



「先生、Tです。ご無沙汰しております。背中の方から突然声をかけられ驚いた。私の自宅の近くに豪邸を構えているT先生が土曜日の早い時間から、犬2匹をつれて散歩をされている姿に2度驚いた。「身体を鍛えなくちゃ」。犬を連れだつての散歩とは裏腹に、今ひとつ盛り上がり欠ける弱々しい話しぶりであった。日頃の生活が身体に染みついている、土曜日もウイークデイと同じように午前6時半に目が覚めて、マッサージチェアーで15分間、2回ほど、全身マッサージを行って、7時過ぎに朝刊を取りに行つて玄関のド

## 《こ掘れワンワン》 成年を迎えて

### ―癒しと適量の運動の相乗効果―

情報広報部 橋本 洋一

Aから家に入ろうとした時にT先生から声をかけられたのだ。久しぶりの再会ということもあって、少し悪戯心が働いて、「先生、そんなゆつくりとした犬との散歩では身体を鍛えたことにはなりませんよ」と静寂な土曜日の早朝に私のがなり声が響き渡った。「先生、もっと早く歩かなくちゃ」。追い打ちをかける私の声に「そんなことをしちゃ死んでしまいますよ」と悲鳴をあげるT先生。T先生はちやうど私の10歳年上で「そんな無理はできない」としきりに強調されていたが、かつて1年に50回もの講演をされていると自慢

されていた時もあったのだが。

しかし、T先生の行動からみて、犬と散歩することに健康な身体を維持し少しでも長生きしようと、今回の散歩を思い立ったに違いなかった。その時はあまり真剣に考えなかったが、たまたま犬にまつわる出来事に遭遇した。

函館に出張した際に購入した地元紙に《飼い主募集》の記事が載っているのが目に入った。賢そうな犬の写真の下に「推定4歳のボーダーコリー犬。毛色は茶白の中型のメス。詳細は渡島保健所〇〇課の△△さんへ」との説明が書かれていた。戸惑うことなく保健所に電話を入れると、飼い主が高齢で飼うことができなくなつたため、飼い主募集をすることになり、午前中に一組のご夫婦が来られ、数日間考えさせてほしいとのことだった。飼う人が現れない場合、殺処分されるのか聞いたところ、動物愛護の見地から、殺処分はしないようにしているとのことだった。『そのご夫婦が飼いたいと言われた場合どうしますか?』『今まで、函館に住んでいたのだから、そのご夫婦が飼われたい場合、連絡を下さい。その際は私が引き取りますから』。犬に対する思いが先行した言葉であった。

3日後に保健所から電話を戴いた。『ご夫婦に飼っていただくことになりました。また、飼い主募集があると思いますので、登録をお願いできませんでしょうか?』『わかりまし

た。登録させていた、たきます』重い責任がズシンと両肩に感じたが、残された人生を愛犬と共に歩むのも決して悪くはないと思われた。全国紙のY新聞の《人生案内》の欄に、15年近く飼っていた愛犬が相次いで亡くなり、悲嘆に暮れ体調を崩された60代後半女性の話が載っていた。高齢社会を迎え、とても他人事とは思えなかった。飼い主の高齢化に対応すべく、飼い主を引き受ける【生命のバトン】を恒常化する必要があるだろう。

ペットフード協会の平成25年度全国犬・猫飼育実態調査によると、猫の飼い主よりも犬の飼い主に「健康的になった」「運動不足を感じなくなつた」と解答する人が多いという愛猫家の故向田邦子さんや庄司薫氏が聞いたら怒られそうな結果がある。また、《人と動物の関係学ポケットブック》には「人と犬が前向きに関わり合いを持つているときに、幸せホルモン オキシトシン濃度が最高値を示す」との記載がある。オキシトシンがストレスホルモン コルチゾールを抑制する効果があるといわれ、65万人を10年間調査したハーバード大学の研究によると、1日43分の早足ウォーキングで4.2年寿命が延びるとの結果がでている。有意な健康寿命の延伸を実現するためには、ストレス解消(癒し)と適量の運動効果の相乗効果が不可欠なのだ。

日本昔話の『花咲か爺さん』のポチの《こ掘れワンワン》の言葉を受けて、地中に埋まっている【健康寿命の延伸】という宝物を得ることができるかもしれない。最高の共生パートナーである戌の年の幕が今開こうとしている。おめでとうございます。ワンワン。