浦河町。馬と人の距離が常に近いという地域特性を活かし、町の人達を元気にするための取組として誕生したのが「乗馬療育」です。

元々は、平成8年に町内の身体障がい者施設が機能訓練の一環として取り入れたのが始まりでした。

その乗馬療育は施設利用者以外の障がい者・障がい児、高齢者にも提供され、利用者の輪が広がり、利用者やその家族は乗馬療育の高い効果を認めていました。

### 乗馬療育で得られる効果



1. 身体的効果  
筋力が付き、  
バランスや姿勢が  
よくなるなど

2. 心理的効果  
うつ傾向の改善や  
自信の獲得、  
意欲の向上など

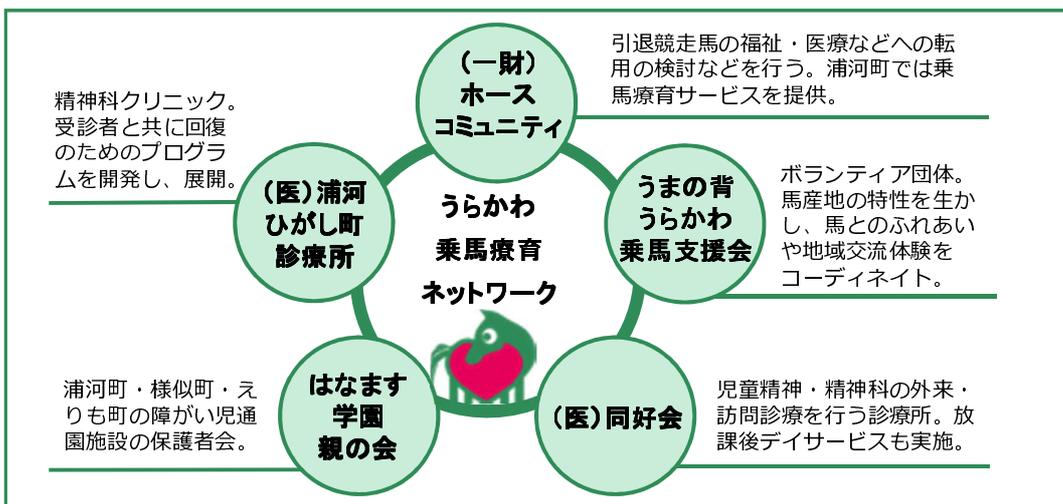
3. 社会的効果  
他者と関わり、  
積極的な外出  
の機会を促すなど

しかし、施設の運営体制などの事情により、平成26年度をもって、利用者以外への乗馬療育の提供が終了しました。

### うらかわ乗馬療育ネットワーク の立ち上げ

それまで乗馬療育を利用していた方々から存続を望む声が多くあがったことを受けて、浦河町は乗馬療育を町の事業として継続することを決意。

平成27年度から、(一財)ホースコミュニティに事業を委託。今まで浦河町で乗馬療育に携わってきた経験豊かな専門スタッフを確保し乗馬療育事業を再スタートしました。



さらに「ホースコミュニティ」のコーディネートのもと、地域全体で乗馬療育を進めるため、町内で馬とのふれあいや地域交流を進めているボランティア団体「うまの背うらかわ乗馬支援



▲馬の背に乗ったままバランスをとる練習

「うらかわ乗馬療育ネットワーク」では、さらなる乗馬療育の普及や発展を目指し、障がい者に合わせてプログラムを構成できるオーダーメイドのツアーや一般企業・社会人向けメンタルヘルスケアを目的としたプログラムの企画等も行っています。

また、「ホースコミュニティ」を中心とし、乗馬が心身に及ぼす効果を科学

再始動からさらなる発展へ

「会」や町内の精神科医、障がい児通園施設の保護者会等を構成員とした「うらかわ乗馬療育ネットワーク」が誕生しました。

こうして存続の危機をきっかけに浦河町の乗馬療育は、町と地域が一体となったより大きな取組として新たなスタートを迎えました。



▲乗馬が終わってから馬と触れ合う時間



▲コーンの色に合わせて馬上から輪投げ

的に検証するための研究を行いながら、当該効果をより多くの人に伝えるために道内外において研修会やシンポジウムを開催し、乗馬療育の良さを伝えていきます。

今後は受入れ体制をより強化するために、専門スタッフの人材育成や療育馬の確保などに取り組んでいきます。

私は自分の子どもに障がいがあり利用者として関わったことがきっかけで乗馬療育を知りました。

最初は、腹筋や背筋が鍛えられると聞いてはじめてました。通うたびに、乗馬や馬とのふれあいによって娘が心身ともに健康になることが表情で分かりました。そして子どもが高校生になった際、医師からダウン症にも関わらず姿勢がしっかりしているのは乗馬を続けていた効果だといわれました。

過去に一度、浦河町での乗馬療育の火が消えそうになったことがありました。娘のことがあったので、こんなに素晴らしいものが無くなってしまふのは納得できなくて、どうしても残して



うらかわ乗馬療育ネットワーク  
会長 春日 法子さん

乗馬療育を  
支える人

馬を活用した医学的研究においては、運動障がいの方の機能改善、高齢者のバランス能力の改善、自律神経機能へのリラククス効果、知的発達障がいのコミュニケーション能力の向上など、様々な報告がなされています。

実際に欧米ではリハビリテーションの手法の1つとして確立されており、医師が乗馬療育の処方箋を出し、理学療法士・作業療法士が乗馬療育を提供している国もあります。

現在、乗馬療育の周知のため、学術機関との共同研究を行い、理学療法・乗馬療育の学会やシンポジウムなどで

(一財)ホースコミュニティ  
社会福祉士・乗馬療育インストラクター  
**江刺 尚美さん(左)**  
理学療法士  
**小島 愛子さん(右)**



ほしくて浦河町や関係機関に強く働きかけました。

その経緯から現在はネットワークの会長として、より多くの方に乗馬療育を広げていけるよう活動しています。

国内はもとより国外でも発表を行っていますが、今後も、乗馬療育の効果に関する科学的なデータの集積を行っていきたくと思っています。

また、現在は「(一財)ホースコミュニティ」が町からの事業委託を受け、乗馬療育を提供していますが、今後、利用者の方々に安定的に利用いただくためには、乗馬療育をひとつの産業として自走させることが必要だと思っています。

それに向け、これからは人材や施設を確保して、町外の利用者も受け入れられるよう体制を整えていきたいです。

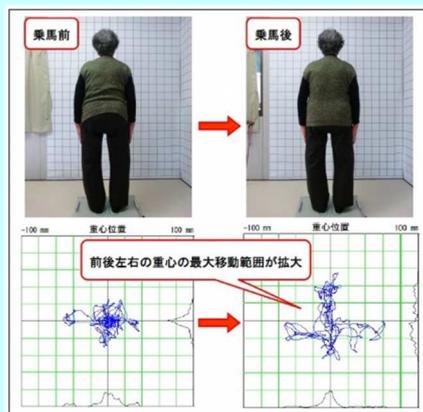
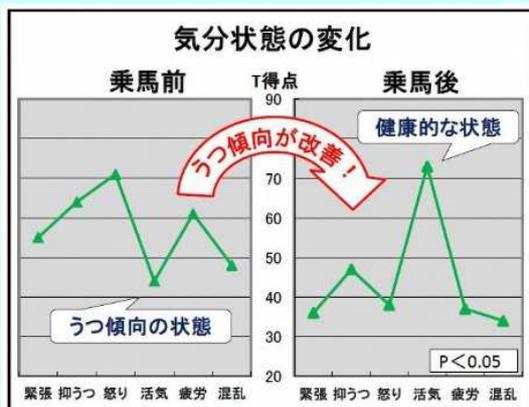
浦河町は民間団体・住民・行政といった町を構成する全てが、乗馬療育に理解を示し、地域全体で乗馬療育を進めていく地盤として他の地域にはない強みがあると思っています。

近い将来、「うらかわ乗馬療育ネット



▲高齢者乗馬の様子  
乗馬をする前には、安全のため血圧を測定してから開始。乗馬は約15分間、引き馬で左右に1名ずつスタッフが常に帯同する。

乗馬療育効果の科学的データの一例



トワーク」が「ホースコミュニティ」から得た専門知識や経験をさらに発展させ、より浦河ならではの乗馬療育を提供できるようにしていきたいと考えています。



**プロジェクトを通じて  
交流人口の拡大へ**

浦河町では、乗馬療育をまちづくりの重要な産業として捉え、利用者の幅を広げることで交流人口の拡大・雇用の創出を目標としています。

平成27年度からは浦河町へふるさと納税(寄付)をしていただいた方が選べる寄付金の活用先の一つとして「乗馬療育事業」が加わりました。

引き続き、行政と地域が一体となり、馬の町ならではの質の高い乗馬療育の情報発信と提供環境を整備していきま。そこから道内・道外の利用者を増加させ、浦河町を訪れた方々に乗馬療育以外にも様々な町の魅力を知ってもらうことで、「住んでみたい浦河町」を目指しています。

# 西蝦夷300年



## 新交流時代創造にむけて

### ◆留萌地域のいま

かつて西蝦夷と呼ばれていた地域の中心だった留萌管内は、江戸時代から北前船により昆布、鮭、アワビ、なまこといった海産物や毛皮の交易が盛んであり、また鯨から産出される金肥が日本の農業の発展を支えてきたほか、留萌産の木材が関東大震災後の建築需要を賄い、羽幌炭鉱をはじめとする多くの炭鉱が、日本の高度成長を支えるエネルギー供給基地として重要な役割を果たしてきました。

鯨漁では、東北からの出稼ぎ労働者（やん衆）が漁の中心的な担い手となり、炭鉱街には本州からの坑夫が留萌管内に移住し、終戦後には大陸や樺太から多くの引揚者が入植・定住するなど、他地域からの人々が地域のコミュニティや経済の主役となっていました。現在は群衆も炭鉱も姿を消し、産業構造の変化に伴い、ヒト・モノの交流も大きく減少しましたが、留萌振興局

では、留萌管内を再びヒト・モノの交流が盛んな地域にし、産業振興や定住人口の増加に結びつけるため、3つのステップを基本方針として取組を進めています。

### ◆ステップ1 「観光」新時代創造

地域に存在する埋もれた資源を再評価し、日本人と外国人両方に魅力を伝える情報発信ツールとして落とし込み、それを活用して交流人口の拡大を図ります。

今年1月に振興局と市町村が連携して広域周遊ルートガイドブック『西蝦夷ここ路旅』を作成しました。『西蝦夷ここ路旅』は、留萌管内の魅力を自然や歴史、産業遺産、食など9つのテーマに再構築し、テーマ毎に周遊ルートや手描きマップ、市町村毎の観光情報（スポット、休憩・飲食）をQRコードとして記載しているほか、QRコードを活用し、WEB上でも掲載

する、リアルとデジタルを融合したガイドブックであり、管内各市町村の道の駅や、札幌市や旭川市の観光案内所などに配置し、好評を博しています。また、外国人観光客の誘客促進を図るため、WEB版は英語にも対応しています。

さらに、プロモーションツールとして、首都圏や札幌などにおける観光商談会等で周遊ルートを売り込んでいる最中です。

今年度は、『西蝦夷ここ路旅』の第二弾を作成し、更なる魅力の発信に努めるほか、新たな観光振興体制として、留萌地域版DMO設立に向けた検討を進めます。

### ◆ステップ2 「産業」新時代創造

高品質でバラエティに富んだ農林水産物工業を支えるため、収益性が高く安定した経営基盤づくりを進め、6次産業化等による農林水産物工業の振興と雇用の創出を図ります。

西蝦夷  
ここ路旅  
WEB版QR



留萌地域には、全国有数の品質を誇る米をはじめ、北限のクリーンな野菜や果物、新鮮な水産物、トドマツ材など豊かな資源が存在します。

6次産業化の取組として、留萌管内産米のブランド化や留萌管内産小麦「ルルロツソ」の活用拡大に向け、管内統一米による販売や、ルルロツソのパンやスイーツ、お酒への活用を進めています。

また、首都圏百貨店での商品化や物産展等に出展しPRを行うほか、北海道とさんごプラザの積極的活用など、大都市圏への売り込みを強化していきます。

### ◆ステップ3 「住む・しごと」新時代創造

移住・定住の促進を図るため、地域の「住む」や「しごと」を繋げて、人を呼び込み、定住人口の増加を図ります。

留萌地域では、交流人口の拡大や移住・定住に向けた促進策が進められています。特に二次産業主体の地域においては希望者のニーズに見合う「空き家」がほとんど見つからず、住宅確保に苦慮するという現実があります。一方で民間の住宅業者にとっては、人口減少等への不安もあることから、既存

#### 地域創生 賃貸住宅整備促進への連携(遠別町モデル)

##### <金融機関(道銀)>

- 民間事業者が参入しやすい制度設計への協力
- 都市部等の住宅業者に対して遠別町の助成制度を周知
- 建設資金の融資

##### <市町村(遠別町)>

- 民間賃貸住宅建設助成
  - ・建設費補助(1or2LDK)
  - 1戸当たり3/4以内(上限500万円)
- 土地の無償定期借地



##### <住宅関係業者>

- 実需に応じた安定した家賃収入
- 助成制度等の活用による低コストな施工・管理運営
- 地域における雇用の維持・拡大

##### <道(振興局)>

- 民間事業者が参入しやすい制度設計への協力
- 民間住宅の確保による移住・定住の促進
- 民間投資の呼び込み

の政策や融資スキームでは新たな賃貸住宅の建設は見込みにくいという状況があります。

そこで、公有地の有効活用等を望む市町村、多様なネットワークや情報を有する金融機関、投資リスクを軽減し

たい住宅建設事業者の3者が連携した「遠別町モデル」により、遠別町内に民間賃貸集合住宅が今年1月、1棟建設されました。また今年度もさらに2棟の建設が予定されています。このように民間活力による住環境の整備を促進してまいります。

また、地域の仕事情報に精通するローカルワークコーディネーターが配置されていることから、そのネットワークを活かした「しごと」の掘り起こしや情報提供等を行うとともに、「働きながらちよっと暮らし」として、労働力が不足がちな地方での就労と地域の魅力を体験してもらう仕組みづくりにより移住者の増加を目指します。



※「遠別町モデル」による  
民間賃貸集合住宅等の建設  
平成28年度 1棟(8戸)  
平成29年度 2棟(16戸) 予定

今後この基本方針に沿って地域資源の洗い出しや再構築を図り、大都市圏に直接売り込みをかけ、交流人口の拡大を図るとともに、持続的な産業振興と雇用の創出につなげ、移住・定住の促進を図ってまいります。



留萌・宗谷管内の店頭を中心に並ぶ留萌管内産米「ゆめぴりか」・「ななつぼし」

留萌管内産小麦ルルロツソを使ったパスタ

# 地域を創る人

## 空知編

### 01 植村真美さん

「赤平には何も無い・・・」  
「そんなことは決してない！」



赤平コミュニティガイドクラブTANtanメンバー  
赤平がんがん鍋協議会メンバー  
平成19年4月から赤平市議会議員

ドイツ・ルール地方の炭鉱遺産にて撮影

「赤平」コミュニティガイドクラブ「TANtan」で炭鉱遺産を活かしたまちづくりに取り組んでいる植村さん。元炭鉱マンのメンバーを中心に、旧住友赤平炭鉱立坑、赤平炭鉱資料館のガイドや、赤平フットパス、TANtanまつりの開催などを行っています。

今年1月には、植村さんが立ち上げの段階から関わってきた赤平の名物料理「がんがん鍋」をPRするため全国鍋グランプリに出場しました。「がんがん鍋」は、炭鉱町だった赤平で昔から家庭料理として食べられていた味噌仕立てのホルモン鍋のことで、新たに付けられたその名称には、「ストーブをガンガン焚いて、ガンガン煮込み、ガンガン食べて、ガンガン語り、ガンガン働く」といった当時の炭鉱長屋の生活への想いが込められています。当初はNPO赤平市民活動支援センターのメンバーに作ってもらっていましたが、地域でお金が回る仕組みにしたい

と考え、現在では市内の6店舗が「赤平がんがん鍋協議会」に参加して「がんがん鍋」を提供するなど、取組の輪は広がりをみせています。



▶一緒に活動するTANtanメンバー(写真上)  
全国鍋グランプリ出場時の様子(写真下)

本州で進学、就職した後に赤平に戻った植村さん。当時の赤平市は厳しい財政状況でしたが、そのような中、地元の人が「赤平には何も無い」と言ったことに大きなショックを受けました。子どもの前でもそのような言葉を口にすることに、「それはないだろう」と思ったそうです。植村さんが炭鉱遺産を活かす活動を始めた頃、「終わってしまったことに触れないでほしい」と言われたこともありました。しかしドイツのルール地方で炭鉱遺産を活用しながらまちづくりをしている現場を見て、なぜ日本ではできないのか、

できない理由はないのではないかといい気持ちになりました。「ふるさと」の歴史を誇りに思える環境を創り出すことは大切なことであり、私たちのまちにとって炭鉱遺産を活かしたまちづくりは宝探しのような冒険であり、そのように思える人が多ければ地元は輝く」と植村さんは信じています。

これまでの活動で興味を持ってくれる人は増えてきましたが、関係者以外への広がり不足を感じていた植村さんは、新たに「炭鉄港」の議員連盟を立ち上げました。「空知の石炭をはじめ、鉄鋼、港湾といった室蘭、小樽という3つのエリアがつながって北海道の近代化に大きく貢献したというストーリーには訴求力があるはずで、地域を越えて繋がることにより、炭鉱遺産の価値がいつそう高まるのではないかと期待をしています」と声を弾ませています。この10年の道のりをワンステップとし、今後は、地元農家や企業等とも連携し、新たなステージにチャレンジしていきたいと、ガンガン語る熱い想いはつきることがありません。

# 地域を創る人

上川編

02 阿部雅司さん

## 名寄から世界へ！ 市民のみなさんと前進中。



名寄市特別参与スポーツ振興アドバイザー  
リレハンメルオリンピック（1994年）  
ノルディック複合団体金メダリスト

リレハンメルオリンピック金メダリストの阿部さんは、平成28年4月から名寄市のスポーツ振興アドバイザーとして、ジュニア育成やスポーツ環境の整備を進めています。これまで、学校や少年団で運動教室やスポーツ講演会の開催に取り組んできたほか、市民の健康増進のため、ノルディックウォーク講習会を開催するなど、子ども達や市民のみなさんがスポーツに興味を持つきっかけづくりに注力してきました。こうした取組により「少しずつですが、ノルディックウォークやランニングなどの愛好者が増えてきた」と阿部さんは手応えを感じています。

名寄市はジュニア選手をナショナルチームレベルに引き上げることが目的とした事業を引き受け、市内では競技会や合宿が行われました。中でもローラースキー競技会は、日本中から注目を浴びるほどの大成功となりました。阿部さんは「市街地商店街でローラースキーレースを行うので問題が山積みでしたが、市民のみなさんのたくさんのサポートや暖かい応援があったので実現することができました。改めて名寄のみなさんのパワーを感じることができました」と話します。

阿部さんは、19年間ナショナルチームのコーチを務めた後、会社で通常業務に就いていましたが、「冬季スポーツの拠点化に向けて阿部さんの力がどうしても必要」との名寄市の熱い想いを受けて名寄に行く決心をしたそうです。

「施設設備など課題は多くありますが、今できることからやろう思っているので大きな苦労は感じない」と話します。「これからは、子ども達にもっとスポーツに興味を持ってもらいたい。そして年齢にあったトレーニングをするジュニアの育成システムを作り、いろいろなスポーツに浸透させたい」、「冬と夏のスポーツの種目間のつながりを作り、夏冬関係なくスキルアップできるようにしていきたい」と、阿部さんの中で名寄の可能性はどんどん広がります。

今後の目標を聞くと「名寄出身のメダリストを育てて、市民のみなさんと一緒に感動して喜び合える街にしたい。そうすることで名寄市が目指す冬季スポーツの拠点化に近づけると信じているし、拠点化を成功させることが名寄市への恩返しになると思うのでこれからも全力でがんばっていきたい」と力強く語ってくださいました。



▲小学校での運動教室の様子

# 道内の 地方創生 topics



## 北海道創生プラットフォーム

プロジェクト  
マッチング

企業版  
ふるさと  
納税

公共施  
設等利  
活用

官民協働で地域創生を!!

道では、地域の創生に向けた市町村のプロジェクトを総合的に支援する「北海道創生プラットフォーム形成事業」を実施しています。

### 市町村の皆様

- ・プロジェクトを力強く進める人材を確保したい
- ・プロジェクトの磨き上げを行うアドバイスが欲しい

### 企業の皆様

- ・空き校舎を使う事業を行いたい
- ・ふるさと納税を行いたい

**まずはご相談ください**

問い合わせ先：011-204-5131(直通)  
総合政策部地域創生局地域戦略課地域創生グループ  
URL：<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/csr/platform/top.htm>

北海道創生プラットフォーム形成事業



バックナンバーは、創るWEBで

北海道創生ジャーナル

検索



URL：<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/csr/chicho/tsukuru/toppage.htm>