

第1章 犬がくれる幸せ

今や日本全国の、3世帯に1世帯がペットと暮らしている時代です。

中でも犬は、飼い主の心を癒す家族、仲間、友だち。

大きな存在です。そんな犬とともに暮らす幸せについて、考えてみましょう。

ストレス社会に生きる人の心と体を癒す

現代人の生活は、さまざまにストレスに満ちています。ところが犬を飼っている人たちの多くが、外でつらいことがあっても、帰宅して犬を抱いたり、なでたりしているとき、気持ちが和らぐと言います。また、夜遅く、何時になっても、飼い主の帰宅を喜んで迎えてくれるのが犬です。

犬は飼い主のストレスや孤独感を軽減し、心を癒してくれます。そして面倒を見なければならぬこと、守ってあげるべき存在であることが、責任感や自信につながっていき、時には新しい生きがいにもなるのです。

さらに最近、注目されているのが犬のセラピー効果です。ペットの犬にふれると、血圧が下がり、心拍数が安定するというデータが数多く報告されています。犬とともに暮らすことは、それだけで飼い主の心と体の健康に大いに役立っている

のです。

ではなぜ、犬にはこうした癒しの能力があるのでしょうか。

犬は群れを作って暮らす動物です。そこには必ず仲間を統率するリーダーがいて、リーダーの心の動きが、群れ全体に共有されるといいます。人とともに暮らすようになった現代の犬たちにとって、群れの仲間が人間の家族。リーダーは飼い主です。飼い主の喜びが犬の喜びとなり、無条件に愛情を向けてくれる。他人と比べて不満を言うこともありません。そのことに、人は癒されると考えられています。

人と仕事をするのが犬の喜び

犬の能力は科学的に検証され、高い評価を受けています。もともと犬には、牧畜犬や山岳・海難救助犬、ソリ犬、盲導犬といった狩猟以外のさまざまな仕事をさせる使役犬、作業犬として人とと