



# ウォルサム® 研究所 人と動物の関係学 ポケットブック



著 ジェームズ・サーベル  
サンドラ・マッキューン  
監訳 森 裕司







ウォルサム® 研究所  
人と動物の関係学  
ポケットブック



編集：

ジェームズ・サーペル

サンドラ・マッキューン

執筆：

キャシー・クルーガー

サンドラ・マッキューン

ラルフ・メリル

キャリル・ハーレイ博士の示唆に富んだ助言と支援に感謝します。

お問い合わせ先：

マース ジャパン リミテッド広報室

03-5434-3311（代表）

Illustrations:

Beyond Design Solutions Ltd

Publisher:

Beyond Design Solutions Ltd

[www.beyonddesign.co.uk](http://www.beyonddesign.co.uk)

WALTHAM® pocket book of human-animal interactions  
の日本語訳です。

DISCLAIMER

This book was written to inform the reader and is not a medical guide. It should not be used as an alternative to seeking veterinary consultation or intervention where necessary.

PROPRIETARY AND CONFIDENTIAL FOR MARS INC. AND WITH THE AGREEMENT THAT IT IS NOT TO BE OTHERWISE USED OR REPRODUCED WITHOUT THE PRIOR WRITTEN CONSENT OF MARS, INC. COPYRIGHT© 2012, MARS, INC. ALL RIGHTS INCLUDING TRADE SECRET RIGHTS RESERVED.



# 目次

|                     |    |                       |    |
|---------------------|----|-----------------------|----|
| 序文                  | 4  | 教室の中のペット              | 25 |
| ウォルサム® 研究所          | 7  |                       |    |
| 序論                  | 8  | より健康に、より幸せに、<br>共に生きる | 26 |
| 古代からのつながり           | 9  | 長く幸せな関係を作る            | 27 |
| 子供の健全な発育とペット        | 10 | ペットの選択                | 27 |
| 家族の一員としてのペット        | 10 | 社会化                   | 28 |
| ストレスの軽減             | 11 | 訓練                    | 28 |
| 健康なライフスタイルの促進       | 12 | 栄養                    | 29 |
| 認知機能の発達             | 13 | 獣医学的ケア                | 29 |
| 言語の発達               | 13 | 運動と遊び                 | 30 |
| アレルギーと免疫            | 13 |                       |    |
| 健康上の恩恵              | 14 | ペットとの安全な生活            | 32 |
| 健康的な加齢とペット          | 16 | 動物が関わる傷害              | 32 |
|                     |    | 大人が注意すること             | 32 |
|                     |    | 子供が注意すること             | 33 |
|                     |    | 人獣共通感染症               | 34 |
|                     |    | アレルギー                 | 34 |
| 社会の中のペット            | 18 |                       |    |
| 治療行為における動物たち        | 20 | 関係の終焉                 | 35 |
| 動物介在介入              | 20 |                       |    |
| 補助動物                | 22 | 将来への課題                | 37 |
| アニマルウェルフェア（動物福祉）の問題 | 22 |                       |    |
| 集団における新たな傾向         | 23 | References            | 38 |
| 自閉症スペクトラム障害（ASD）    | 23 |                       |    |
| 心的外傷後ストレス障害と帰還兵     | 24 |                       |    |



# 序文

## 人と動物の関係学ー成長する学問分野

人と動物の関係学（アンスロゾオロジー）は、人間と動物の相互関係（Human Animal Interaction, HAI）を研究する比較的新しい学問分野である。私がこの分野への取り組みを始めたのは、1979年という早い時期だった。それから30年以上が経過した現在、人と動物の関係学が独創的で素晴らしい多くの研究成果（そうした研究の多くがこのウォルサム® 研究所ポケットブックにまとめられている）に支えられ、躍動的な発展期といえる状況にあることを報告できるのは嬉しいことである。

振り返ってみると、この学問分野は成熟の過程で多くの障害に直面してきた。人と動物の関係学に関する研究は困難が多い。ペットを飼っている人と飼っていない人を比較しようとすれば否応なく、因果関係という問題に直面することになるからである。例えば、ペットを飼っている人と飼っていない人の健康状態に差が認められるのは、ペットが要因といえるのか？ ペット飼育者の健康状態が優れていることは、ペットを飼おうと思う人に共通する何らかの未知の要因と関連しているのか？ また、ペット飼育や動物介在療法の価値を従来の研究手法で実証することも難しいのである。

この分野の研究では、臨床研究で“ゴールドスタンダード”とされる二重盲検プラセボ対照試験を実施することが明らかに不可能であるし、比較のために適切な対照集団を設定することもきわめて難しい。確立された学問分野の多くは、比較的整然とした知識や理論体系、および定義づけが明確な試験方法に支えられている。それに対し、人と動物の相互関係（HAI）の研究は、動物との交わりは人間にとって有益だろうという考えに基づいて始められ、著しく異なった分野の科学者や研究者を魅了し、多方面からの概念や理論や研究方法が適用された。このような特徴は、我々研究者にとって魅力的であり、やりがいがある一方、より成熟し確立された分野の視点からは、問題の焦点が定まらず厳密性が不十分であると思われるかもしれない。このような曖昧さや厳密性の欠如こそが、人と動物の相互関係（HAI）分野の研究による知見が医療分野に浸透する速度を遅らせている理由であろうと考えられる。

動物とのかかわりによって得られる利益はなぜ生まれるのかを適切に証明することが、この分野の学問ではできなかった。幸い、哺乳類における個体同士の触れ合いに関する最近の研究で、人と動物のきずな（ボンド）が形成される過程にはオキシトシンやアルギニン-バソプレッシンと呼ばれるホルモンが大切な役割を果たしている可能性が示唆され、その観点から、その“きずな”が、ストレスにさらされた際に我々が衰弱するのを和らげたり防いだりしてくれるのだらうと推測されている。

いわゆる“ヒューマン・アニマル・ボンド”の生物学的根拠を解き明かすためには、今後もこの分野において多くの研究が必要である。こうした取り組みが、動物介在療法によって得られる治療効果の一部を説明することに役立つと思われる。オキシトシンの作用を脳のレベルで明らかにするための研究では、このホルモンによって被験者に信頼感や応諾性が誘導されることが明らかにされている。ほとんどのカウンセリングや治療に際して、信頼感と応諾性の両方が必要とされることが前提であることを考慮すれば、治療の補助手段として動物を取り入れる価値を説明できるかもしれ

ない。

これまでアンスロゾオロジーの分野の発展に最も大きな障害となってきたのは、研究資金の全般的な不足であろう。生物医学領域の研究が成功していることを示す指標は、査読された論文が水準の高い科学雑誌に掲載されることであり、また政府機関である研究支援機構から長期間にわたって研究資金の援助を受けられることである。

人と動物の相互関係（HAI）の研究分野は、当初よりペットフード業界からの研究資金提供（それらはありがたいが不安定な資金であった）に支えられてきた。この分野の成長が、資金援助なくしては達成できなかったことは確かであろう。しかし、限られた研究資金を企業による短期間の援助に依存してきたことで、研究の種類や目的が制限され、重要な知見が得られた場合でもその信頼性が疑われる事態が生じ、若い研究者たちの意欲が削がれてきたのも事実である。現在では、人と動物の相互関係（HAI）の研究が納税者からの支持に値することが暗黙のうちに公認されるようになり、それゆえに最近になってウォルサム® 研究所とユニス・ケネディ・シュライパー国立小児保健発育研究所との官民パートナーシップが樹立されたことはきわめて画期的で、この分野に新たなチャンスがもたらされた刺激的な出来事といえる。

この後の各項目で考察されているとおり、非常に重要ないくつかの疑問が解決されないまま残されていることは明らかである。人の健康と動物に関して、特定の人とペットにおける関係性が、他の組み合わせと比較して利益が多かったり逆に少なかったりするのとはなぜなのか、という謎を明らかにするには、長期的な前向き研究を実施する必要がある。言い換えるなら、人と動物の関係性が成熟することなくペットが飼育放棄や安楽死処分に至ったり、またはシェルターへ捨てられたりする事例がある一方で、動物の死後、長い時間を経過しても飼い主がペットロスからなかなか立ち直れないといった事例があるのはなぜだろうか。こうした人と動物の関係性の違いは、その関係性から得られる



利益の違いにも何らかの関わりがあるのだろうか？ また、個々の動物にみられる気質や行動の違いが、愛着の強さや持続性に影響を与えるのだとしたら、それはどのようなものだろうか？

これらの疑問に対する解答を求めることは、ペットを単純に肯定的もしくは否定的に特徴づけて割り切ることを超えた議論へと進める助けになるだろう。例えばペットを、万能薬としてとらえるか、逆に社会的な寄生体あるいは質の劣る人間関係の“代用品”としてとらえるかといった議論から、ペットと飼い主というユニークな結びつきが持つ利点と欠点の両方における微妙な関係を理解するための議論へ、といった具合にである。またペットを飼育することで得られる健康上の利益は、飼い主の生涯にわたって積み重ねられるものであり、多くの試験で行われているような短期間の観察では解答を見いだすことが困難である可能性があることを考慮すべきである。

人間の成長に関してペットが果たす役割も、これまで以上に注目に値する。その例として、ペットを飼育することによって子供が共感性や社会性を獲得する過程に好影響があらわれることを多くの研究が示している。しかし、このような好影響が全ての子供たちに見られるのか、その好影響が年齢、性、環境など他の要因によって左右されるのかどうかについては明らかではない。

ペットの存在を介して、思春期前の女子が子育てに対する興味を特に強く覚えるようになることに関しては進化的理由付けがなされている<sup>1</sup>。しかし、思春期前の女子達が動物と相互関係を持つことによる発達上の恩恵を、他の子供たちより大きく、より持続的に受けられるか否かについては検討の余地が残されている。

最後に、これまで報告されている人と動物の相互関係（HAI）研究のほとんどはヨーロッパや北アメリカにおいて実施されたものである。これらの地域では、人々のペットに対する接し方や、ペットとの相互関係が世界の他の地域とは全く異なっている可能性も考えられる。このポケットブックでも強調されているように、さまざまな文化圏の中で、人と動物の相互作用の類似点や相違点を研究する必要がある。

人と動物の関係学は、多くの困難な問題が存在していたにもかかわらず発展し続け、今や興奮に満ちた新しい時代に入ろうとしている。この重要な時期に出版されることとなったウォルサム® 研究所ポケットブックには多くの情報が盛り込まれており、この分野への最先端の入門書となっているだけでなく、将来の方向を探るための有効な道しるべもなっている。このようなきわめて簡潔にして読み応えのある入門書が完成したことに対して、著者の先生方に感謝を申し上げたい。

### ジェームズ・サーベル博士

「人間倫理学と動物福祉学教室」（Human Ethics and Animal Welfare）マリー A. ムーア教授  
「動物と社会の関係研究センター」（Center for the Interaction of Animals & Society (CIAS)）所長  
ペンシルバニア大学獣医学部





# ウォルサム® 研究所

## 愛情を持って進められる高度で革新的な科学研究

これまでの約50年間、ウォルサム® 研究所はペットの栄養学とペットケアの分野における世界的権威であり続けてきた。ウォルサム® 研究所の科学研究と出版物は、ペットの栄養要求量を明らかにするための助けとなり、またペットと人間との特別な関係を理解するための参考書として利用され続けてきた。

「ウォルサム® 研究所」(WALTHAM® Centre for Pet Nutrition)の科学者たちは、ペットとの共同作業を通してマースのペットケア事業をサポートするため、ペットに焦点を当てた研究を行っている。ウォルサム® 研究所はペットの栄養学、健康、福祉および行動学の分野に関する画期的な科学的新発見を発表し続けている。飼育者、研究者および訓練士からなるウォルサム® 研究所のチームは世界各地の研究機関や専門家との共同研究を通じて、Kalkan® (カルカン)、Pedigree® (ペディグリー)、Trill®, Cesar® (シーザー)、Sheba® (シーバ)、PRO MANAGE™ (プロマネージ)、PERFECT FIT® (パーフェクトフィット)、Kitekat® (キティキャット)、Aquarian®, Winergy®, Nutro® (ニュートロ)、Royal Canin (ロイヤルカナン)、およびBanfield® などマースの誇るペットケアブランド製品を支えている。

今日、ペットと共に生活を送ることの重要性はかつてないほど大きなものとなりつつある。家庭の崩壊や別離などの要因によって世帯が小さくなり、人口に占める高齢者の割合が増加することによって、ペットは子供たちの健全な成長にとって重要性を増し、一方で高齢者が健康的に年を重ねるためにより重要となってきた。「ウォルサム® 研究所」(WALTHAM® Centre for Pet Nutrition)とユニス・ケネディ・シュライバー国立小児保健開発研究所によって樹立された官民連携は、この分野の高水準な研究が、いかに信頼性を増し、分野を学際的に広げつつあるかを示す一つの例である。

このポケットブックは、ペットと共に暮らす人からペットフードや関連産業などの業界に携わる人まで、ペットに関心のある全ての人々の役に立つことを目的とし、人と動物の関係学を紹介するものである。





# 序論

## 相互的かつ動的な関係性

人間は進化的に早い段階から動物に依存してきたが、人と動物の関係学（アンスロズオロジー）として知られる学問分野が生まれ、人間と動物の関係がよりよく理解されるようになったのはごく最近のことである。アンスロズオロジーは人と動物の相互関係（HAI）を研究する学問であり、野生動物、ペット、セラピーアニマル、産業動物、動物園動物および実験動物を含めた全てのジャンルの動物と人間との関係が対象とされる。

このポケットブックではペットとセラピーアニマルのみに焦点を当てているが、野生環境、あるいは動物園や農場における動物との関わりからも、楽しみや利益が得られるのはもちろんのことである。その観点から人と動物の関係の研究では、人間と動物の相互的かつ動的な関係性、およびそうした相互関係が人間とペットの両者の身体的あるいは精神的な健康や幸福に与える影響に関心が向けられている。この考え方はヒューマン・アニマル・ボンド（HAB）あるいはヒューマン・コンパニオンアニマル・ボンド（HCAB）とも呼ばれる。

人と動物の相互関係（HAI）の研究は急速に広がりがつつある。本書は、この分野の全体像を伝え、研究対象とされているさまざまな領域や問題、およびペットとの関わりから得られる可能性のある健康、社会性および感情面における利益に関する最近の研究成果を簡単に紹介する。また、専門家が治療効果をもたらすために利用するペットとの協力関係、地域社会に対するペットによる利益、ペットを飼育することによる飼い主への健康上の利益、および犬との散歩によって犬と人間の双方にもたらされる身体的活動の増進や適正な体重管理に果たす役割など、以前から研究されてきた問題や新しく生まれた問題についても紹介することとする。





# 古代からのつながり

## 人間との数千年の歴史

動物は、人間の生活の中で何千年にもわたり中心的で特別な位置を占めてきた。人間の歴史の最も早い段階から、まずは野生動物が、その後は産業動物が、食糧や他の生活材料、輸送手段を提供し、あるいは文化的・宗教的慣習を遂行する上で重要な存在であったことが知られている。動物をペットとして飼育することは、西欧社会の豊かさや物質主義を背景として近代に生まれた習慣であると考えられることが多いが、実際には決して新しい習慣でも西欧社会で生まれた習慣でもない。ペットを飼育する習慣が人間の歴史を通じて古くから続いてきたことを示す証拠はこれまでに得られている<sup>2</sup>。

家畜としての犬が人間と共に埋葬されたことを示す最も古い考古学的遺跡がイスラエルと北ヨーロッパで発見されており、11,000～14,000年前のものと推定されている。

同じような犬と人間の埋葬場所が北アメリカ中西部でも発見されていることから、アメリカ先住民の間でも8,000年以上前には犬がペットとして飼われていたことが示唆されている。猫は、古代エジプトにおいておよそ4,000年前に家畜化されたと長い間、信じられてきたが、地中海のキプロス島にある埋葬場所から、少なくとも9,500年前にはペットとして飼育されていたことを支持する証拠が発見されている。

古代エジプトやギリシャ、ローマでペットの popularity が高かったことを示唆する証拠や、中国や日本の皇室において犬や猫がペットとして頻繁に飼育されていたことを示す証拠は枚挙にいとまがない。

ペットの飼育がヨーロッパや北アメリカにおいて広く受け入れられるようになったのは18世紀中頃から終わりにかけて（たかだか300年前）であることを考えると、ペットと人との間に現在見られるような関係は、ずっと古くから続いてきた両者のきずなの中の一つの形に過ぎないのである。





# 子供の健全な発育とペット

## 社会的、情緒的および健康上の恩恵

ペットとのふれあいが、あらゆる年代の人々の支えとなり、幸福感を生み出す大きな原動力となりつつある。中でも子供の健全な発育にとってペットは、特別な役割を果たす存在かもしれない。多くの先進国において離婚率の増加や核家族化など人口統計上の変化があらわれていることを考慮すれば、家庭内のペットは社会的にも情緒的にも、以前にもまして重要な役割を担うことになるかもしれない。アメリカ合衆国では、子供たちは家庭内で父親よりもむしろペットと共に過ごして成長するという衝撃的な統計調査の結果が明らかにされている。

西欧の先進国では、ペットは子供たちに恩恵をもたらす存在であるという文化的信仰がある。ペットは子供たちの責任感や、思いやりの心を養い、動物や自然について気遣うように導く、と考えられている。アメリカ合衆国では、ペットを飼育している家庭の40%近くが18歳未満の子供のいる家庭であり、子供たちのおもちゃ、本、ゲーム類、映画およびテレビ番組など、あらゆるところに動物が描かれている。ペットが子供たちの健康、発達および幸福感に果たしている多くの役割に関して、より厳密な科学的評価がされ始めている。

研究成果の一つとして、動物によるストレス緩衝作用の存在が示唆されている。たとえば、不安を感じる場面で引き起こされる苦悩を和らげたり、身体的や感情的な痛みを軽減したりする可能性が動物にあることが示されており、特に犬を飼育することで、より健康的で活動的なライフスタイルがもたらされるという。

### 家族の一員としてのペット

社会性や情緒面の発達に関連して大きな注目を集めていることのひとつに、子供とペットのきずなの形成と、そうした関係性を基盤にしてもたらされる社会的支援がある。

子供とその両親のどちらかに聞いても、ペットは“家族の一員”だと答えるだろうし、また子供はペットを“一番の友達”とみなしていることも多い。多くの子供たちは、ペットを心のよりどころ、そして安らぎとしてとらえている。

ある研究によると、10歳～14歳の子供たちの75%は、心がかき乱されたときにはペットを探し求めるという<sup>3</sup>。また、英国で行われた別の研究では、子供たちは自分が属する社会における人間同士の関係よりもペットとの関係の方がより重要と考えていることが珍しくなく、犬や猫を心の支えや安らぎの元であると同時に親友としてとらえていることが見出されている<sup>4</sup>。







犬や猫との密接な関わりは、共感（他人の感情を理解し、相手の立場に立って考える能力）の涵養や、子供同士での好ましい行い（他人の利益になることを進んで実践する）の増加とも関連があることが知られている。

子供たちの社会性や情緒面の発達に対するペットの役割に関しては、まだ研究すべき課題が多く残されているが、弟や妹のいない子供はペットを欲しがむ傾向が強く、両親からの聞き取りによれば、こうした子供たちにはペットと遊んだり世話をしたりする行動がより多く見られるという<sup>5</sup>。すなわち、家庭内にペットが存在することで子供が受ける恩恵は、末っ子や一人っ子の場合ほど大きくなることが示唆されるのである。

### ストレスの軽減

成人の健康維持は、利用可能な社会的支援の存在が重要な役割を果たしているが（14ページ参照）、子供たちに対してはペットをはじめとする動物もこれと似た役割を果たしていることが示唆されている。ストレスを軽減することで、子供も大人も心拍数や血圧にただちに良い効果があらわれるが、動物が存在することで同様の効果が、あらゆる年代の人々に認められる。その効果が生じる理由の一つとして、分け隔てなく社会的支援を与えうむ動物の能力が挙げられている。医療機関を受診することは子供にとってストレスの多いことであり、そのいやな経験をすることで長期間にわたる恐怖心が生まれ、他の状況に対しても恐怖が一般化することになる。このような不安が生じる状況においても、動物が存在することで子供の気持ちを落ち着かせられることが知られている。

手術後の1～3日間に短時間でも犬と接触した子供は、身体的および精神的な痛みの割合が低下することが報告されている<sup>6</sup>。こうした研究報告を併せ考えれば、動物との接触が子供の健康や幸福感に良い効果をもたらすことは、具体的かつ客観的に測定可能な方法で評価した場合にも明らかといえよう。



### 健康なライフスタイルの促進

運動や体重管理といった観点からも、ペットは人の健康的なライフスタイルを促進する上で重要な役割を果たしている。子供の時期の運動不足や肥満は公衆衛生上の問題として世界的にも深刻さを増しており、先進国では三分の一の子供たちが太りすぎまたは肥満に分類されている。体重過多に伴って子供たちは、社会的に恥ずかしい思いをするだけでなく、2型糖尿病、心血管疾患、あるいは肝障害など、数多くの健康面でのリスクにさらされることになる。

特に犬は、運動が必要なことや遊び好きな性質であるという単純な理由から、飼い主の運動量を増やす。ある研究によると、犬を飼育している家庭の子供たちは運動能力が高く<sup>7</sup>、オーストラリアにおける別の研究では、犬を飼っている家庭の子供（5～6歳）は太りすぎや肥満の割合が低いことが示されている<sup>8</sup>。また、犬を飼育している妊婦は、犬の散歩をすることによって、妊婦に求められる運動量の公的ガイドラインの要求水準を満たしている確率が高いことも示されている<sup>9</sup>。





## 認知機能の発達

認知、推論、意思決定、注意、記憶、言語の獲得など、子供の認知機能発達に及ぼす動物の役割もまた、活発に研究が行われている分野である。人と動物の関係学において“生命愛（バイオフィリア）”と呼ばれる学説が、人間には生まれつき動物や自然に注意を向ける性質が備わっていることを示唆している。

動物や自然に興味を持つことは、初期の人類にとって必須の行動であったと思われる。生存するためには、生活の糧の在り処を探し、獲物となる動物を追い、かつ捕食動物を避けるといった能力に依存していたからだ。これは、注意欠陥多動性障害（ADHD）など、注意力に障害のある子供たちが、動物を利用した治療法で意欲が高まり、治療効果が上がることを説明する際の参考になると思われ<sup>10</sup>、教育における動物や動物画像利用の有効性を支持するものである。

## 言語の発達

言語の発達における動物の役割については明らかにされていないが、幼児のボキャブラリーの中で最も高頻度に用いられるものの中に“犬”や“猫”が含まれていることを示す研究結果が知られていることは興味深い<sup>11</sup>。これらの用語は、子供たちが百科事典などで調べることが最も多い言葉である<sup>12</sup>。オランダで行われた子供たちのインターネット利用に関する調査では、最も有意義な利用経験として、“動物に関する情報の検索”が上位4件の中に含まれていたことが報告されている<sup>13</sup>。こうした知見から、人間には動物に対する興味が本質的に存在することが裏付けられ、動物は子供たちの学習意欲を高め興味を刺激する力を持っているということが支持される。

## アレルギーと免疫

子供が犬や猫と接触することによって、成長後にある種のアレルギーを発症する確率が低下することを示す証拠が知られており、また、家庭内でペットが飼われていることで子供の免疫機能が上がり、疾病による学校の欠席日数が減少することも示唆されている<sup>14</sup>。その要因としては、ペット由来の微生物との接触によって免疫系が“感作”されるためであろうと考えられている。この効果は5～8歳の児童において特に強く認められ、ある調査例ではペットを飼育している家庭の子供の方が約3週間も出席日数が多かったと報告されている<sup>14</sup>。



# 健康上の恩恵

## 身体的および精神的幸福の促進

人生の苦楽をペットと分かち合いながら過ごすことで、人はより幸せに、より健康に生活することができる。ペットがもたらす健康上の恩恵については、心血管系の健康状態や生理的覚醒（動物によるストレス緩和効果）、うつ状態と不安、あるいは社会的支援に関する研究から有力な証拠が得られている<sup>15</sup>。1980年に発表された草分け的研究により、ある種の心疾患で入院した患者の1年後の生存率とペット飼育率との間に、明らかな正の相関関係があることが示された<sup>16</sup>。多くの心理社会的要因について検討が行われたが、心臓発作1年後生存率の独立予測因子として認められたのは、ペット飼育と社会的支援だけであった<sup>17</sup>。

では、いったい動物とのどのような関係が要因となって健康に対する好ましい効果があらわれるのだろうか？ 多くの支持を得ているのは、ペットから社会的支援が得られ、その心の支えが日常生活で生じるさまざまなストレスの緩衝作用として働くという説である<sup>18~20</sup>。ペットと共に生活をしている人はストレスに対する生理的反応がより健全で、安静時の心拍数や血圧が低いだけでなく、軽度のストレスに対する心血管系の反応性が低く、また回復も早いことが知られている<sup>18, 19</sup>。

ペット飼育や動物介在活動に関わることで、ストレスの精神的影響に立ち向かう上で手助けとなることも知られている<sup>21, 22</sup>。たとえばHIVに罹患した男性患者の調査では、とくに他の社会的支援があまり得られない患者の場合、ペットを飼育することにより精神的落ち込みの程度が軽減することが報告されている<sup>21</sup>。





慢性的な精神的ストレスは、心血管系に影響を及ぼすだけでなく、ストレスホルモンであるコルチゾールの放出を増加させ、これによって免疫機能を低下させる<sup>15</sup>。ペットやセラピードッグと関わることによってコルチゾール濃度が低下し<sup>23, 24</sup>、不安感が軽減される<sup>25</sup>ことが複数の研究で報告されている。

人と動物のきずなの内分泌学的基盤に関する最近の研究成果として、人と犬がポジティブな関わり合いを持っているときに、オキシトシン濃度が最高値に達することが示されている。オキシトシンは“快感”ホルモンとして知られ、母親と乳児の関係のように人間同士が密接な身

体的接触を行っているときにも放出され、同時にコルチゾールの産生を抑制する。

このストレスホルモンの産生抑制こそが、動物との関係がリラックスした感情を生み出すことを説明できる要因なのかもしれない<sup>26</sup>。

動物との関係性を楽しめる人にとって、特に社会的支援が限られている人たちにとってはなおさら、犬や猫との関係性はストレスに上手く立ち向かうための手助けとなり、また治療における健全かつ有用、そして楽しい補助手段となるだろう。





# 健康的な加齢とペット

## QOLのサポート

先進国では人口に占める高齢者の割合が増加しつつある。この長寿化の要因のひとつとして、病気に対する治療法の進歩とともに栄養学や健康的なライフスタイルに関する知識や教育が充実してきたことが挙げられる。“健康的な加齢”とは、肉体的、精神的そして社会的な幸福を守ることと得られる自立とQOL（生活の質）の継続に他ならない。

現在、先進国の人々は大きな障害を負うことなくほぼ80年を生きることができるようになり、特に女性は自立能力の限界を感じることなくそれが可能となってきた。アメリカ合衆国では、65歳以上のほとんどは自立した生活を送っており、推定ではそのうちの14%がペットと暮らしているとされている<sup>27</sup>。ペットは高齢者にとって活力を維持し、引きこもりを防ぎ、行動的であり続けるための力強い動機づけになり得る。また、ペットの世話をすることは強い目的意識にもなる。

子供や成人について動物との関係から得られると報告されている恩恵の多くが、高齢者においても当てはまることは驚くに値しない。ペットを飼育していることと心臓発作1年後の生存率向上の間で見出された関連についても、年齢が上がるに従ってその重要性がさらに増すことは確かである<sup>17</sup>。





ペットから得られる社会的支援は、高齢者になるほどその価値がさらに高まるのかもしれない。年をとれば社会的ネットワークへの参加や、受ける支援が低下しがちだからである。社会的交流が低下した高齢者において、ペットとのつながりが強い場合には、そうでない場合より直近の疾病発症率が低いことを示す報告がある<sup>28</sup>。

犬と共に生活している高齢者は、そうでない高齢者に比べて身体的活動性が高く、また、長く持続する傾向にあるという<sup>29</sup>。

犬を飼育していない高齢者であっても、シェルトン犬の散歩を引き受けたり、訓練所やセラピー犬チームのボランティアと共に散歩したりすることで、身体的活動性を高めることができる。このような活動によって高齢者の歩行速度や歩行距離に改善がもたらされることが報告されており、参加者たちは、犬が一緒のときの方が、人と一緒のときよりもプログラムを継続しようという意欲がより強く湧くという<sup>30</sup>。





# 社会の中のペット

## 地域社会への恩恵

市街地や住宅地で犬を散歩させると分かることだが、動物をつれていることで人々は自然に会話を交わすようになる。動物は、さまざまな状況の違いを超えて、好ましい社会的相互関係を築く上での強力な触媒として働き、人種的、文化的、身体的、そして社会経済的な相違を乗り越えたつながりを人々の間に作り出す能力を備えている。ほかの飼い主達と立ち止まって会話を交わしたりドッグランで顔を合わせたりすることは、人々が知り合いになる手段として素晴らしいものであるし、互いに心の通じ合う安全で楽しく健全な地域社会を作り上げるための手助けとなる。

ペットが地域社会にもたらす恩恵についてのこれまでの研究では、社会関係資本（ソーシャルキャピタル）という概念に焦点が当てられてきた。社会関係資本を定義づけることは容易ではないが、いわば人々を自分たちが暮らす地域社会に結びつけるための接着剤のようなもので、その地域社会内に存在する相互関係が持つ価値の総和を反映するもの、としてとらえることができる。

社会関係資本は人々が互いに関係を結びあうことによって作り出される。例えば、ボランティア活動をしたり、互いに助け合ったり、地域社会の活動に参加したり、共通の目標に向けて作業したり、有用な技能、連絡先、資源などを共有する、といったことである。





こうしたことを念頭におけば、たとえば町にドッグランのような施設がひとつ存在するだけで、住民同士の関係が築かれ、有用な情報の交換が行われ、お互いに犬の世話や散歩を頼みあったり、ボランティア活動をしたり、市民意識が高まって自治体と関わったり、といったさまざまな機会を提供する場になり、それらを通じて、地域社会の骨組みをより強固なものとするに役立つことが、自ずと明らかになるだろう。

社会関係資本のレベルが高まることでもたらされる健康上の恩恵としては、死亡率の低下、健康に対する自己評価の向上、一般的な健康状態の改善、および一般的な精神障害の減少などが報告されている<sup>31</sup>。他の分野での研究からも、

暴力犯罪の減少、子供たちの健全な発達、良質なコミュニティ管理といったものと、強固な社会関係資本との間には関連あることが見出されている<sup>31</sup>。

これら、動物がもたらす地域社会への恩恵は、飼い主の枠内にとどまらない。この分野の研究が明らかにしたことの一つは、地域社会にペットがいることで隣人との交流が促進されやすくなるということが、ペットを飼育していない人の間でさえ信じられている、という事実である<sup>32</sup>。そしてもう一つは、過去にペットを飼育した経験が、社会との連帯感や社会性に対する好ましい効果を長期間にわたってもたらしつづける、という発見である<sup>33</sup>。

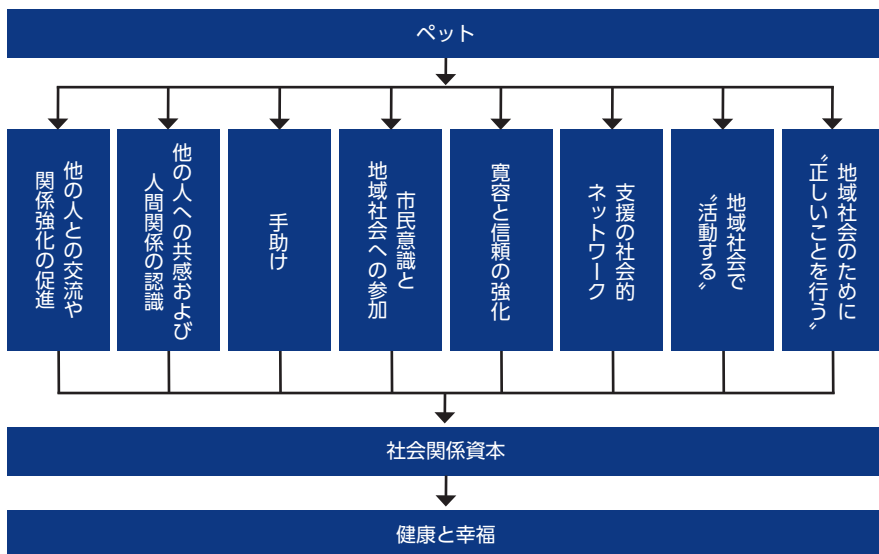


図1 ペットによる社会関係資本の発達への寄与に関する概念モデル (McCardle, P.ほか, *Animals in Our Lives: Human-Animal Interaction in Family, Community, and Therapeutic Settings*. Wood, L.J., "Community Benefits of Human-Animal Interactions--the Ripple Effect" 図2.2 (p. 28) より。Copyright©2011 Paul H. Brookes Publishing Co., Inc. Baltimore, www.brookespublishing.com。許可を得て引用)。





# 治療行為における動物たち

## 動物介在介入（アニマルアシステッドインターベンション）

動物を用いた治療，身体的および精神的障害の治療は，1960年代後半から1970年代にかけて小児心理療法師であったボリス・レビンソンによる下記の言葉にその起源を求めることができるだろう：“ある意味ペットは，子供にとって，自分がこうなるべきだとか，こうなっていたかもしれないとかいう仮の姿ではなく，ありのままの姿で求め愛されたいという，自分自身を映し出す鏡のような存在といえよう。”

### 動物介在介入

動物介在療法（AAT）という用語は，さまざまな状況で動物が治療に利用される場合に広く用いられているが，AATの専門的な定義は，限定的かつ特異的なものである。

AATという用語を正しく適用するならば，動物の利用が意図的に治療の一環として組み込まれている場合に限られる。つまり，患者各個人の状況に合わせて目標を設定した治療計画が立てられ，その治療によって患者の身体的，社会的，情緒的あるいは認知といった機能に改善が期待され，しかもその指標を測定し記録することが可能な場合に限られる。それほど厳密な治療計画ではない場合や，主に生活の質の改善を目的として動物が利用される場合には，動物介在活動（AAA）と分類される。現在，病院や養護施設等でさかに行われているペット訪問活動などは，後者の分類に属するものである。動物介在介入（AAI）は，AATとAAAの両者を含む広い範囲で，より一般的な意味として用いられる用語である。

動物介在介入は今日，あらゆる年齢の人々を対象に実施されており，考えられる全ての医療機関や精神衛生施設などで行われているだけでなく，その範囲は学校や大学，職場，地域センター，少年拘留所，および刑務所などにも広がっている。

こうしたさまざまな状況において動物を導入したり動物介在介入を実施したりすることの根拠としては，すでに述べたように，ストレスや苦痛の軽減，社会的支援の提供，意欲の向上，地域の仲間としての自覚の養成や社会的交流の促進など，いろいろな潜在的恩恵が挙げられることが多い。しかしこのほかにも，行動上の変化を引き起こすための一助として，あるいは新たな技能を習得させるための手段として利用される場合もあるだろう。

そういった行動変化を促進したり社会的技能（ソーシャルスキル）の発達を推し進めたりする手段のひとつとして行われているのが，積極的に褒美を利用する方法，すなわち陽性／報酬を基礎とした（ポジティブ／リワードベースド）方法によるしつけ教室である。このプログラムの参加者は，動物（多くの場合は犬）が自分たちの求める正しい行動反応を示した場合に褒美を与え，正しくない行動や望ましくない行動をとった場合には無視すると教わることで，どのように動物をしつけばよいかを学ぶ。

プログラムを統率する熟練指導員のなかには，動物の示す制御のきかない行動と人間の無秩序な行動がもたらす影響や社会的結末の類似性をうまく対比して（ただし動物の場合は楽しい経験にも不愉快な思いにも即座に明瞭な反応を見せるのだが），両者の類似性を参加者に理解させることのできる者もいる。

これらのプログラムに参加すると、好ましくない行動（攻撃性や不服従など）が減少し、社会的機能が改善する（声の調子が穏やかになり、仲間との協調関係が生まれるなど）といった効果が見られることが知られている。

介入（治療）によって得られる恩恵のひとつは、適切な行動をとることと結果の関連を明瞭に示せることであり、また参加者が人間同士の関係で起こりがちな批判や拒否の感情を心配することなく代替的行動を学び、実践する機会が持てることだと考えられる。このようなプログラムは、特別支援学級や精神病棟、矯正施設などにおいて特に重要視され実践されてきた。

本書で主に扱う動物種は犬と猫であるが、馬を用いた介入もよく行われている。すなわち馬介在療法、治療的乗馬、あるいはヒポセラピーなどと一般に呼ばれるプログラムである。このうちヒポセラピーは、理学療法士、作業療法士および言語療法士に特に用いられ、馬の動きを活かして患者の運動能力や神経機能、感覚処理能力の改善を計るという点で、他の馬を用いたプログラムとは区別される。

その他の馬介在介入は、認知面や情緒面で問題があったり、身体的に障害があったりする人達を対象に、より広い範囲で応用されている。たとえば治療的乗馬プログラムの場合には、参加者の自尊心や責任感、リーダーシップ、コミュニケーション能力などを向上させることを目的に、独特の乗馬や手入れ方法を学ばせる、というのが典型例である。





## 補助動物

補助動物は使用者の身体的機能の補助を目的に利用され、最近では精神機能の援助に用いられる例も増加している。補助動物、ガイドアニマル、シグナルアニマル、および介助動物として一般に利用されるのは犬であり、障害のある人の補助ができるよう個々に訓練を受けている。これらの動物の役割は、ハンドラーが障害のために実行できない機能や行動の一部を代替することである。

補助動物との親交を深めることで、使用者にはある種の社会的、または心理的な恩恵が生まれると思われるが、補助動物の主な目的は機能の補助であり、治療を行うことではない。多くの国で法律による補助動物の定義付けと保護が行われているため、使用者は通常ではペット同伴が禁止されているビジネス街へ補助犬を連れて行くこともできる。こうした保護がセラピーアニマルに対して適用されることはまずない。

補助動物が最初に利用されたのは、1916年のドイツだと考えられる。この年に、第一次世界大戦で失明したドイツの退役軍人に盲導犬を提供するための犬の訓練学校が設立された。

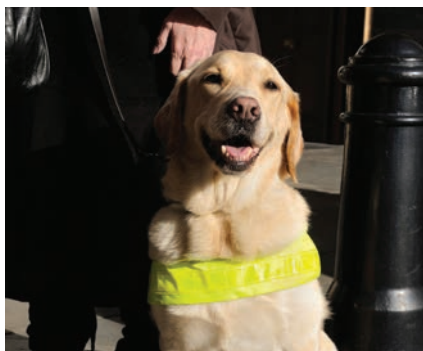
補助動物として最もよく知られているのは視覚障害者のために働く盲導犬であろうが、今日では他にも、さまざまな疾病や障害を持つ人々がより充実して独立性の高い生活を送ることができるよう、犬やそのほかの動物（ミニチュアホースなど）による補助が実践されている。

てんかん発作を予知したり、糖尿病患者の血糖値低下を予知したりする能力のある犬の存在が最近になって見出され、そうした病状が悪化する前にハンドラーに危険を知らせるように訓練できることが分かった。現在行われている研究からは、メラノーマや膀胱がんなど、ある種のがんを検出する能力が備わっている犬も存在することが示されている。

補助動物をペットとみなすことはできないが、補助動物と使用者との間に非常に強いきずなが形成されることもある。補助動物の存在を介して得られる心理的恩恵に関する研究では、補助動物との関係を築くことによって使用者の自尊心や心理的な幸福感が向上し、同時に社会的接触の機会や地域社会の活動に参加する機会が増加することが報告されている<sup>34, 35</sup>。

## アニマルウェルフェア（動物福祉）の問題

補助動物とその使用者は、お互いが恩恵をもちあし合う関係で結ばれるのが理想的である。補助動物の福祉を確実なものとするためには、彼らの健康や行動上の要求を満たしてやる必要性がある。



### 集団における新たな傾向

社会的状況の変化そして科学や医学の進歩によって、一般市民の間にも新しい疾病、例えば子供に見られる自閉症スペクトラム障害(ASD)や、戦争からの帰還兵の間に見られる心的外傷後ストレス障害(PTSD)などに対する理解や関心が高まってきた。

こうした疾病は、患者に深刻な機能低下をもたらすが、まん延する一方で、科学的に検証された有効な治療法がまだないということもあり、障害に苦しむ人々を援助するために治療動物や補助動物の果たすべき役割が増加している。

### 自閉症スペクトラム障害(ASD)

自閉症の子供たちに対して馬や他の補助動物を用いた治療を行うことで、社会的機能、集中力や注意力、向社会的行動などの改善に加えて、自己陶酔や常同障害の減少が報告されている<sup>36</sup>。

普通クラスに組み入れられたASD障害児童に対する支援プログラムが、緊急に必要とされている。オーストラリアでは現在、ASDの子供たちにモルモットの世話をさせることが同級生とのよりよい交流を生み出す架け橋になるのではないかという期待のもと、革新的なプログラムが検証されている<sup>36</sup>。



### 心的外傷後ストレス障害と帰還兵

戦争から帰還した退役軍人のなかには、再び市民生活を送ることが困難になったり、生命を脅かす事象にあった後に起こりうる不安障害である心的外傷後ストレス障害（PTSD）を発症したりする人がいる。PTSDの代表的な症状としては、怒り、悪夢や不眠、過度の警戒心、心的外傷を受けた記憶のフラッシュバックや追体験、感情の麻痺、および社会的引きこもりなどが見られる。

これらの症状があらわれることで帰還兵の能力が著しく損なわれることがあり、家族にとってもきわめて大きな重圧となりうる。さまざまなPTSDの症状に苦しむ帰還兵の治療の手助け

として、介助犬の養成が現在進められている。介助犬は帰還兵が社会的に孤立することを防ぎ、公共の場に同行することで安心感を増加させ、他人の接近に警告を発したり、他人との間に割って入ったりすることで安全な個人的領域の境界を確保するのに役立つ。これに加え、新たな治療プログラムも始められている。シェルトー犬と帰還兵を一組として基本的なしつけを行わせることで、貰い手が見つかる可能性を高めたり、他の帰還兵の介助犬として育成したりするといった訓練が行われている。犬と共に取り組むことによって、帰還兵には目的意識の構築や新たな気持ちが生まれ、一方でシェルトー犬が新しい引き取り手を見いだすための手助けにもなっている。







# 教室の中のペット

## 子供の学習意欲の向上

最近学校では、子供たちの運動能力やコミュニケーション力、読書力の向上を目的とした動物介在教育プログラムの活用が始まっているが、同時に動物がいることで子供たちに落ち着きや意欲の向上がもたらされるといった効果にも期待が寄せられている。

教室の中に動物を導入することで生じる教育上の恩恵について調べた研究では、教室に犬がいる場合、就学前の子供たちはよく指示に従い、ある種の運動競技（障害物競走の走走など）で正確さをそこなわないまま、より短時間でこなせることが示されている<sup>37, 38</sup>。また犬が存在することによって、関連のある絵同士を組み合わせるといった認知能力の成績が向上することも報告されている<sup>39</sup>。生徒間および教師と生徒の間のコミュニケーションの向上、攻撃性や引きこもりなどの極端な行動の減少、および教師に対する注意力の向上などについても、効果が報告されている<sup>40</sup>。

### 読書プログラム

生徒の読書能力を向上させることを目的として、大きな声で犬に読み聞かせを行わせるプログラムがさまざまな形で導入されている。これらのプログラムの理論的根拠は、犬は中立的な立場であり判定や批判をすることのない聴衆であるため、子供たちの読書に対する不安や大きな声を出して読むことに対する不安が減少することにあるとされる。子供の発達や教育に関わる人々の中には、こうした方法によって読書力のレベルが本当に向上するのか懐疑的な意見をもつ人もいる（その理由の一部は、子供たちへの指示やフィードバックが欠如していることによる）。初期の研究からみて期待がもてるだけに、こうした報告を確認しうる、より強固な科学的証拠が必要である。

### 特殊教育

特別支援学級では、動物の持つリラックス効果によって、教室内の破壊的行動を減少させることに特に目が向けられてきた。こうしたプログラムの有効性に関する証拠は限られているが、一般的に動物がいることで感情的爆発、攻撃性、およびその他の好ましくない行動が減少することには合意が得られているようである<sup>41, 42</sup>。これらは、別の条件下で得られた知見によっても確認されている<sup>40</sup>。

教育の補助的パートナーとしての動物は、世界中の教室にその存在が認められるが、なぜ落ち着いた友好的な動物がたった一頭存在するだけで、このような広範囲におよぶ教育的、情緒的および行動的な恩恵が得られるのかについては、明らかではない。

この分野の研究者たちは、動物が存在することで子供たちのストレスや不安感が低下することに加えて、子供たちの集中力や、学習意欲の高まりを、何らかの方法で後押ししてくれるためではないか、と推測している。

いくつかの国における注意欠陥多動性障害（ADHD）の患者数の多さを考えると、注意力や集中力の改善につながる発見が、この疾患を持つ子供たちに対する将来の教育プログラムの構築にとって特別に重要な意義をもつであろうと考えられている。



# より健康に，より幸せに，共に生きる

## 健康なライフスタイルの維持

定期的な運動が健康に及ぼす恩恵に関してはよく知られており，心血管疾患，2型糖尿病，うつ病，ある種のがんなどの発生率が低下する。最近の研究から，犬と散歩を行う飼い主は，運動に関する公的ガイドラインを満たす割合が高いことが報告されている。公衆衛生の観点からは，運動のガイドラインを満たすために犬の散歩を奨励することは魅力的に思われる。その理由は，多くの人たちが犬を飼育しており，犬の散歩は容易で費用もかからないこと，そして犬の散歩は運動として中程度の強度が期待できることである<sup>43, 44</sup>。

犬の散歩に費やす時間をほんの少し（1週間あたり90分程度）増やすだけで，冠動脈疾患，糖尿病，および大腸がんなど，座りがちなライフスタイルに起因する多くの疾患の新規発生が大幅に低下し，医療費が著しく節減されることが示唆されている<sup>45</sup>。

犬と散歩をする人では肥満の割合が低いことが研究報告されている<sup>46</sup>。全ての年代の人々にとって犬を飼うことは，活動的な生活を送るための大きな動機付けになると思われる。





# 長く幸せな関係を作る

## 良好な協調関係

ペットとの長く幸せな関係を築き上げるためには、まず自分にふさわしいペットを選択し、十分な社会化と訓練を行ない、適切な食事を与え、健康や疾病予防に対する十分な注意を払うなど、動物福祉の観点から必要とされる全ての条件を満たす必要がある。

### ペットの選択

飼い主の生活環境、将来の計画、運動量、ライフスタイル、予算、および共に過ごせる時間、といった諸条件に適合するペットを選ぶことが特に重要である。例えば、頻繁に旅行に出かける人や、忙しくて時間がない人の場合、多くの世話や注意を必要とするペットは最適の選択とはいえない。さまざまな動物種や品種について、その動物ごとの欲求や寿命、気質などを十分に知ることが賢い選択をする上で役に立つ。どのような動物をペットとして飼育する場合も、確実に幸福な生活を過ごさせるためには、その栄養的欲求、行動学的欲求そして健康上の必要事項を十分に理解することが重要である。

ペットの選択は、動物種や品種の選択、その要求事項について学ぶことだけで終わるものではない。これらと同様に重要なのは、家族の一員として迎え入れる前に、候補になった個体と共に時間を過ごしてみることである。人間と同様に、動物にも個体ごとに独特のパーソナリティと気質が備わっている。同じ品種同士、時には同腹の兄弟の間でさえも、その性格に大きな個体差が認められる場合がある。たとえばゴールデンレトリバーは優しい性格を持つ品種だという評判にたよって選択をしても、それぞれの家庭や生活状況にうまく適合するとは限らない。



## 社会化

特に子犬や子猫に対しては、適切な社会化を行うことが長期にわたって幸せに飼育するために不可欠である。適切な社会化が行われなかったペットは、リラックスして生活を楽しむことができず、小さなことにもストレスを感じるが多い。社会化が不十分だと、ペットとして可愛がられる可能性が低く、問題行動が原因で安楽死処分を受けるリスクも増加する。

## 訓練

社会化に加えて、特に犬にとっては訓練が重要となる。例えば屋外で用を足すといった、ある決まった行動が必要とされる場合、飼い主はどうしたらそれが上手にできるようになるかを教えてやらなければならない。服従訓練の教室やパピークラスは随所で受講することができるし、さまざまな教本や情報も入手できる。基本的な服従訓練に加えて、子犬ではグルーブ訓練を行うことで、社会性の獲得にすばらしい効果が得られる。訓練は飼い主とペットとのきずなを築く重要な手段なのである。





## 栄養

ペットの長寿と健康な生活を保障するためには、健康的で栄養に富んだ高品質の食事を与えることが重要である。人間に適した食べ物が犬や猫にとっても栄養バランスに富んでいることはまずないため、‘人間の食べ物’をペットに与えることは避けた方が賢明である。

人間の食べ物に含まれている食材の中には、チョコレート、ブドウ、レーズン、タマネギなど、犬や猫に対して毒性をもつものがある。ペットが必要とする栄養素の全てを確実に与えるためには、ペット用の総合栄養食を与えることが必要である。ほとんどの場合、これらの総合栄養食は何十年にもわたる科学研究と経験に基づいて作られており、ペットの年齢やライフスタイルに従って正しい量の栄養素が含まれるよう注意深く調整されている。

## 獣医学的ケア

人間と同様、ペットも定期的な健康診断と歯科検診を必要とする。ワクチン接種は特に子犬と子猫にとって重要であるが、全ての年代のペットに対しても定期的な接種が求められる。

犬糸状虫（フィラリア）やノミ寄生などの定期的な検査と予防措置も、ペットの健康と幸福を保証する上で有効である。

歯周病は犬に最も高頻度に認められる疾患のひとつであり、疼痛や歯の喪失を引き起こすだけでなく、慢性感染症の原因にもなる。歯の手入れは歯周病の予防に効果があるだけでなく、ペットの全身的な健康状態にとっても有益である。







## 運動と遊び

ペットの健康維持のためには、必ず運動をさせる必要がある。

飼い主とペットの幸せで健康的な関係は、共に遊び楽しい時間を過ごすことでもある。一緒に楽しい時間を過ごすことで、飼い主とペットとの間のきずなが形成され、互いの関係が豊かなものとなる。

## 犬の運動

犬は1日に少なくとも2回の運動を行わせるのが理想的である。必要な運動量は犬種、大きさ、年齢および健康状態によるが、気温や天候状態などの外的要因によっても異なる。気温の高い日は、比較的涼しい早朝や夕暮れ後に運動させることが好ましい。通常の散歩とランニング、スイミング、ハイキング、および他の犬との“デート”を組み合わせることで、犬も飼い主も興味を持って続けることができる。多くの犬は、飼い主から促されない限り十分な量の運動を自発的に行うことはないため、単に犬を外へ連れ出すだけでは十分な運動量を確保することはできない。

犬の飼い主の多くは、何かを投げてとってこさせる遊びを好んで行っているが、最近ではアジリティやフライボール、フリースタイルなどドッグスポーツの人気も高まっている。

こうした活動は犬にとって精神的な刺激や運動となるばかりでなく、飼い主にとっても自身の運動量を高めるきっかけとなる。

## 犬の運動についてのヒント

- ・ 飼い主とのウォーキングやランニング
- ・ 安全な場所や犬用治療プールでのスイミング
- ・ 適当な体格や気質をもった他の犬との遊び
- ・ 犬用のおもちゃを投げてとってこさせる遊び（棒や石は、犬の歯が折れたり割れたりする可能性があるため勧められない）
- ・ 障害物競走などのドッグスポーツや服従訓練は、飼い主と犬の両方にとって運動量を高める、有効かつ社会的な方法である。





## 猫の運動

猫に対しては、狩猟本能を刺激してやることで運動をさせることができる。猫が自分から運動することはあまりない。猫は遊び好きであることから、室内飼育の猫では遊びが主な運動となっている。

多くの猫用おもちゃが市販されているので、これを用いて一緒に遊ぶことができる。また、紙袋や段ボール箱などの安価で日常的なものに對しても、飽きることなく興味を示す。

## 猫の運動についてのヒント

- ・多くの場合おもちゃを利用する方法がきわめて有用で、特に釣り竿型おもちゃや、ピンポン球のように投げて猫に追わせる小さなおもちゃが効果的である。

- ・猫は身を隠してから対象物に突然襲いかかることが好きなので、箱の穴からおもちゃを突き出して追わせる遊びは、興味を持たせるよい方法である。
- ・猫は慣れたおもちゃにはすぐに飽きてしまうため、できるだけ種類のおもちゃを用意することが重要である。
- ・猫によっては、ボールやその他のかたちのおもちゃと遊んでいるうちに中からドライフードのかけらがこぼれ出てくるようなフードゲームを好む。
- ・猫は生理学的に、持続的な運動より急激で短時間の爆発的な活動に適している。このため、長い時間をかけて単調な遊びを行わせるのではなく、短時間の遊びを数多く行わせる方が上手いくことが多い。
- ・よじ登ったり引っ掻いたりするための柱のような構造物も運動を促すのに役立つ。





# ペットとの安全な生活

## 実用的なアドバイス

ペットやその他の動物と触れ合うことは楽しく、子供も大人も健康面や精神面での恩恵が得られるものである。しかしながら、一方でペット飼育に伴う困難な問題もあることに配慮しておかねばならない。最も注意すべきリスクは、動物による咬傷と人獣共通感染症の問題である。ただしこれらのリスクは、ペットと交わる際にいくつかの簡単な注意をすることで著しく低下させることができる。

### 動物が関わる傷害

動物による咬傷事故やペットが関係した転倒事故は、多くの場合、けがの程度は軽度で医学的な処置も必要とはされないが、小児や高齢者の場合は深刻な外傷を負いやすい傾向がある。ペットとの安全な生活には、それぞれの動物は独立した個性を持ち、好き嫌いや恐怖の程度も異なるということの理解も含まれる。飼い主は、自分自身のペットが喜んだりあるいは我慢したりするからといって、同じような接し方を他人のペットも受け容れるだろうと決して考えてはならない。

多くの人々は動物の行動について知らないか、または誤解をしている。子供を持つ親やペットの飼い主に、動物による咬傷の原因を教えることで、動物が関連するけがの発生を大きく減らすことができる可能性がある。

### 大人が注意すること

- ・新しくペットを飼おうとする人は、入手前に獣医師や動物行動学者などの専門家と相談し、ライフスタイルや環境に適した動物を選択するための参考にすると良いだろう。
- ・子供や乳幼児を、監督する成人のいない場所で犬のそばに放置してはならず、また子供と犬の関係は注意深く監視していなければならない。どのような犬でも咬むことはありうる。たとえ攻撃性のまったく見られない犬であっても、何かに驚いた拍子に、あるいは尾を踏まれるなどの偶然的な痛みが原因でとっさに咬む場合がある。
- ・高齢のペットは、慢性の疼痛や感覚機能の減退のために、相手との関係性で寛容の程度が低下していたり、驚きや恐れを感じやすくなっていたりする可能性がある。
- ・ペットは体調の悪化や痛みを感じていても、それを訴えることはほとんどなく、歯痛などの体調不良が存在すると、行動に変化があらわれる場合がある。ペットの行動に急激な変化が現れた際には、獣医師の診察を受けさせるべきである。
- ・去勢や避妊といった処置は犬の攻撃性にはほとんど影響を与えないだろうが、他の理由からそれらの処置を行う価値はある。



- ・食べ物、おもちゃ、テリトリー、子犬など犬にとって重要なものを守ろうとする防御行動の流れのなかで、子供が咬まれる事例が多い。食べ物がある場合、それが“人間の食べ物”であっても子供を犬に近づけてはならない。また子供に対しては、見知らぬ犬や、子犬を育てている母犬には近づかないよう教えなければならない。
- ・多くの人々は動物の行動やボディランゲージについて知らないか、あるいは誤解をしている。尾を振ったり腹を見せたりすることは、必ずしも友好関係をあらわすものではないし、かまってほしいと求めているわけでもない。犬や猫が普段用いている体の姿勢や信号を学ぶことによって、人とペットの双方の安全にとって大きな恩恵が得られるだろう。

### 子供が注意すること

- ・ペットに対しては、優しく穏やかに話し、ペットが一人でいたいときは手を出さず、寝ているときや食べているときは邪魔をしない。
- ・どんなペットに対しても、触るときは親か飼い主の許しを得てからにする。
- ・人間と同じように動物も痛みを感じ、耳や毛を引っ張られたり足をつつかれたりするのを好まない。
- ・動物を追いかけたり隅に追い詰めたりせず、自分から近づいてくるようにする。
- ・動物が出す警告の信号（シューという声、うなり声、後ずさり、歯をむき出す）を理解して注意を向け、動物のそばから離れるタイミングを学ぶ。
- ・ペットがおびえたり、後ずさりをしたりしたときは、自分も同じように後ずさりをして離れる。犬によっては目を見つめられると脅かされていると受け取る場合があるので、目を合わせてはならない。
- ・おもちゃや食べ物でからかったり、またはそれらを取り上げたりしない。
- ・どんな動物に対しても、決して叩いたり、蹴ったり、大声で叫んだり、脅かしたりしない。
- ・どんな動物も、人間と同じように怒れば咬んだり引っ掻いたりすることがある。
- ・ペットに触れた後には、必ず手を洗うこと。



## 人獣共通感染症

人獣共通感染症とは、動物から人間にうつる恐れのある疾患を指す。犬や猫が人に感染するさまざまな病気や寄生虫を保有している可能性はあるものの、ペットとのふれあいが原因で病気になるリスクは小さい。

妊婦、5歳未満の子供、がんの治療中、または臓器移植を受けた人、さらにHIV感染/AIDS患者などで免疫機能が低下している人達においては、人獣共通感染症に対するリスクはわずかに増加するかもしれない。動物からの感染症伝播の可能性を最小限に抑えるためには、動物と接触した後は必ず手洗いを実行し、咬まれたり引っかかれたりして感染の機会が増加することを防ぐため、ペットとの乱暴な遊びは避けることが推奨される。



## アレルギー

一部の人々にはペットに対するアレルギーが起こり、アレルギー性鼻炎/結膜炎（“花粉症”）、ぜんそく、アトピー性湿疹、じんましん、といった症状があらわれる場合がある。

犬や猫に対するアレルギーがある場合、必ずしも生涯にわたってペットが飼えないわけではない。アレルギーや免疫学の研究者によって将来何らかの医学的解決策が得られる可能性があり、さまざまなライフスタイルの変更によってアレルギー症状を最小限度に抑えることも可能である。例えば：

- ・ペットは寝室に入らず、布張りの家具には乗せない。
- ・アレルギーがたまりやすいラグやカーペットを取り除く。
- ・ペットを毎週シャンプーすることでアレルギーの量を減少させられることを示した研究もある。
- ・定期的なブラッシングによってもペットに付着しているアレルギーを取り除くことができるが、この処置は屋外でアレルギー症状のない人によって行わなければならない。





# 関係の終焉

## ペットロスへの対応

ペットと生活を共にする中で、彼らを失うことほど辛い経験は他にない。ペットは病気や外傷、あるいは高齢といった原因でいずれ死亡する。ペットを手放したり新たな飼い主に引き渡さざるを得ないとき（たとえば飼い主が高齢になってペット飼育が禁止されている介護施設へ入所せざるを得ないときなど）、あるいはペットの行方がわからなくなったとき（ペットが逃げたり盗まれたとき）にも、ペットの喪失による苦しみを味わうことになる。全ての人やペットに違いがあるように、ペットロスへの反応も人それぞれである。喪失を体験するのは人に限ったことではなく、家庭内の他のペットにも食欲低下、物憂げな様子、鳴き続けるといった悲嘆様の症状があらわれる場合がある。ペットロスがいかに深刻なものになり得るかを理解することは、悲しみに暮れている人に対する支援を行うための重要な第一歩である。

多くの人々がペットを家族の一員として考えているが、それでもなおペット喪失の悲しみをあらわす方法として文化的に定められた、あるいは広く受け入れられた儀式や習慣はない。

幸い人々の生活におけるペットの重要性に関する認識が高まり、ペットの喪失に対応するための適切な方法も増加している。インターネットを用いれば、ペットロスに関する情報を提供している団体へのリンクや、ペットロス・ホットライン、亡くなったペットの思い出の記念品を作成する方法などさまざまな情報を迅速に検索することができる。

ペットとの死別に焦点を当てたサポートグループやセラピストが探せる地域は少なくない。獣医師からこれらの情報や他の情報を入手できる場合もある。

ペットを失った人は、その経験を他の人に聞いてもらい、気持ちを理解し受け入れてもらいたいと感じていることが多い。利用可能な方法が増えてきたことで、ペットロスに直面している人々にとって理解や支援を見いだすことが、より容易になりつつあると思われる。







# 将来への課題

## 人とペットのためのよりよい世界

人とペットの関係は、世界の歴史を通じてみても、最もユニークでかつ長く続いてきたきずなの一つである。この特別な関係性は、人間とペットの双方に恩恵をもたらし、単なる伴侶としての関係を越えたものとなっている。ペットは人間にとって重要な家族の一員であるだけでなく、私たちに愛と安心、そして喜びを与えてくれる友人であり、遊び友達であり、ときには護衛者でもある。そのお返しとして私たち人間は、ペットの世話をきちんと行い、愛情にあふれた安全で幸せな家庭と、良質な健康管理と栄養を提供し、適切な訓練と社会化を行うことで、彼らにとってのよりよい世界を作る責任を負っているのである。

ペットは身近な人々に喜びを運んでくれるだけではない。個人や社会はペットとの交流を通じて、具体的に実感できる恩恵を受け取ることができるのである。人と動物の相互関係（HAI）の初期の研究から得られた興味深い知見として、たとえばペットは、飼い主に対して身体的・精神的によりよい健康状態を提供し、子供たちの社会的、情緒的発達を支援し、教室での学習効果を高め、より活動的で健康なライフスタイル作りを促進し、高齢者に対しては身体機能を維持あるいは改善する手助けとなり、またあらゆる人生の苦難に直面した際にも心の支えになってくれる、といったことが明らかにされている。

現在、人と動物の関係学に関する研究はかつてない拡張の時期を享受しており、この分野における研究の質は高まり、同時に複雑さを増している。こうした状況は、神経科学者など新しいタイプの研究者が人と動物の相互関係（HAI）分野の研究に参入しつつあることや、先例のなかった共同研究体制が作られていることによる。例えば、「ウォルサム® 研究所」(WALTHAM® Centre for Pet Nutrition) とユニス・ケネディ・シュライバー国立小児保健発育研究所の間で官民パートナーシップが生まれ、さまざまな活動や資金（数百万ドル規模の人と動物の相互関係（HAI）研究資金プログラムを含む）を通じて研究活動に対する支援が行われている。

人と動物の相互関係（HAI）の研究は、利用可能な研究費の増加、神経科学の技術的進歩、新しい科学者やアイデア、方法論の導入などによって活気づいている。この研究分野が新たな発展の段階に入ったことで、研究の初期段階から報告されていたペット飼育のもたらす恩恵に関して、より強力な科学的根拠が積み重ねられていくと思われる。この研究は、今後その視点が西側先進諸国を越えて広がり続けるであろうし、人々の動物に対する考え方やペットの飼育状況に影響を与えている文化的、民族のおよび地理的な条件の役割に関しても、研究が行われることになるであろう。ペットとの暮らしや治療のための交流を通じて得られる身体的・精神的な恩恵に関して、医学をはじめとする各分野の権威を納得させるために、そして治療を受ける立場の人々に対する保証や保護を確実なものとするためには、より強固な研究基盤が必要である。

ペットが我々の生活において果たす役割が、飼い主個々人にとって恩恵をもたらすだけでなく、健全な社会を発展させ、国家レベルでの医療費節減にも有効であることを、各分野の権威にも理解されるような証拠を示していく必要がある。人とペットのきずなは特別のものであり、人と動物の相互関係（HAI）研究分野のリーダーとして、ウォルサム® 研究所はペット飼育の恩恵に焦点を当てたプログラムや共同事業を通じて、この分野の発展に力を注いでいくつもりである。



# References

1. **Serpell, J.A., & Paul, E.S. (2011)** Pets in the family: An evolutionary perspective. In C. Salmon & T. Shackelford (Eds.), *The Oxford Handbook of Evolutionary Family Psychology* (pp. 297-309). Oxford: Oxford University Press.
2. **Serpell, J.A. (2011)** Historical and cultural perspectives on human-pet interactions. In P. McCardle, S. McCune, J. Griffin, L. Esposito & L. Freund (Eds.), *Animals in Our Lives: Human-Animal Interaction in Family, Community, & Therapeutic Settings* (pp. 11-22). Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publishing Company.
3. **Covert, A., et al (1985)** Pets, early adolescents and families. *Marriage and Family Review*, 8, 95-108.
4. **McNicholas, J. (2001)** Children's representations of pets in their social networks. *Child: Care, Health and Development*, 27(3), 279-294.
5. **Melson, G.F. (2011)** Principles for human-animal interaction research. In P. McCardle, S. McCune, J. A. Griffin & V. Maholmes (Eds.), *How Animals Affect Us: Human Health* (pp. 13-33). Washington, DC: American Psychological Association.
6. **Sobo, E.J. et al (2006)** Canine visitation (pet) therapy: Pilot data on decreases in child pain perception. *Journal of Holistic Nursing*, 24(1), 51-57.
7. **Owen, C.G. et al (2010)** Family dog ownership and levels of physical activity in childhood: Findings from the child heart and health study in England. *American Journal of Public Health*, 100(9), 1669-1671.
8. **Timperio, A. et al (2008)** Is dog ownership or dog walking associated with weight status in children and their parents? *Health Promotion Journal of Australia*, 19, 60-63.
9. **Westgarth, C. (2012)** Dog ownership during pregnancy, maternal activity, and obesity: A cross-sectional study. *PLoS ONE* 7(2): e31315. doi:10.1371/journal.pone.0031315.
10. **Katcher, A. and S. Teumer (2006)** A 4-year trial of animal-assisted therapy with public school special education students. In A.H. Fine (Ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice*. San Diego, CA, Academic Press: 227-242.



11. **DeLoache, J.S. *et al* (2011)** How very young children think about animals  
How Animals Affect Us: Examining the Influence of Human-Animal Interaction  
on Child Development and Human Health (pp. 85-99). Washington, DC: American  
Psychological Association.
12. **Beck, A.M. (2011)** Animals and child health and development. In P. McCardle, S.  
McCune, J. A. Griffin, L. Esposito & L. S. Freund (Eds.), *Animals in Our Lives: Human-  
Animal Interaction in Family, Community, and Therapeutic Settings* (pp. 43-52).  
Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publishing Company.
13. **Valkenburg, P., & Soeters, K. (2001)** Children's positive and negative experiences  
with the Internet: An exploratory survey. *Communication Research*, 28(5), 652-675.
14. **McNicholas, J. *et al* (2004)** Beneficial effects of pet ownership on child immune  
function. Paper presented at the 10th International Conference on Human-Animal  
Interactions, Glasgow, Scotland.
15. **Friedmann, E. *et al* (2011)** Physiological correlates of health benefits from pets.  
In P. McCardle, S. McCune, J. A. Griffin & V. Maholmes (Eds.), *How Animals Affect Us:  
Examining the Influence of Human-Animal Interaction of Child Development and  
Human Health* (pp. 163-182). Washington, DC: American Psychological Association.
16. **Friedmann, E. *et al* (1980)** Animal companions and one-year survival of patients after  
discharge from a coronary care unit. *Public Health Reports*, 95(4), 307-312.
17. **Friedmann, E., & Thomas, S.A. (1995)** Pet ownership, social support, and one-year  
survival after acute myocardial infarction in the Cardiac Arrhythmia Suppression Trial  
(CAST). *The American Journal of Cardiology*, 76(17), 1213-1217.
18. **Allen, K. *et al* (2001)** Pet ownership, but not ACE inhibitor therapy, blunts home blood  
pressure responses to mental stress. *Hypertension*, 38, 815-820.
19. **Allen, K. *et al* (2002)** Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends, and  
spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosomatic Medicine*, 64, 727-739.
20. **Kikusui, T. *et al* (2006)**. Social buffering: Relief from stress and anxiety. *Philosophical  
Transactions of The Royal Society B (Biological Sciences)*, 361, 2215-2228.





21. Siegel, J. *et al* (1999). AIDS diagnosis and depression in the Multicenter AIDS Cohort Study: The ameliorating impact of pet ownership. *AIDS Care*, 11(2), 157-170.
22. Souter, M.A., & Miller, M. D. (2007). Do animal-assisted activities effectively treat depression? A meta-analysis. *Anthrozoos*, 20(2), 167-180.
23. Barker, S.B. *et al* (2010). Exploratory study of stress-buffering response patterns from interaction with a therapy dog. *Anthrozoos*, 23(1), 79-91.
24. Odendall, J., & Meintjes, R. (2003). Neurophysiological correlates of affiliative behavior between humans and dogs. *Veterinary Journal*, 165(3), 296-301.
25. Barker, S.B., & Dawson, K.S. (1998). The effects of animal-assisted therapy on anxiety ratings of hospitalized psychiatric patients. *Psychiatric Services*, 49(6), 797-802.
26. Uvnas-Moberg, K. *et al* (2011). Promises and pitfalls of hormone research in human-animal interaction. In P. McCardle, S. McCune, J. A. Griffin & V. Maholmes (Eds.), *How Animals Affect Us: Examining the Influence of Human-Animal Interaction on Child Development and Human Health* (pp. 53-81). Washington, DC: American Psychological Association.
27. APPA. (2009). 2009-2010 National Pet Owners Survey. Greenwich, CT: American Pet Products Association.
28. Garrity, T. F. *et al* (1989). Pet ownership and attachment as supportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoos*, 3(1), 35-44.
29. Thorpe R.J. *et al* (2011). Dog walking as physical activity for older adults. In R. A. Johnson, A. M. Beck & S. McCune (Eds.), *The Health Benefits of Dog Walking for Pets People* (pp. 75-88). West Lafayette, Indiana: Purdue University Press.
30. Johnson, R. A. (2011). Animal-assisted interventions in health care contexts. In P. McCardle, S. McCune, J. A. Griffin & V. Maholmes (Eds.), *How Animals Affect Us: Examining the Influence of Human-Animal Interaction on Child Development and Human Health* (pp. 183-192). Washington, DC: American Psychological Association.
31. Wood, L. *et al*. (2009). *Living Well Together: How Companion Animals Can Help Strengthen Social Fabric*: Petcare Information & Advisory Service Pty Ltd and the Centre for the Built Environment and Health (School of Population Health), The University of Western Australia.



32. **Wood, L. J. *et al* (2007).** More than a furry companion: The ripple effect of companion animals on neighborhood interactions and sense of community. *Society and Animals*, 15, 46-56.
33. **Nagasawa, M., & Ohta, M. (2010).** The influence of dog ownership in childhood on the sociality of elderly Japanese men. *Animal Science Journal*, 81, 377-383.
34. **Allen, K. (1996).** The value of service dogs for people with severe ambulatory disabilities. *Journal of the American Medical Association*, 275(13), 1001-1006.
35. **Mader, B. *et al* (1989).** Social acknowledgement for children with disabilities: Effects of service dogs. *Child Development*, 60, 1529-1534.
36. **O'Haire, M. *et al* (2010)** Guinea pigs as classroom pets. *The SCAS Journal*, Winter 2010, 11-13.
37. **Gee, N.R. *et al* (2009).** Preschoolers' adherences to instructions as a function of presence of a dog and motor skills task. *Anthrozoos*, 22, 267-276.
38. **Gee, N.R. *et al* (2007).** The role of therapy dogs in speed and accuracy to complete motor skills tasks for preschool children. *Anthrozoos*, 20(4), 375-386.
39. **Gee, N.R. (2011).** Animals in the classroom. In P. McCardle, S. McCune, J. A. Griffin, L. Esposito & L. S. Freund (Eds.), *Animals in Our Lives: Human-Animal Interaction in Family, Community, & Therapeutic Settings* (pp. 117-137). Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publishing Company.
40. **Kotrschal, K., & Ortbauer, B. (2003).** Behavioral effects of the presence of a dog in a classroom. *Anthrozoos*, 16(2), 147-159.
41. **Anderson, K.L., & Olson, M.R. (2006).** The value of a dog in a classroom of children with severe emotional disorders. *Anthrozoos*, 19(1), 35-49.
42. **Esteves, S.W., & Stokes, T. (2008).** Social effects of a dog's presence on children with disabilities. *Anthrozoos*, 21(1), 5-15.
43. **Bauman, A. *et al.* (2011).** International perspectives on the epidemiology of dog walking. In R. A. Johnson, A. M. Beck & S. McCune (Eds.), *The Health Benefits of Dog Walking for Pets & People*. West Lafayette, IN: Purdue University Press.



44. **Johnson, et al. (2011).** Future directions in dog walking. In R. A. Johnson, A. M. Beck & S. McCune (Eds.), *The Health Benefits of Dog Walking for Pets & People* (pp. 181-191). West Lafayette, Indiana: Purdue University Press.
45. **Headey, B., & Grabka, M. (2011).** Health correlates of pet ownership from national surveys. In P. McCardle, S. McCune, J. A. Griffin & V. Maholmes (Eds.), *How Animals Affect Us: Examining the Influence of Human-Animal Interaction on Child Development and Human Health* (pp. 153-162). Washington, DC: American Psychological Association.
46. **Coleman, K.J. et al (2008).** Physical activity, weight status, and neighborhood characteristics of dog walkers. *Preventive Medicine*, 47, 309-312.



ジェームズ・サーペル博士：ペンシルバニア大学獣医学部、人道的倫理学と動物福祉学マリー A. ムーア教授 (Marie A. Moore Professor of Humane Ethics and Animal Welfare) であり、同大学の「動物と社会の関係研究センター」(Center for the Interaction of Animals & Society (CIAS)) の所長である。

1974年にロンドン大学ユニバーシティ・カレッジにおいて動物学の学位を取得し、その後1980年にリバプール大学において動物行動学の博士号を取得した。1985年にケンブリッジ大学において「コンパニオアニマル研究グループ」(Companion Animal Research Group) を創設した後、1993年に現職であるペンシルバニア大学へと移り、獣医倫理学、応用動物行動学と動物福祉学、および人と動物の関係学について講義を担当している。研究の中心的テーマは、犬および猫の行動と福祉、動物に対する人間の態度の発達、および人間と動物の関係の歴史とその影響に関する分野である。これらの分野および関連分野において100を超える論文や書籍の分担執筆を行っているほかに、Animals & Human Society: Changing Perspectives (1994), 「犬：その進化、行動、人との関係」(チクサン出版, 1999年, The Domestic Dog: Its Evolution, Behavior & Interactions with People, 1995), In the Company of Animals (1996), およびCompanion Animals & Us (2000) など多数の書籍の執筆、編集および共同編集を行ってきた。



サンドラ・マッキューン：「ウォルサム® 研究所」(WALTHAM® Centre for Pet Nutrition (WCPN)), 人と動物の相互関係 (HAI) 研究プログラムの主任研究員。

アイルランドにおいて獣医看護学を修得した後、ダブリンのトリニティ・カレッジにおいて動物学 (生理学専攻) の学位を取得し、その後ケンブリッジ大学へと進んだ。ケンブリッジ大学において猫の行動と福祉に関する研究で博士号を取得した後、1993年にウォルサム® 研究所に参加した。アメリカ合衆国、スウェーデン、英国、オーストラリア、ドイツおよびオーストラリアなどの国々で行われている多数の人と動物の相互関係 (HAI) 研究プロジェクトをとりまとめている。

また、米国国立衛生研究所の一機関であるユニス・ケネディ・シュライバー国立小児保健発育研究所と共に官民連携のMars-WALTHAM® が設立される際に、科学面でのリーダーとしての役割を果たしている。このパートナーシップは、人と動物の相互関係 (HAI) 研究を促進するために2008年に創設されたものである。彼女はこれまで猫の行動学、認知、福祉、栄養および人と動物の相互関係 (HAI) に関する研究論文や書籍の分担執筆を行い、Animals in Our Lives (2010), How Animals Affect Us (2010), およびThe Health Benefits of Dog Walking for Pets and People (2011) など、いくつかの人と動物の相互関係 (HAI) 書籍の共同編集および共同執筆を行ってきた。











## 監訳の言葉

毎年、秋も深まるこの時期になると、大学で「動物行動学」の講義が始まる。

実は今日の講義で2007年10月に東京で開催されたIAHAIO 2007 in Tokyo (人と動物の関係に関する団体の国際組織2007年東京大会)の話をしたところである。あれからもう5年、大会自体はすっかり懐かしい思い出になりつつあるが、人と動物の関係に関する研究や活動はその輝きを今日なお一層増しているように思われる。

この時期に本ポケットブックが刊行されることは私自身にとってもたいへんに嬉しいことである。本書を編集したジェームズ・サーペル教授は人間動物関係学分野の第一人者であり、日本最良の英国紳士(米国在住だが)である。黙って微笑んでいるだけで知性と教養がにじみ

出るようなオーラを漂わせている。またもう一人の編集者であるサンドラ・マッキューン博士は私の講義では必ず研究を引用する優れた動物行動学者である。

私も動物をこよなく愛し彼らとの共存から得られる恩恵を日々享受している飼い主の一人であり、動物が現代生活にもたらす潤いや癒しをまさに実感しているのだが、それを説得力のある言葉として周囲に伝えることは容易ではない。本書には、そうした動物たちのもつ不思議な力に関する科学的検証の結果が、研究論文の引用という形で随所に散りばめられている。監修に当たるなかで、読み物として本書を楽しんだだけでなく、信頼性の高い最新のデータベースとしても知的好奇心を存分に満たしてもらった。読者諸兄姉にも、それぞれの立場から私と同じように本書を楽しんで活用して頂きたいと願う次第である。

2012年11月

森 裕司

### — 監訳者プロフィール —

森 裕司 (もり ゆうじ)

東京大学大学院教授 (獣医動物行動学)

1977年 東京大学卒業

1982年 同大学院博士課程修了

東京農工大学獣医学科助手、同助教授を経て

1997年 東京大学教授 現在に至る

