

「アニマルセラピー」と「ドッグセラピー」

古代では狩の相棒として、現在では警察や麻薬探知犬、災害救助犬などの職業犬として人間をサポートし、また、ペット・家族の一員として生活を共にする…。

どの時代においても人間と深い関わりを持ってきた「犬」。

そんな「犬」が最近では、心を癒す「アニマルセラピー」でも活躍の場を広げています。裏面では、成年にちなんで「アニマルセラピーとドッグセラピー」お送りいたします！



アニマルセラピーとは？

アニマルセラピーは、動物と触れ合うことでその人に内在するストレスの軽減させたり、自信を持たせることで精神的な健康の質を向上させると考えられています。

医療従事者が治療の補助として用いる動物介在療法 (Animal Assisted Therapy, AAT) と、動物とのふれあいを通じた生活の質の向上を目的とする動物介在活動 (Animal Assisted Activity, AAA) に分類されています。

実は、アニマルセラピーの歴史は古く、古代ローマ時代まで遡ります。当時、負傷した兵士のリハビリに、馬を用いたアニマルセラピー (乗馬療法) が行われていたとされています。



ドッグセラピーとは？

高度に訓練された「セラピードッグ」を介在させ、認知症、自閉症など様々な障がいを持つ人々に対して心や身体のリハビリテーションを目的としたプログラムを実施します。広義では、犬と触れ合うことによって精神的な情緒安定や、身体的な運動機能回復効果が得られることを目的とした活動を指しています。

現在は、イルカや馬なども活躍をしています。犬を用いたアニマルセラピーは、20世紀半ばから本格的に始まりました。その発祥は欧米だと言われています。欧米では1960年代頃から医師や理学療法士、獣医師の指導のもとに、動物と触れ合いを身体障がい者へのリハビリ訓練や精神障がい者、情緒障がい等の治療に取り組む研究がされています。

ドッグセラピーの効果

2007年に「健康で長生きしたいなら犬を飼うべきである」というユニークな説が英国BBC放送で紹介されました。英国立クィーンズ大学の心理学者デボラ・ウェルズ博士によると、「犬を飼う人は長生きする」とのことでした。

事実、2013年にはイギリスで「高血圧の人が犬と暮らした人の血圧が低下した」という研究結果が報告されました。また最近では、犬と接するとオキシトシンという、ストレスを軽減する俗称「幸せホルモン」が分泌されることも広く知られるようになりました。

日本でも、施設で長期に渡って生活をされている高齢者や障がいをお持ちの方は、犬などと触れ合う事により会話や笑顔が増え、表情の変化などの改善も見られるなど、精神的な安定をもたらす効果が評価されています。犬に限らずペットを飼っている人は飼っていない人より、病院に行く回数が年間20%程度減ったというデータがあり、ドイツでは7500億円、オーストラリアでは3000億円もの医療費が、ペットの影響によって削減されています。



様々な施設で活躍するセラピードッグ

《刑務所にて》

欧米で、受刑者に保護犬のトレーニングを行わせた結果、所内での暴力が減り再犯率が低下したとの報告があります。

《空港にて》

犬と触れ合いで旅の疲れを癒すサービス「wag brigade program」というものがあります。サンフランシスコの動物愛護団体と空港がタッグを組んで始められました。ロサンゼルス国際空港では「PUP」(Pets Unstressing Passengers)などのサービスが始まっています。

《大学にて》

最終試験を控えて猛勉強に励む学生のために、アメリカのイジアナ大学、コロンビア大学、マーケット大学では、癒しの効果をもたらすセラピードッグの導入が行われています。

《日本では》

聖路加国際病院 (東京都中央区) では2003年に初めて小児病棟にアニマルセラピーを取り入れ、セラピードッグを迎え入れました。少しずつアニマルセラピーを導入する動きが始まっているようです。

分室開設のお知らせ

12月15日(金)、ステーション芦花公園 分室千歳烏山がオープン!

かねてよりご要望のありましたエリアでの開設となりました! 京王線千歳烏山駅から徒歩5分、おしゃれな内外装と庭には緑が広がる心落ち着く場所で、分室千歳烏山オープンです! いつものソフィアらしく内装や備品、絵画などにこだわって、働くスタッフの居心地の良さを考えています。

14人前後の看護師・セラピストの人員配置を予定しており、地域の方々のご要望に臨機応変にご対応できるよう、ステーション芦花公園との連携も密に事業所として成長してまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします!



千歳烏山の小京都
寺町通りはおすすめてです!



住所: 世田谷区南烏山 2-17-1
ラティア南烏山 105号室
TEL: 03-5316-5030
管理者: 本田 (ほんだ)

1月9日(火)には、大田区大鳥居にて、ステーション矢口の分室が開設します!

続けて新年の幕開けには、ステーション矢口の分室大鳥居がオープンします。こちらも京急大鳥居駅から徒歩2分と駅近くで、ワンフロアで事業所としての利便性を備えています。

矢口と同じく精神科に注力した事業所となりますので、専門に強くありながらも幅広いニーズにお応えいたします。ご相談・ご質問ございましたらお気軽にお問い合わせください。



住所: 大田区西糎谷 3-36-8
リーベン滑川 4階
TEL: 03-5741-2150
管理者: 道祖尾 (さいのう)

本部総合職研修in鎌倉・江ノ島

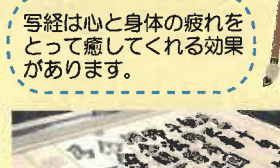


12月の初旬、鎌倉・江の島にて本部スタッフの研修が行われました! 今回の研修は、本部の機能である「事業所の後方支援」をより充実させるために、「チーム意識」や「コミュニケーション力」強化を目的としています。当日は約40名が集まり、午前は座禅・写経体験 (鎌倉・円覚寺)、午後はチームに分かれグループワーク (江の島) を実施しました!

座禅では、「無」を追求し邪念をなくすことで、事の本質を見極める心の状態を作り出します。澄み切った空気と綺麗な紅葉の景色の中、都会の喧騒から離れ心洗われる時間となりました。



坐禅は目を閉じません。開眼した状態で視線を1メートル先に落とします。



写経は心と身体の疲れをとって癒してくれる効果があります。



江の島でのグループワークでは、課題として得点のついた写真が与えられ、各班で現地の方々や観光客への聞き込みを頼りに撮影スポットを探し回ります。様々な人に話しかけ協力を得ようとする中でコミュニケーション力を駆使したり、観光をしながら細かいところまで観察し、目標を早く見つけようとする中で、先を読み察知する姿勢が自然と身につきました。

～スケジュール～
AM 座禅・写経体験 (鎌倉)
お昼 各グループ自由によ

PM グループワーク (江ノ島)
夜 横浜中華街にて懇親会



こうした研修を通し、会社の根っこ (基盤) を担う本部が連携を深めることで、さらに一丸となり今後の課題や試練に立ち向かっていけるのではないかと考えております。

◆ miniコラム ◆ 1月の誕生花とその花言葉をご紹介! ご自宅での観賞用に、誕生日の贈り物に、参考にしてみたいはいかがでしょうか?

スイートピー

花言葉
優しい思い出
門出

華やかさや優しさ、香りのよさから親しまれるスイートピー。その名は甘い (スイート) 豆 (ピー) からつけられました。まるで妖精が蝶の姿となって舞っているように咲き誇ります。花言葉の「優しい思い出」「門出」などは、新しいスタートをきる方にもぴったりですね。



スイセン

花言葉
自己愛

ギリシャ神話で、美少年ナルシッサスが水面に映る自分の姿に見とれ、そのまま花になってしまったという話がスイセンの英名である narcissus (ナルシッサス) の由来とされています。「水仙」という漢字は、古代中国で水辺を好んで繁茂する清らかな植物を「水の仙人」と呼んでいたことからついたそうです。

