



撮影：浅葉美穂 (Miho Asaba)

NPO法人日本アニマルセラピー協会
アニマルセラピスト師範
おむら
大村
けい
敬さんに聞く①

潮流

人と動物が 幸せになる社会を

アニマルセラピーの効果を生かそうと
さまざまな分野での活用が進みつつある。
ストレス社会で幸福度が低いと言われる日本、
アニマルセラピーを通じて、
人と犬が幸せになれる社会に、と言う。

人と犬の絆を生かした活動

アニマルセラピーの対象者は、高齢者介護施設の入居者、病院では、一般病棟の患者や緩和ケア病棟のがん患者、精神科のクリニックの精神障害者、障害者支援施設では、知的障害者や身体障害者、また子どもでは、不登校の子ども、自閉症スペクトラムなどの発達障害の子どもなど、さまざま。このような対象者の中で、自閉症スペクトラムなどの発達障害や知的障害の子どもたちを対象に、アニマルセラピーを行う場合、気を付けていることがあるという。それは、アニマルセラピストが、セラピー犬に指示を出す場合、「座れ」などと声で命令すると子どもたちに怖い印象を与える場合があり、子どもたちとアニマルセラピストの関係が築きにくいので、ハンドサインでセラピー犬に指示を出すという。

大村 言葉のコミュニケーションが苦手な自閉症スペクトラムの子どもや発語のない知的障害の子どもにとって、ハンドサインは、アニマルセラピストの手の指示で、セラピー犬が従うということがとても魅力的に映り、言葉でなくても意思を表現できることから、その子どもは、アニマルセラピストのマネをして、ハンドサインでセラピー犬と交流をはじめたりします。

自分のハンドサインがセラピー犬に通じて、セラピー犬が指示したとおりの動作をすると、とても嬉しそうで、気持ちを通じたことが自信にもなるようです。

また、アニマルセラピストから「上手ね」などとはめられると心を開いて、アニマルセラピストとの良い関係も生まれます。アメリカでは、本を読むのが苦手な子どもたちへの支援として、セラピー犬に絵本を読み聞かせる読書犬プログラムが盛んに行われているという。セラピー犬は、そばに寄り添い、穏やかに聞いてくれるので、言い間違いなどが気にならなくなり、結果として、識字率も向上していくケースが少なくないという。アメリカでは図書館などの公共施設でこうした活動が広がっているが、日本ではまだ少ないのが現状という。

大村 子どもは、セラピー犬となら、苦手だったことや、関心がなかったことにも前向きになれます。例えば、本を読むのが苦手な子どもも、セラピー犬に読み聞かせをすることで、満足感が得られ、自尊心が高まります。また、絵本を読むことで、主人公の気持ちになり、思いやりの気持ちも深まります。

当協会の関連施設の「人と犬との憩いの場所」は、誰でもがセラピー犬とふれあえる楽しい場所ですが、療育の場として、障害のある子どもが、セラピー犬とふれあえる場所でもあります。

子どもは、自由にセラピー犬にふれ、リラックスでき、セラピー犬とおもちゃで遊んだり、置いてある絵本を自分で選び、気軽に読んだり、セラピー犬に読んであげたりと、親や先生からの押し付けではないので、自主的に楽しくセラピー犬と過ごせ、満足感も高まります。また、

セラピー犬を介して親との新たな会話が生まれることや親もセラピー犬とふれあって、とても癒されています。

このように、「人と犬との憩いの場所」は、セラピー犬と思い思いに過ごせる、まさに憩いの場です。今後も、この「人と犬との憩いの場所」は、日常から少し離れて、セラピー犬とまったりとした心満たされる時を過ごしていただける場所として、また新たなご提案やプログラムを通じて、皆様方の心が癒される場所でありたいと思います。

犬との接し方のポイント

アニマルセラピーで、小学校などへ訪問し、子どもたちがセラピー犬と初めて接する際に、約束をしてもらうことがあるという。それは、セラピー犬の近くで走り回ったり、大声を出したり、突然触ったりしておどかさないうこと。また、セラピー犬とふれあう前に、友達と挨拶するように、セラピー犬ともきちんと挨拶をすることが、大切なことと説明しているという。

大村 犬との挨拶は、仲良くなるためにはとても大切なことで、自分の手を犬の鼻のようにグーの形に握って、犬に手を嗅いでもらい、十分に嗅いでもらったら、その手をゆっくり開いて犬のあごの下を撫でてあげるのが、最初の接し方、「挨拶」になります。また、耳やしっぽを引っ張ったりするなど、犬が嫌がることはしないで、胸や背中を優しく撫でてあげること、親しい友だちになれると子ども

もたちに説明しています。

実は、セラピー犬は、子どもたちに約束してもらったことに対して動じないように、また、例えば耳やしっぽを引っ張られても嫌がったりしないように訓練されていますが、近所を散歩している家庭犬の場合は、接し方を間違えると事故につながりかねないということや、犬ともしっかり仲良くなってほしいとの思いから、犬との接し方を子どもたちに覚えてもらっています。

同協会は、セラピー犬の育成も行っているが、その適性はというと、初対面の人や子どもに対してもふれあいを楽しめる気質の犬が、特にセラピー犬に向いているという。また、アニマルセラピストに求められる適性としては、まず一番大事なことは、人が好きで、犬が好きで、社会奉仕の精神があること、そして、人と犬に関することについての学習意欲があることが挙げられるという。

大村 アニマルセラピストとして、まず大切なことは、犬の健康管理や世話、行動のコントロールができることです。そして、施設訪問などで、特に注意が必要な衛生面では、人獣共通感染症の知識とそれを活かせること、人の心理や心理学に基づくカウンセリングの技法を学び、実践できること、アニマルセラピーの適応症とセラピーの仕方を学び、実践できることなどです。また、セラピー犬が活動を楽しめているか、ストレスをためていないかという、ボディランゲージで表

現されるセラピー犬の気持ちを受け止めることができるなど、動物福祉にも十分に配慮できることも重要です。

そして、セラピー犬は、アニマルセラピストとのきちんとした関係性、愛着の絆が築かれていて、安心して、安心してイキイキと活動することができるのです。即ち、アニマルセラピーは、アニマルセラピストとセラピー犬が協働で行うセラピーなので、その本来の姿は、お互いの気心が知れている飼い主と愛犬がアニマルセラピストとセラピー犬として活動すること、アニマルセラピストがセラピー犬の個性を十分に発揮させ、ストレスも無く、楽しい活動につながります。その和やかで、楽しい雰囲気の対象者にも伝わり、より高いセラピー効果が得られます。

同協会では、アニマルセラピーの訪問活動の他、アニマルセラピストの養成に力を入れているという。このアニマルセラピストの養成講座は、協会独自の資格認定も兼ねており、初級、中級、上級の3段階のレベルがある。年齢には関係がないので、小学生が初級の資格を取得した例もあるという。犬が好きであれば、その習性やしつけ、訓練など、家庭での犬の飼育にも役立つ内容だ。また、同協会ではアニマルセラピーの活動に実績のある海外の団体とも提携、交流するなど、質の高い養成講座やプログラムを実施している。

大村 アニマルセラピスト養成講座は、アニマルセラピーに必要な基礎的な知識

を学び、動物介在活動を実施できる「初級」、子どもたちのためのアニマルセラピー、動物介在教育を学び、実施できる「中級」、医療の現場で活躍できる動物介在療法を学び、実施できる「上級」の3段階のレベルがあり、その資格認定も兼ねています。また、現場での実務研修もでき、上級までマスターすれば、アニマルセラピーに関する幅広い最新の知識の習得と様々な現場での実践に役立ちます。

アニマルセラピストの養成講座で、資格を取得した方の一例をあげさせていただきますと、自分もアニマルセラピストの資格を取得し、愛犬をセラピー犬にして、社会貢献、社会奉仕をしたい、高齢者介護施設で働く介護士が、施設にセラピー犬を導入したい、学校で特別支援学級を担当している教師が、放課後の児童保育にセラピー犬を連れて行き、療育の一助にしたい、公認心理師が、カウンセリングの際に、セラピー犬を介在させ、クライアントの心の支援をしたい、小児科の医師が、アニマルセラピーで、虐待を受けた子どもたちのケアや子どもたちの成長の支援をしたいといった思いをもった方々です。このようにアニマルセラピスト養成講座は、様々な分野でアニマルセラピーを行いたい方々の支援をする役割を担っていると言えます。

アニマルセラピーで幸せに

日本は、現在4人に1人が心の病の経験があるストレス社会で、2025年には、

65歳以上の高齢者の約5人に1人が認知症になると言われる超高齢化社会を迎える。国連の世界幸福度ランキングでは、日本の幸福度は、156カ国中、昨年は58位、今年は62位、6年前の46位から、年々順位が下がり続けている。

また、ユニセフの今年の子どもの幸福度調査では、日本は、38カ国中、身体的健康度は1位ですが、精神的幸福度は、37位で、特に生活の満足度が低いという結果だったという。

このような状況の要因の一つと考えられているのが、日本人の8割が、心配性の因子を持っている、幸福ホルモン（オキシトシン）が出にくいので、ネガティブになりやすく、幸せを感じにくいからと言われているという。

大村 幸せを感じにくい私たちにとって、とても良い方法があります。それは、「愛犬やセラピー犬といっぱい見つめ合って、いっぱいハグしましょう」「そして、幸せホルモン（オキシトシン）をいっぱい出して、ストレスを解消し、WHOの言う「真の健康」（身体的にも、精神的にも、社会的にも、すべてが満たされた状態）になり、幸せになりましょう」です。そうすれば、きっと人にも、犬にも、社会にも、明るい未来になると思います。

NPO法人日本アニマルセラピー協会
<http://animal-t.or.jp/>
 一般社団法人 人と犬との憩いの場所
<http://ikoi.me/>