

gakugei@nnn.co.jp

ドッグトレーナーに聞く 犬のしつけ方

心に着目し、向き合って

観察と試行錯誤の繰り返し

教える達人！くらしUP術

も活用していました。モデルさんの装いが決まらないとき、この私物のコンバースが決め手となったことが多々あります。

例えば、ブルーの濃淡で合わせた7分袖のVネックセーターとインナーのタンクトップ、ボトム

欠かせ



「何か物足りない」と感じたときの決め手は、コンバースのスニーカー。若々しい印象に

脇役。高級ブランドも一インターネットを楽しむことが大切に。まずまず自分流のしているくらいです。コーディネートに磨きをかける時代は終わりました。エレガントなワンピースにはヒールのシューインナーズ、といった固定観念はもうやめましょう。そし

(水曜日掲載)

新型コロナウイルス禍で在宅時間が増え、犬を飼い始める人が増える一方、「しつけが大変」などの理由で手放す人は少なくない。「しつけ」するには、本来は犬とのコミュニケーションが不可欠のはず。「飼い主も犬から学ぶ」ことを提唱する「ヒューマン・ドッグ トレーナー」の須崎太さんに、犬と良い関係を結ぶコツを聞いた。

「しつけ」とは。「人間社会で共に暮らすためのルールを犬と共有することです。だから時々の社会や文化で変わる。例えば僕がドッグトレーニングを学んだカナダは一部オフ



みんなでお散歩。ペースを合わせて歩くのも重要なトレーニング。横断歩道が赤信号だと、座って待つように指示を出す

リード(手綱無し)が認められている。そういう国では、一番大事なコマンド(指示)は『呼び戻し』。オフリードが認められていない日本ではこのコマンドが必要になる場面は非常に少ない。日本の飼い主の多くが「自分の犬をよく見るこ

「例えばしつけの本などには『帰宅した飼い主にほえる場合は、犬を無視しましょう』などと書かれていることがあります。飼い主が反応しないことで犬に諦めさせるのが目的と思われるのですが、犬によっては『気が付いてよ!』とほえ続けることもある。犬の行動は個々の性格によります。しつけ本を参考にしつつ、目の前の犬を見て、向き合っ

「問題」で、犬は飼い主を困らせようとは思っていません。もっと犬の心に着目してほしいのです。具体的には。「例えばしつけの本などには『帰宅した飼い主にほえる場合は、犬を無視しまし

嗅覚を刺激して楽しく

犬との関係づくりのために須崎大さんが取り入れているのが、犬の嗅覚を刺激する「セントトレーニング」だ。災害救助犬や麻薬・爆弾の探知犬などの活躍で知られる通り、犬の嗅覚は人間の100万倍とも言われる。嗅覚を使う仕事をさせることは犬の脳を活性化させ、精神的な安定ももたらすという。セントトレーニングは、その効用を家庭犬に応用したものだ。最も簡単な「初心犬」向けの方法を須崎さんに教えてもらっ

た。①小さなおやつを準備する。ドッグフードの粒などでもよい②おやつの上から紙コップを伏せて置き、「待て」の指示を出す③手で合図を出しながら「サーチ(探せ)」と声を掛ける④おやつを見つけたら褒める⑤慣れてきたら紙コップを増やし、どれに入っているか、においを頼りに探させる。須崎さんは「大好きな行動に飼い主が関わることは犬には大きな喜び。愛着が強まります。子どもが、自分の得意なスポーツを親と一緒にやってくれると喜びのと似ています」と話している。



セントトレーニング入門編。ガラス瓶(紙コップでも可)をおやつの上にかぶせ、おやつを探させる(上)。かき当てた瓶を前足で倒しておやつを取り出す(下)

「この人は信頼できる」と一く過ごすかな」という情緒に「楽しい」と思われ、持ちで向き合ってほしいこと。子(犬)とどうやって楽しむか。(月1回掲載)

住宅のトラブルに関する

弁護士と住みいるダイヤルが連携して実施

鳥取県弁護士会

弁護士と建築士による

専門家相談

原則無料

& 紛争

専門家相談とは?

ペ井

松

くらし

教えて！達人 くらし Up 術

随時掲載

犬のしつけ

新型コロナウイルス禍で在宅時間が増え、犬を飼い始める人が増える一方、しつけが大変などの理由で手放す人は少なくない。「しつけ」には、本来は犬とのコミュニケーションが不可欠のはず。「飼い主も犬から学ぶ」ことを提唱する「ヒューマン・ドッグトレーナー」の須崎大さんに、犬と良い関係を結ぶコツを聞いた。

「しつけ」とは。

「人間社会で共に暮らすためのルールを犬と共有することです。だから時々の社会や文化で変わる。例えば僕がドッグトレーナーを学んだカナダは一部オフリード(手綱無し)が認められている。そういう国では、一番大事なコマンド(指示)は『呼び戻し』。オフリードが認められていない日本でこのコマンドが必要になる場面は非常に少ない。日本の飼い主



7匹の犬が1列に並びワンフントレイン。「目的は犬の社会性を育てること。犬には近過ぎる距離感をちよつとだけ我慢して並ぶことで、他者(犬)を受け入れる練習と須崎さん

心に着目 常に観察



「犬との暮らしは自分を知らないと、自分の対話。まずは自分の犬をよく見てあげて」と話す須崎大さん(東京都港区の「ドッグシップ」)

「多くの望むのは『待て』です。ほえず興奮せずに待てれば『いい子』でも興奮しないいい子」が、欧州で狩猟目的に飼われた場合、あまり役に立たないでしょう。つまり基準になるのは国や文化の違いで、犬の問題ではないのです」

「ルールを犬が理解できるよう、飼い主が最初にするべきこと」

「自分の犬をよく見ることで

「問題行動はほとんどの場合、人間にとつての『問題』で、犬は飼い主を困らせようとは決して思っていない。もつと犬の心に着目してほしいのです」

「具体的には。

「例えばしつけの本などには『帰宅した飼い主にほえる場合は、犬を無視しましょう』など書かれていることがあります。飼い主が反応しないことで犬に諦めさせるのが目的と思われがちですが、

犬によつては『気付いてよー』とほえ続けることもある。犬の行動は個体の性格によります。しつけ本を参考にしつつ、目の前の犬を見て、向き合つて、試行錯誤を繰り返してほしいと思います」

「(褒美)おやつは使いますか。」

「おやつは飼い主の魅力を上げるためのツールです。上手に使つてワクワク感を上げると関係構築が容易になります」

「関係づくりは人間同士にも通じますね。」

「そう思います。常に相手(犬)を観察し、その過程も楽しむのが重要だと思います。飼い主に『どうしたら言うことを聞かせられますか』とよく尋ねられますが、人間で考えますとよく分かる。言うことを聞かせられるはずはないのです。この人は信頼できる『一緒にいると楽しい』と思われよう、飼い主も『この子(犬)とどうやって楽しく過ごそうかな』という気持ちで向き合つてほしいと思います」

セントレインニングの勧め

犬との関係づくりのため、須崎大さんが取り入れているのが、犬の嗅覚を刺激する「セントレインニング」だ。

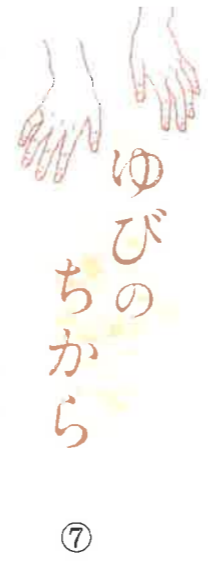
災害救助犬や麻薬・爆弾の探知犬などの活躍で知られる通り、犬の嗅覚は人間

の100万倍とも言われる。嗅覚を使う仕事をさせること、は犬の脳を活性化させ、精神的安定をもたらすという。セントレインニングは、その効用を家庭犬に応用したものだ。

最も簡単な「初心犬」向

けの方法を須崎さんに教えてもらった。①小さなおやつを準備する。ドッグフーツの上から紙コップを伏せ置き、「待て」の指示を出し、②手で合図を出しながら「サーチ(探せ)」と声を掛け、③おやつを見つけたら褒める④慣れてきたら紙コップを増やし、どれに入っ

「須崎さんは「大好きな行動に飼い主が関わることは犬には大きな喜び。愛着が強まります。子どもが、自分の得意なスポーツを親と一緒にやってくると喜ぶのと似ています」と話している。



高橋 雄輔

療を受けている場合は、主治医に相談の上で行ってください。

まず床に座り、指圧をする方の脚の膝を軽く

膝蓋骨の周囲を親指で

日本指圧専門学校 教務課長

＝火曜日掲載

く曲げます。左右の手の親指以外の4本の指は、膝の裏側に回して脚を支えます。左右の親指は、その先端が互いに接するように近づけて膝蓋骨の周囲を押します。

指圧点は6点あります。指圧は、押す順番によつて効果が変わるものではないです。押して

すい所から始めてください。1点当たり3秒が目安です。これを3回繰り返しましょう。

次に膝の裏側を触ってみてください。中央部がくぼんでいるのが分かると思います。これを膝窩といいますが、その両脇を触ると、ぴんと張った腱も触知できるでしょう。また、

この膝の裏側のくぼみを、左右の人さし指と中指、薬指をそろえて押します。主に中指の指紋がある部分で押すと良いでしょう。親指は膝の上に置き、こちらも1回当たり3秒です。3回繰り返してください。

軍手を雑巾に拭き掃除

ちよつとした隙間などの掃除は面倒ですね。軍手をはめて拭き掃除に活用してはいかがでしょうか。

ゴム手袋を着け、その上に軍手を重ねれば手が汚れません。パソンのキーボードやコード、ブラインドなどは、なるべく触ってほこりを取り除きます。カーテンレールなどの高い場所、本棚の隙間、シンクの蛇口周りなどの狭い場所は、指が届けば細かい動きで拭くことができます。洗いなから繰り返し使えます。

階段は片方で水拭き、もう片方から拭きと使い分ければ効率的。軍手の画面を使い古した後は、ブラシが届きにくい便器の裏を、洗剤を染み込ませた軍手できれいにする活用もあります。

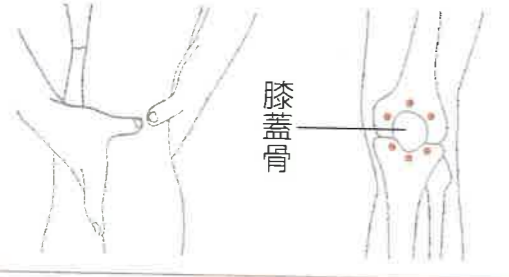
膝の痛みにも効果的

膝が痛くなる原因は、加齢による変形性膝関節症や関節リウマチ、外傷などさまざまです。膝のお皿(膝蓋骨)周辺には骨と骨の連結部を包む関節包が広がっています。痛みを感じる場所は症状によつて異なりますが、関節包の内側は知覚神経が分布しているため、痛みを感じやすい構造になっています。

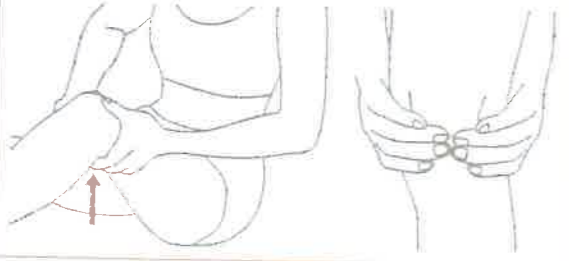
今回は膝の痛みに効果的な膝蓋骨周辺部の指圧です。1人でできますが、注意点があります。膝を触つて熱感があったり、痛みがとて強かったりするときは、指圧を控えてください。また、関節リウマチや痛風などの治

膝の痛みにも効く指圧

① 左右の親指を近づけて、膝蓋骨の周囲を6点押す



② 左右の人さし指と中指、薬指をそろえて、膝の裏側のくぼみを押す



治療を受けている場合は、指圧をする前に主治医に相談しましょう

