

視 点

アニマルセラピーの現状と応用

吉 田 尚 子^{1,2)}

I. はじめに

家庭崩壊, 離婚率の高さ, 核家族化や高齢化などを抱える現代社会は, 子どもたちの健全な成長と高齢者の健康維持のための動物との関わりの重要性を高めている。

筆者は動物介在活動に関わりながら, この分野の限らない可能性, 各分野の専門家が数か月, 数年間かけても達しえない子どもの心の間にさえ, 瞬時に動物とのふれあいが響く感動的瞬間の数々を経験した。本文では子どもの活動を中心にアニマルセラピーの基本的な内容, 組織, 現状と応用について紹介する。アニマルセラピーには, ペット以外にイルカや馬なども用いられているが, 本文では身近で行動学的, 獣医学的に知見の多い犬を用いた活動について述べていく。

II. 基本的用語と組織

アニマルセラピーとは, 実は日本の造語で, 世界共通の正式名は Animal Assisted Therapy, AAT である。日本でアニマルセラピーというと, より広域の動物介在活動 Animal Assisted Activity, AAA のことを指す場合が多い。通常これらの用語にこだわる必要性は少ないが, われわれ専門家が活動をすすめる場合や, 対象となる医療保健機関とのチーム内において, 用語の意義や活動目的を理解しておくことは重要である。

アニマルセラピー 関連用語解説¹⁾

動物介在活動 Animal Assisted Activity, AAA: 動物とふれあうことによる情緒的な安定, レクリエーション, 生活の質の向上等を主な目的としたふれあい活動。国内の多くの活動はこれに属す。

動物介在療法 Animal Assisted Therapy, AAT: 人の医療現場で, 専門的な治療行為として行われる動物を介在させた補助療法。医療従事者の主導で実施。精神的・身体的機能, 社会的機能の向上等, 治療を受ける人に合わせた治療目標を設定, 適切な動物とハンドラーを選択, 治療後は, 治療効果の評価を行う。

動物介在教育 Animal Assisted Education, AAE: 小学校等に動物と共に訪問し, 正しい動物とのふれあい方や命の大切さを子どもたちに学んでもらうための活動。

現在, アニマルセラピーには公的資格や条件による規制はないが, 当然, 医療現場などでは人, 動物双方の適性と感染症対策などの予防衛生管理が重要視される。また, 万一の事故の際, 社会的責任を負える団体が対応すべきと考える。

公益社団法人 日本動物病院協会 (JAHA = Japanese Animal Hospital Association) は, 1978年に創立された。人と動物の絆 (Human Animal Bond, HAB) を守り, 維持するための家庭動物医療の実践と社会貢献をする動物病院の協会で, 具体的に次の公益目的事業を行っている。

Illustration and Basic Understanding of Animal Assisted Therapy

Naoko YOSHIDA

1) 公益社団法人日本動物病院協会 (獣医師)

2) 特定非営利活動法人 CANBE 子どものための動物と自然の絆教育研究会

別刷請求先: 吉田尚子 公益社団法人日本動物病院協会 〒162-0814 東京都新宿区新小川町1-15 池田ビルディング2F

Tel: 03-3235-3251 Fax: 03-3235-3277

- ・動物病院および動物医療の充実のための継続教育事業、資格付与関連事業
- ・動物病院による地域社会への貢献を推進する事業
- ・アニマルセラピー推進（CAPP活動：Companion Animal Partnership Program）・調査研究事業

上記公益目的事業のうち、1986年からアニマルセラピー推進事業として、現在JAHAが行う関連事業は主に老人保健施設のAAA、精神科病院、小児科病棟（腫瘍科、血液内科病棟、児童精神科など）でのAAAおよびAATなどで、1986年5月から実施した2015年3月末までの活動延べ回数は約16,800回である。

JAHAではボランティアや犬に必要な認定基準などを設け、人と動物双方の適性、年次大会での報告、研究発表など、知識と意識の向上を維持するための支援を行っている（詳しくはJAHAウェブサイト参照）。

Ⅲ. 子どもの心と体の発達にとって大切な自然と動物とのふれあい

動物との関わりは子どもたちの責任感、思いやりの心を養い、動物や自然について気遣うよう導き、共感を育み、子ども同士の好ましい行動を増加させる²⁾。ある研究では10～14歳までの子どもの75%が心をかき乱されたときペットを探し求めるといふ³⁾。

筆者が幼い頃は動物の触り方やマナーを教わる機会はなく、咬傷事故によるトラウマから動物恐怖症になった、という話も周囲に多い。また、現代社会ではゲームの中のリアルな映像などに物心つく頃から浸ってしまうことが、現実の世界で傷つく人の心や命の儚さを実感的にとらえることを難しくする。このことは少年犯罪の残虐化や低年齢化などさまざまな問題に繋がっているように思う。

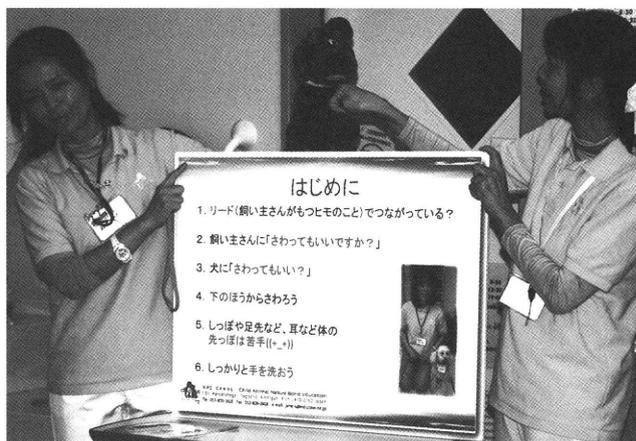
筆者らは2006年から、動物の好き嫌いにかかわらず、子どもが事故やトラウマなく、動物や自然、命の大切さを体感し、考えるきっかけを与えるAAEを教育機関などで始め、2012年には病院からAATの依頼を受けた。

Ⅳ. 小児科病棟でのAAT活動例

—あいち小児保健医療総合センター—

心療科（児童精神科）病棟にて—

AATでは、動物とふれあうことで、人の生活の質の向上、情緒的安定や身体的、社会的機能や精神面の向上、回復など、一定の効果が検証されている。子ど



もの場合、道徳的、精神的、人格的な成長、学習意欲の向上を促す効果も期待される。

1. 活動内容

筆者らは全国でも数少ない、被虐待児の専門外来を持つ、あいち小児保健医療総合センター（以下、小児センター）で、2012年10月より月1回1時間をドッグセラピーの時間とし、心療科病棟入院児童約20～30名を対象としたAATを開始した。

【導入まで】開始前の約6か月間、担当医師、看護師、保育士、獣医師、適性を持つ犬とハンドラーらで、シミュレーションと勉強会を繰り返した。病棟担当医から虐待によるPTSDや愛着の問題、発達障害（AD/HD 注意欠如多動性障害、自閉症スペクトラム障害）、子どもの特徴や話題（家族の話をしなない等）などの注意点を教わり、われわれから活動趣旨や犬の行動学的、獣医学的な側面を共有し、専門医によるアレルギー対策を整備した。

2. 活動中の発見

2014年、作家の黒川祥子氏がこの病棟取材し、被虐待児の現状を描いた「誕生日を知らない女の子」が第11回開高健ノンフィクション大賞を受賞した。描かれた凄まじい現実を、目の前で犬と優しくふれあう子どもたちが経験したと思うと、胸が詰まる思いである。本の中では被虐待児の多くは、人生の中でほとんど「選ぶ」という経験をしたことがないと説明されている。

心療科病棟の子どもは、さまざまな背景を持ちながら入院を余儀なくされている場合が多い。その病棟生活は、起床から始まり、食事、診察、入浴、就寝が規則正しく環境整備されている。それは、一般家庭での

日常会話のように「今日は何が食べたい?」、「おやつは?」といった生活の場面ごとで、子ども自らが決断することが難しい環境下でもある。子どもは、日常生活の小さな数々の「選択」の中で迷い、失敗や成功による小さな喜びと後悔を繰り返しながら、人間形成の基盤を作り上げる。

今回、導入した AAT は、犬とのふれあいで子ども自身が感じとる癒しと治療を目的として試みたが、活動開始後約半年間は男女別、グループ別に子どもたちが順番通りに犬をローテーションする様子が淡々として目に映った。本来の目的から反れていると感じた保育士は、子どもが持つ内なる力（レジリエンス）を引き出すために「自由に犬を選択させたい」と提案した。それ以降「時間内は好きな犬のところに行っている」と子どもたちの「選択」を優先している。われわれの不安をよそに、子どもたちには感情を抑えきれない姿も混乱もない。穏やかな、よりいきいきとした表情で好きな犬を選び、周囲を気遣い、声をかけ合う協調性や責任感がみられている。

3. 結果と考察

犬たちを前にすると、普段座ったまま話を聞けない子どもが落ち着いて集中する姿や、半年間の入院期間中、院内のイベントに出席できなかった女兒が、初めてのドッグセラピーには参加するなど、担当者を驚かせた。トラブルもなく、感想絵やアンケートからも AAT がリラックス効果を与えていると感じられた。子どもの楽しげな様子を見守る職員の声やその表情も自然で穏やかだ。「AAT を始めてから病棟での仕事がとてもラクになった」という病院スタッフたちの声や、活動後の暴力件数の減少傾向が報告された。「それは決して、子どもたちのストレスが減ったということではなく、子どもたちはさまざまな形で感情をぶつけてくるが、これまでとは違い、それが対職員や子ども同士に向けられるのではなく、対物に切り替わっていると感じる」^{4,5)}。担当の新井医師は新聞取材でも「人や動物を思い遣る気持ちが AAT を通して自然と子どもたちに伝わっているのではないか」、「子どもたちは、安心感があると明るさ、積極性、発言、忍耐力、責任感、自立心が引き出される。親にも笑顔がみられ、病棟スタッフのストレスも軽減した。大人を信用できなくなった子どもたちの治療は大変な困難を伴う。少しでも癒しになれば、と始めた活動だが、子どもたちの

閉ざした心を開き、治療者との信頼関係を結ぶ架け橋になってくれるなど、予想以上の活躍に驚いている」とコメントしている⁶⁾。

小児科病棟が大人の一般病棟と明らかに異なる重要な点は、対象となる患児が成長発達中の子どもであり、情緒や感性を養う人間形成の重要な時期にあることだろう。特に長期入院の場合は、学習面に加え、医療と平行して社会性、人間性を育むためのさまざまな支援が重要である。

病棟保育士らは、遊びを中心に、ストレス軽減、成長発達や心とからだの安全教育（性教育）などを目的に、AAT 以外にもさまざまなプログラムを企画提供する。虐待を受けた子どもにとって、それらの貴重なサポートは、虐待の新たな発見や治療に繋がり、良好な対人関係を築く基盤を形成し、退院後の安全な社会生活を送るための力となるようだ。すべての子どもたちが経験する日々の楽しさ、憩い、心の支えを少しでも感じるよう、日々たゆまぬ努力と研究が重ねられている。

医師、看護師はじめ専門家らが智慧と心を寄せ合い、子どものために手を差し伸べようと努力を惜しまない、そこに動物の力が作用する機会を与えられていることを貴重に感じる。

V. その他の活動から

JAHA が現在行う小児科病棟の AAT のリストと学会報告での現場からのコメントを表にまとめた。

VI. アニマルセラピーの研究と効果の検証

人と動物の相互関係学（HAI, Human Animal Interaction, Anthrozoology）という分野は1970年代に始まり、HAI のもたらす人の健康へのさまざまな良い効果に関する研究が、国境を越えて獣医師、医師（特に精神科）、脳科学者などにより推進されてきた。

犬の持つ不思議な力と科学的検証

医師をはじめとするさまざまな専門家が関わっても届きにくい閉ざされた子どもの心に届く動物たちの力は何なのか。犬たちは傷ついている子どもに「がんばって」と期待した眼差しを向けず「何があったの?」と訊かない。相手がどんな状態でも「きみと遊びたい!」と喜び、フワフワで温かく愛くるしい。

動物にはどんな状況下でも生き続ける（どんな動物

表 JAHA CAPP 活動* 小児病棟 AAT 訪問先病院リスト
(2015.4現在)

病院施設名	開始年
1. 聖路加国際病院	2003
2. 千葉県こども病院	2005
3. 横浜市立大学附属病院	2010
4. 埼玉県立小児医療センター	2013
5. 千葉大学医学部附属病院	2013
6. 東京慈恵会医科大学附属病院	2014
7. 天竜病院	2015

*CAPP：1986年に開始したJAHAの人と動物のふれあい活動の名称

コメント・ご担当者（所属施設番号）敬称略

友だちを亡くすかもしれない病棟内の子どもたちに、命の大切さを学ぶ最良の機会。

2013年度 日本獣医師会三学会 千葉大会 市民公開シンポジウム「小児がん病棟に犬が来て」より
沖本由理 医師 血液・腫瘍科 元部長（2）

9割の職員が、「ストレス・不安の軽減」、「情緒面の改善」、「協調性の促進」、「闘病意欲の高揚」などを感じている。

2012年度 日本臨床獣医学フォーラム 年次大会 「医療スタッフのアニマルセラピーに関する効果・活動の認知状況」より
山本隼樹, 小原美江 看護局（2）

病棟になじめず笑ったこともない白血病の女の子が、トイプードルを満面の笑みで迎えた時、看護師は涙ぐみ、女兒はスタッフとも打ち解け、治療にも協力できるようになった。

2004年度 JAHA 年次大会 HAB 講演 「聖路加病院小児病棟における CAPP 活動」より
松藤 凡 医師 小児総合医療センター長（1）

グリーンケア学会でも人に生きる力を与える動物を取入れようとしている。聖路加国際病院での AAT をモデルとして、全国の子ども病院やホスピスにも広がるよう、専門職の方に頑張っていただきたい。

2010年度 JAHA アワード受賞インタビューより
日野原重明 医師 名誉院長（1）

も自ら命を絶さない)力が漲り、言葉のないやさしい目元に溢れている。

AAT が人を癒す根拠として「太古の血の説」がよく説かれてきた⁷⁾。古代、人は鳥や小動物が水場で平和に過ごす姿を見ることで、肉食獣などの危険からの身の安全を認識した。それがわれわれに遺伝子として組み込まれ、リラックス状態の小動物を見ると心穏やかに癒される、という説である。

一方「生命愛 (バイオフィリア)」という学説では、人には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⁸⁾、子どもの認知機能発達に及ぼす動物の役割の根拠として、多くの研究では AD/HD など、注意力に障害のある子どもたちが、AAT で意欲が高まり、治療効果が上がることへの説明とされている^{2,9)}。

AAT の評価にはさまざまな研究法が検討され、主に心拍、血圧、オキシトシン活性などの生理学的指標とアンケートや行動観察による心理検査などの指標が用いられ、社会性の向上、ストレスや不安の軽減、人の健康増進を高める HAI の効果はオキシトシンの作用と重複する¹⁰⁾。犬とのふれあいにおけるオキシトシ

ン濃度は、人と犬の関係が良好なペアで、さらにアイコンタクトや一緒に何か楽しいことをするなど、意思疎通を感じる時で、より高いと報告されている¹¹⁻¹⁶⁾。このことは、継続的な活動で対象者と犬との信頼が高まる程、AAT の効果が高まる可能性を示唆している。

VII. 海外の応用例と学会

1. グリーンチムニーズ (ウェブサイトあり)

1948年 Dr. Samuel Ross がアメリカ・NY に設立した、子どもと動物が農場で共存できる、豊かな特殊児童教育の寄宿学校。66年間、社会的、精神的、行動学的な適応障害に苦しむ子どもたちに、豊かな自然環境と人と動物との相互作用を提供する、世界的な AAE、AAT の先駆的施設。

2. コートハウズドッグ (Courthouse Dog Foundation ウェブサイトあり)

特別な資質を持ち、訓練を受けた、司法現場で活躍する犬。主に虐待や性犯罪被害を受けた子どもたちのストレスを軽減し、安心感を与えるために司法面接や裁判

で導入されている。ハンドラーは司法面接官や検事などの専門家がいき、2003年より全米に広がっている。

3. IAHAIO (International Association of Human Animal Interaction Organizations) とは

IAHAIO (人と動物の関係に関する国際組織) は、人と動物の相互作用の理解を促進する国際学術連合体として1990年に設立。JAHA も共同代表団体の一つで、その主旨は加盟国の協力による、世界の「人、動物双方のQOLと福祉の向上」のためのHAIの活用としている。3年に1度、国際学会を開催、1995年ジュネーブ大会から各大会毎にジュネーブ宣言、1998年プラハ宣言はAATガイドライン、2001年リオ宣言でAAEガイドライン、2013年シカゴ宣言ではOne HealthへのHAIの活用などが制定され、次回2016年はパリ大会となっている。

VIII. おわりに

One World, One Health の概念

動物の好き嫌いにかかわらず、環境、人、動物が互いの健全性を支え合うこの地球に共に生きるものとして、人は動物なくして健全に生きていくことはできない。人、動物すべての健康と地球環境の保全を増進するうえで協力体制の必要性が強まり、2012年、世界医師会と世界獣医学協会が協力関係を構築する覚書を締結し、翌年日本医師会と日本獣医師会も学術協力推進に関する協定を締結した。

このOne World, One Health の概念は人と動物が信頼し合うほど、双方が幸せであるというAATの基本概念に共通する。

多くの研究からも人と動物の相互作用により人が癒しを得るためには、関わる動物の資質や条件に加え、人を信頼し、リラックスした状態で行わなければならない、活動を提供する側も受ける方もそれを理解し、動物の健康福祉にも配慮する姿勢と楽しい雰囲気の中で正しく活用されてこそ、チーム医療の中でAATの効果が期待できることを強調しておきたい。

参 考 資 料

- 1) 公益社団法人日本動物病院協会. CAPP 活動マニュアル.
- 2) James Serpell, Sandra McCune. WALTHAM Pocket Book of Human-Animal Interactions. 2012.
- 3) Covert A, et al. Pets, early adolescents and families, *Marriage and Family Review*. 1985.
- 4) 山本洋平, 久枝高子. 「虐待を受けた子どもたちへの理解を深める研修会」発表より. あいち小児保健医療総合センター, 2014.
- 5) 新井康祥. 虐待を受けた子どもの治療に期待される動物介在活動の効果. 2015.
- 6) 時事通信. 動物と触れ合い, 笑顔に. 京都新聞他12誌掲載, 2014. 12.
- 7) 山崎恵子. 人は動物に何を求めるのか・ノーマライゼーション 障害者の福祉. 2005. 5.
- 8) Wilson EO. *Biophilia*. Cambridge: Harvard University Press, 1984.
- 9) Katcher A, S Teumer. A4 year trial of animal-assisted therapy with public school education students. 2006.
- 10) Andrea Beetz, et al. Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin. 2012.
- 11) Carter. Neuroendocrine perspectives on social attachment and love. *Psychoneuroendocrinology* 23, 1998.
- 12) Carter, Keverne. The neurobiology of social affiliation and pair bonding, in *Hormones, Brains and Behavior*, ed. D. Pfaff (San Diego: Academic Press), 2002.
- 13) Bales, et al. Oxytocin has dose-dependent developmental effects on pair bonding and alloparental care in female prairie voles. *Horm. Behav.* 2007: 52.
- 14) 太田光明. (東京農業大学) 基調講演 犬との良い関係は[幸せホルモン]を分泌させる. JAHA 東京ミーティング, 2014.
- 15) Nagasawa M, Kikusui T, Onaka T, Ohta M. Dog's gaze at its owner increases owner's urinary oxytocin during social interaction. *Hormones and behavior*, 2009: 55.
- 16) Takefumi Kikusui, et al. Oxytocin-gaze positive loop and the coevolution of human-dog bonds. *Science*, 2015: 17.