



## 第38回 個性づくりテーマ展示

### 動物に癒される アニマルセラピー

展示期間 8月26日～10月26日

展示場所 南台図書館2階 展示コーナー

「アニマルセラピー」という言葉を耳にする機会も増えてきましたが、どのような活動をしているかご存知ですか？

例えば「レクリエーション」「生活の質の向上」「治療の効果を高める」という事を目的としています。近年は学校教育の場で動物とふれあいながら学ぶ活動も行われています。

今回はアニマルセラピーについてご紹介します。



中野区立南台図書館

03-3380-2661





## アニマルセラピーってなに？

ペットの犬や猫と一緒にいるとなんとなく穏やかな気持ちになったり、イルカと一緒に泳ぐことで癒されたりすることもあるようです。それが、昨今マスコミでも注目されている「アニマルセラピー」です。

アニマルセラピーは直訳すると「動物介在療法」といい、広義では動物との関わりが人間の健康の質を向上させる場合を指します。

日本では「ペットセラピー」と呼ばれることもありますが、厳密に言えば「アニマルセラピー（動物介在療法）」にはきちんとした定義があり、「医療行為の一環」または「動物とのふれあい」を目的としたものとの内容の違いにより、2つに分けられます。



### アニマルセラピーの種類 ～ AATとAAAとは ～

アニマルセラピーの定義の種類は以下の2つになります。

医療行為を目的とするか、生き甲斐など生活の質を目的とするかの違いで異なります。

- 動物介在療法

【 Animal Assisted Therapy = AAT 】

**医療行為の一環**で、動物を参加させてアシスト（援助）をしてもらう治療を目的とするものです。医療側の専門職（医者や看護師、ソーシャルワーカー）、作業・心理・言語療法士等の医療関係者が関わり、ボランティアの協力のもとに、治療のどこで動物を参加させるかを決めます。治療には明確なゴール・目的が存在し、活動においては記録が必要で経過も測定しなくてはなりません。

- 動物介在活動

【 Animal Assisted Activity = AAA 】

**動物と人とのふれあい**を通じて、生き甲斐や意欲といった生活の質（QOL）を維持・向上させることを目的とするものです。病院や施設等での特別なプログラムではなく、治療としての明確なゴールなどは存在しません。活動においても詳細な記録は不要で、楽しいひと時を過ごしてもらうために行われるものです。

参考HP：『内閣府認証NPO法人日本アニマルセラピー協会』

参考文献：『犬から元気猫から幸せ』矢部万紗人/著 リヨン社

『知りたい！やってみたい！アニマルセラピー』川添敏弘/監著 駿河台出版社

☆もっと詳しく知りたい方は、p.4～5で紹介している本やホームページをご覧ください☆





## アニマルセラピーの歴史と効果



最も長い歴史を持つのが馬によるアニマルセラピーで、古代ローマ時代に戦争で負傷した兵士のリハビリに「乗馬療法」が行われていました。

19世紀には、パリで「乗馬が麻痺を伴う神経障害の有効な療法である」という報告がなされ、それ以来、治療法のひとつとして意識的に用いられるようになりました。

現在では、乗馬療法は完成された治療システムとして考えられており、アメリカ・イギリス・ドイツ・オーストリア・日本など世界各国で、主に身体的なリハビリを中心とした治療に活かされています。

犬のアニマルセラピー（ドッグセラピー）は、20世紀半ばから本格的に始まりました。

療養施設において治療目的で動物が導入されたのは、18世紀末のイギリスのヨーク収容所に始まります。ヨーク収容所は精神障害者の収容施設で、自分をコントロールするために動物の世話が導入されました。

その後、今日に至るまで人間と動物の健康に関する研究が進められ、今では世界規模の国際学会も開かれています。

ドッグセラピーは犬とともに高齢者や障害者の施設、学校や養護施設、病院、さらには刑務所などを訪問し、多くの方々に癒しを届ける活動です。長期に渡り施設で生活をする人たちは、犬とのふれあいにより会話や笑顔が増え、表情の変化に改善が見られ、その効能が高く評価されています。



犬や猫に限らず、ハムスターやインコ、魚1匹であっても癒しになる場合、家庭でペットを飼うことも一種のアニマルセラピーです。

動物を飼うことで気持ちが和らぎ、子どもの成長や情操教育に役立ち、寂しさがまぎれるなど、やはり動物は人に安らぎを与える何らかの力があるのではないのでしょうか。

私達の気持ちを、明るく前向きにしてくれる動物との絆を深め、温もりを分かち合える関係を築いてゆくことが大切です。



# - 展示資料の紹介 -

## 『 下半身動かぬセラピー犬 シャネル 』

国見 祐治／写真 青木 健／監修 ブックマン社 2015年  
645.6 ク

下半身が動かない難病を患ったゴールデンレトリバーの女の子“シャネル”はドッグセラピーとして、やはり様々な境遇を経てセラピー犬となった仲間たちと緩和ケア病棟を訪れるようになります。シャネル達と触れあうことで、皆次第に心を開き厳しい表情が柔らかく穏やかに変化していきます。人々とセラピー犬がお互いに癒し合っている様子が静かに伝わってきます。シャネルの目線で語られる優しく温かい言葉と写真が心に届く一冊です。

## 『 ペンギンが教えてくれたこと 』

キャメロン・ブルーム／著 マガジンハウス 2016年  
936 ブ

家族旅行中の事故で脊椎を損傷する大怪我を負った女性サム・ブルーム。励ましや慰めの言葉では救われなかった彼女を救ったのは、同じように怪我を負いながら立派に回復してみせた一羽の鳥でした。オーストラリアに住むブルーム一家とカササギフェガラスの“ペンギン”が教えてくれる「人生の意味、心の絆とは何か？」を問う温かなノンフィクション作です。写真家の夫キャメロン・ブルームの豊富な写真も共に掲載されています。



# 図書リスト



書名	著者	出版社	出版年	請求記号
知りたい！やってみよう！アニマルセラピー	川添 敏弘/監著	駿河台出版社	2015	146.8 シ
すべての猫はセラピスト	真並 恭介/著	講談社	2017	645.7 シ
癒やしの乗馬	『財界』編集部 /著	財界研究所	2016	789.6 イ
ペンギンが教えてくれたこと	キャメロン・ブルーム/著	マガジンハウス	2016	936 ブ
自閉症のある人のアニマルセラピー	メロピー・パブリデス/著	明石書店	2011	146.8 パ
動物α図鑑	松原 卓二 /写真, 文	マガジンハウス	2010	480 マ
いたずらオウムの生活雑記	ろう飼い主/著	KADOKAWA	2015	646.8 □
しあわせを運ぶ猫	猫田 猫美/著	コスモ 21	2015	645.7 ネ
りっぴさんと過ごした 4012 日	加藤 恵美子/著	幻冬舎メディア コンサルティング	2017	645.6 カ
シマエナガちゃん	小原 玲/著	講談社	2016	488.9 オ
イルカが教えてくれたこと	野崎 友璃香/著	講談社	2015	489.6 ノ
ディアドルフィン	高縄 奈々/著	シータス	2017	489.6 タ

リストに載っていない資料もありますので、棚をご覧ください



# アニマルセラピーについて調べてみよう

アニマルセラピーについてより知識を深めたい方のために、ここでは、アニマルセラピーについての資料・情報の調べ方を紹介します。

## 1. 情報検索のキーワード

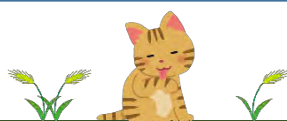
アニマルセラピーについて調べる際に幾つかのキーワードがあります。これらを使うことでより効率的な調べ方ができます。

アニマル/動物/セラピー/セラピードッグ /ドルフィンセラピー/ホースセラピー/動物介在療法(AAT)/動物介在活動(AAA)/コンパニオンアニマル/アニマルセラピスト/癒し/リラックス/犬/猫/鳥/イルカ/馬

## 2. 基本的な情報を調べる



用語・データを調べる



資料情報	請求記号	所蔵館
世界大百科事典 平凡社 2007年(便覧のみ2009年)	031 セ 34	南台図書館
現代用語の基礎知識 2017 自由国民社 2017年	R031 ゲ 17(中央) 031 ゲ 17	中央図書館 (館内閲覧のみ) 鷺宮、東中野図書館
知りたい! やってみたい! アニマルセラピー 駿河台出版社 2015年	146.8 シ	南台図書館 江古田図書館



テーマの棚を調べる

分類記号	分野	分類記号	分野	分類記号	分野
146.8	心理	480	生き物	645	趣味



アニマルセラピーに関する図書を調べる



資料情報	請求記号	所蔵館
名医ジャスティン 奇跡を起こすセラピードッグ 講談社 2008年	645.6 イ	南台図書館
下半身動かぬセラピー犬チャンネル ブックマン社 2015年	645.6 ク	南台図書館
ペットは人間をどう見ているのか 技術評論社 2010年	645.6 ハ	南台図書館

### ★中野区立図書館の資料を探す

- ・ 図書館内の「館内利用者用検索機」(OPAC)
- ・ 中野区立図書館ホームページ→<https://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/index.asp>

### ★東京都内公立図書館で所蔵されている図書を探す

⇒東京都立図書館ホームページから入ります→<http://www.library.metro.tokyo.jp/>



### 雑誌・新聞を探す

原紙(朝日・毎日・読売・産経・東京・日経)→南台図書館1階新聞コーナーにあります。  
毎日新聞縮刷版→南台図書館1階カウンター横にあります。



## 3. 関連機関のご案内

### ・中野区保健所

ペットに関する手続き案内

〒164-0001

住所 東京都中野区中野 2-17-4

電話 03-3382-6661

\* 窓口受付時間：月曜日から金曜日までの午前 8 時 30 分から午後 5 時までです。

休業日は、土曜日、日曜日、祝日、年末年始(12月29日から1月3日まで)です。

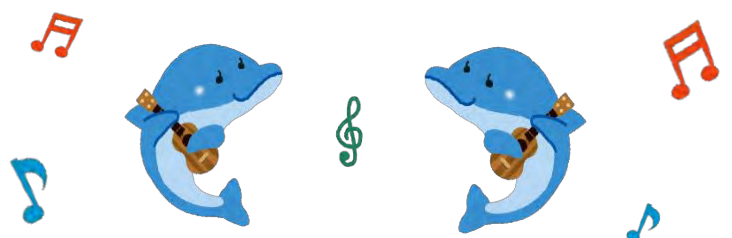
### ・NPO 法人日本アニマルセラピー協会

〒242-0021

住所 神奈川県大和市中央 4-6-27 伴ビル 1-A

電話 046-263-1782

HP <http://animal-t.or.jp/>



# 南台図書館からのお知らせ

## 秋のおたのしみ袋

10月14日(土) 15日(日)  
午前9時～午後8時

秋もやります！  
好きなテーマの袋  
を選んでね♪

南台図書館は蔵書点検のため  
**10月17日(火)～19日(木)**  
まで休館します

蔵書点検では、当館所蔵の図書や視聴覚資料の登録データと実物のデータに違いがないか、1点ずつ照らし合わせる作業を行います。また同時に、書架の清掃や調整なども行います。

この期間中は、通常のサービスは利用出来ませんが、ブックポストへの図書の返却は可能です。(視聴覚資料や、他の自治体から借用した資料のブックポストへの返却はできません。)

上高田図書館も同時期に休館します。南台、上高田以外の地域図書館5館と、中央図書館は通常通り開館しておりますので、そちらをご利用下さい。

利用者の皆様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。