

アニマルセラピー¹⁾としての“イルカ療法”

—イルカとのふれあいを通じて—

門多 真弥 (本学大学院 博士後期課程)
森阪 匡通 (京都大学 野生動物研究センター 東海大学 創造科学技術研究機構)
亀崎 直樹 (神戸市立須磨海浜水族園 園長 東京大学大学院 農学生命科学研究科 客員教授)
大矢 大 (本学教授)

はじめに

イルカを介在動物としたアニマルセラピーに関する研究を行う上で「野生のイルカ」と「飼育下のイルカ」の両者を比較・検討した考察は必要不可欠なものであると言える。そこで、筆者自身が「野生のイルカ」と「飼育下のイルカ」とふれあった体験を、京都大学野生動物研究センターの協力のもと報告する。

人と動物の関係

我々人類は、動物と共に歴史を歩んできた。人はおよそ一万年前から動物の飼育を生活に取り入れており、その長さを鑑みても、人と動物の両者の関係が非常に深いものであることは想像に難くない。その歴史の中で、動物たちは、獲物・家畜・害獣・伴侶・信仰の対象と、我々の生活の中で様々な役割を果たしてきた。中でも、愛玩動物の存在は人に大きな影響を与えてきた。その存在は、すでに古代・エジプト時代の壁画などから確認できており、そこから現代にいたるまで、彼らは人とともに歴史を歩んできた。

そのように時代が進む中で、動物が人の心の治療に役立つのではないかと、という考えが芽生えた。18世紀を過ぎた頃にはその考えが明確となり、英国の精神病院で患者に動物の飼育をさせることで、自制心を身につけさせようとするプログラムなどが生まれる。しかし、実証的な

論文は長い間発表されず世評のようなかたちで語り継がれるのみで、決め手に欠ける状況が続いていた。その後、動物を介在させた人の治療における効果についてきちんと検討する様になったのは、ごく最近の事である。

その第一人者となったのは、アメリカの臨床心理学者だったLevinson (1969) である。彼は、引きこもりの子どもの治療の場に偶然居合わせた彼の愛犬が、クライアントがLevinsonとの面接では語ることのなかった内なる言葉を引き出し、治療効果を高める力を持つことを発見した。そうして彼は、心理臨床の中で動物を介在させることの有用性を唱えるようになった。それをはじめりとして、現在まで、人の“心”と動物の関係について、様々な研究が行われることとなった。

動物介在療法 (AAT)・動物介在活動 (AAA)

心理臨床の現場で動物を用いる大きな目的は「動物を参加させて、セラピーをよりよい方向に導く」(横山, 1996) ことであると言われる。この「よりよい方向」には2つの意味があるとされ、一つは、動物の存在自体がクライアントに働きかけその治療を促進する側面であり、もう一つは、動物の存在がセラピストの行うセラピーを援助し効果を促進する側面だと言う (Pavlidis, 2009)。先のLevinson (1969) は、心理臨床の現場での動物の役割は常に同じものではなく、次第に変化するものであると定義している。つま

1) 本稿でいう「アニマルセラピー」は、動物介在療法 (AAT)・動物介在活動 (AAA) を示す。

り、治療の初期では、動物はクライアントとの関係を築きセラピストがその補助役にまわるが、最終的には、動物がその位置をセラピストに譲りクライアントとセラピストの関係の補助役にまわる、と言うのである。これらの人と動物の関係を考える上で忘れてはならないことは、「動物」と、「人」と「人」の関係である。「動物」が介在物（中継地点）として関わることで、「人」と「人」の関係をより円滑にすることができる。つまり、「人」と「動物」と「人」の三者関係で考えなくてはならない。人と動物の単純な二者関係だけでは起こりえない複雑な事象が、そこには存在している。

このように心理療法の中で動物を参加させるうで、アプローチは主に、AAT（animal assisted therapy）と、AAA（animal assisted activity）の二つに分けられる。AATは、人と人との治療的な関わりの中に、動物の介在を用いる手法である。我が国では「動物介在療法」と呼ばれている。このアプローチ法には、ゴールを見据えたプロセスが必須であるとされる。一方のAAAは、人と動物の絆を利用して、対象人物の生活の質の向上を目的としている。我が国では「動物介在活動」と呼ばれている。AATと比較すると、治療的な側面は少なく、ゴールなどを設定せず動物とのふれあいなどを中心とした活動とされる。

しかしながら、我が国では、いまだAATとAAAの区別が曖昧な状況で、これらの二つの方法を総称して「アニマルセラピー」と表記することも多い。この「アニマルセラピー」は、実のところほとんどが治療的側面を伴わない動物と人がふれあう活動であることが多い。また、それらの多くが「動物と人がふれあうことで人の問題が治療できる」という認識をされており、先に述べた「人」―「動物」―「人」の三者関係の存在が忘れられた、本質とは異なる理解がとなっている。今後、AATおよびAAAについて、明確な周知が必要とされている。

アニマルセラピーにおける動物たち

アニマルセラピーは、その名の通り、動物の

存在なくしては成り立たない。多くの先行研究では、アニマルセラピーにおける「動物」として、我々の生活に身近な家畜動物やペット（愛玩）動物を用いている。実際、イヌ・ウサギ・観賞魚などの介在動物として用いた研究は多数発表されている。たとえば、定期的に動物を飼育することで、引きこもりや不登校等の不適応行動が解消された児童・生徒の事例研究（飯田ら、2008）や、認知症高齢者にイヌを用いたAAAを施行し高齢者たちの活動量が増加しストレスを軽減させた事例（太湯、小林ら、2008）などがある。他にも、心理面接の場にウサギを介在させることで、被面接者がより自己開示をしやすくなることを示した実験研究（Rosabelle, 2008）などが発表されている。

また、上記のような小動物たちだけではなく、大型動物たちも、アニマルセラピーの世界で活躍している。代表的なものは馬である。馬は、古くはギリシア・ローマ神話の時代から治療能力をもつ存在として語られてきた。17世紀には、痛風治療のために乗馬を推奨する動きが始まっている。17～18世紀の間、馬の治療力は大きな注目を集め、痛風だけではなく、結核、神経麻痺など、多くの病気に有用であると伝えられてきた。20世紀に入り馬の治療効果を実証的に検討する動きが始まると、「乗馬療法」という言葉が生まれる。乗馬療法は、参加する人物の心の側面だけではなく、身体面や社会性に働きかけると言われている（岩本・福井、2001）。それは、単に馬が介在動物として用いられるだけではなく、乗馬、つまりスポーツのツールとしての側面を持ち合わせている事に起因する。馬は、人に対して介在動物としてだけではなく、身体訓練のツールとして働きかけることができる。これは、心だけでなく身体の機能も向上させる。また、スポーツは人と人とのつながりも必要とするため、乗馬療法には大きな注目が注がれている（Bertori, 1991）。この様に、大型動物には、人間の体全体を包み込む大きな身体があるために、小型動物に比べよりダイナミックな活動を可能とする力があると言える。

このように、アニマルセラピーの領域では、

様々な動物たちが、それぞれの特色を生かして介在動物としての役割を果たしている。

イルカを介在動物としたアニマルセラピー

上記のように、アニマルセラピーの領域で大型動物の介在が注目されてゆく中で、近年、特に注目を浴びている存在が、イルカである。イルカは、よく「知能の高い、賢い」動物として取り上げられる。果たして、彼らがどの程度の知能を持っているかは不明であるが、イルカ同士の独自の文化形成や、コミュニティ形成の様子、遊びと言う生活本能から離れた行動が多々見られることから、彼らがかなりの知能を持ち合わせていることは明確であろう。また、捕鯨反対団体がイルカたちの殺処分にも異議を唱えて日夜過激な抗議行動を行っていることなどからも、イルカと言う動物が人に特別なイメージを与えていることは明確であるだろう。

しかしながら、アニマルセラピーのなかでのイルカの歴史はまだ浅い。イルカを用いたアニマルセラピーは、1978年に、アメリカの心理学者、Smithが心身発達障害児にイルカとのセッションの場を設けたことに端を発する。Smithは、この活動を「Dolphin・Assisted・Therapy（略してDAT）」と名付け、アニマルセラピーの世界に新しいジャンルとして一石を投じた。

イルカが介在するアニマルセラピーは、その地域の物的・人的な資源にそってプログラムを組み立てるため、その内容は非常に多彩である。そのなかで共通した特徴としては、①介在動物としてイルカを用いること。②「イルカ」という生き物の効果（自閉症児の発声頻度の増加やアイコンタクトの増加、注意継続時間の増加など）があること。それに加え、③海・水に触れることでアクアセラピーの要素を併せ持つこと、が挙げられる（辻井、2003）。このDATは、主に障害を抱えた子どもたちを対象として行われている。アメリカをはじめとする欧米では、自閉症やダウン症などを抱えた子どもの言語トレーニングでイルカを介在させることによって理学療法よりも高い目標達成率を見出した事例（Nathanson, 1998）や、知的・精神的障害を

抱えた子どもに対するDATプログラムの検討（Hoagland, 2012）といった研究が行われている。我が国でも、四国や沖縄県など、イルカを多く見ることが出来る沿岸の街の施設や、街中の水族館などを中心に、イルカを介在動物とした研究が進められており、自閉症と知的障害を抱えた少年に対するDAT活動を経てその少年のイルカへのアプローチが増加した事例（前田ら、2009）等が発表されている。

国内外問わず、イルカを介在動物とした研究の対象は、自閉症やダウン症などの人物であることが多い。これは、おそらく第一人者であるSmith（1989）が、自閉症児を対象に活動を始めたことが大きい。そのため、健常者についてのイルカの心理的効果は非常に少なく、Akiyama（2004）のイルカを介在動物とし老人を対象に記憶継続時間の増加などを検討した研究などがあるものの、現段階では実証研究はまだ少ない状態である。そのため、健常者がイルカとふれあう際にどのような効果があるのか、一般的な考察がなされていない。しかし、イルカの介在動物としての効果は自閉症を抱えている人だけではなく、健常者を含む多くの人にもたらされる可能性があると考えられる。

イルカを介在動物とすることへのさらなる研究が求められる一方で、それに反対する立場もある。Smith（1989）は、DATの研究をすすめて行くうちに、水族園などで展示・飼育されているイルカたちの存在を否定する立場をとることになった。彼女は、ショーなどで活躍する姿を「アミューズメント（Amusement）ではなく、アビューズメント（Abusement）下にある」と評し、アビューズメント下にあるイルカたちとのふれあいは、いかなる観点からみても、それらは「セラピーと呼べるものではない」と主張し、この領域の研究の進展に対して問題を提起している。実際、彼女はこのような飼育下のイルカを用いたアニマルセラピーには限界があるとし、自然セラピーや環境セラピーという自然に住むイルカとの交流を重視した、別の視点を取り入れたアプローチを提唱している。しかしながら、この飼育下のイルカを介在動物とする

動きに対する否定的な見解は、Smithが、自身の経験に基づいて述べているに留まり、実証的な研究は存在せず、「野生イルカが飼育されたイルカより、どのような点で効果があるのか根拠はまだ明らかにされていない。そのため、さらなる研究が必要である」(辻井, 2003)という指摘もある。

実際に、我が国のイルカ事情を考えてみると、国内で野生のイルカに出会うことのできる場所は非常に少なく、セラピーを行うに適した環境を探すことは非常に難しい。そこで、アニマルセラピーを行うには、Smithが否定する、人間の飼育下に置かれているイルカに頼らざるを得ない。Smithの主張の一方で、Levinson (1969)は「いかなる動物も癒しの効果を持つ」と述べている。この言葉には、人に飼育されている動物たちにも、セラピーにおいて介在動物となる力は備わっているという可能性を示している。

野生のイルカと飼育下のイルカについて

野生と飼育下、双方の環境にあるイルカとふれあったとき、両者のどこに違いがあるのか。実際にそれぞれの現場に赴き、まず、“体験”をすることで、比較検討することにした。

野生のイルカ

今回、野生のイルカとふれあうため、国内の東京都・伊豆諸島にある御蔵島(東京都御蔵島村)へと足を運んだ。総面積20.58km²の小さな離島であるが、島の周辺には130~150頭ほどの野生のミナミハンドウイルカが生息している。人は、彼らの生活を脅かさない程度にその姿を観察できる。島ではミナミハンドウイルカの研究も行われており、例年、観光客だけではなく、多くの研究者が足を運んでいる。イルカとの基本的なふれあいの方法は、ダイビングである。島に在籍する何艘かのイルカウォッチング船に乗り沖に出て、ガイドを務めるダイバーの指示のもと海中に入りイルカの見学を行う。基本は水中での活動となる。準備・移動・着水とさまざまな作業が必要とされるため、イルカとのふ

れあいは1回2時間ほどかかり、それには体力が求められる。また、水中で動くためのある程度の技術・スタミナも欠かせない。

実際、筆者が現場に向かった際、水中でイルカとふれあうために多くの苦労をした。まず海に体になれるように訓練をしなくてはならない。水中で動くことが得意ではないと、その点からつまずいてしまう。また、船での移動を行うために、ある程度乗り物に対する耐性も持ち合わせていなくてはならない。しかしながら、実際に野生の中で生活するイルカたちの姿を見ることは、非常に貴重な体験である。このフィールドでは、人・イルカ双方の安全のため、酸素ボンベ等の着用も禁止されており、更にイルカに直接触れることは禁止されている。

しかし、イルカに直接触れることができずとも、泳ぎながら自分の眼前まで迫ってくるイルカと目を合わせ、仲間同士で遊びながら泳ぐイルカを眺め、イルカたちの実際の“声”を水中で自らの耳で聞くという体験は、このフィールドでしか得ることができないものであろう。イルカの“生きた”姿を目の当たりにすると同時に、海という場所でダイナミックな体験が出来る、非常に価値のある場であるといえる。

飼育下のイルカ

続いて、人の飼育下にあるイルカとのふれあいを考える。フィールドは、現在、DATプログラムの検討とマニュアル作成のために共同で研究を行っている神戸市立須磨海浜水族園(兵庫県神戸市)である。本水族園では、イルカとのふれあいのコーナーを常設している。イルカのプールの脇に人が通れる通路を作り、その通路に人が立ち、プール内に手を伸ばすことで直接イルカに触れることができる。一日に数回行われるイベントには、数百円の参加料を払うことで参加できる。

この飼育下のイルカとのふれあいは水族園という日常的に向かえる場で行えるため、先の野生のイルカとのふれあいと比べると、非常に手軽に、イルカトレーナーの指導の元、イルカに直接触れることができる。日常的に出向ける場

所で、間近でイルカを見ることができ、そのイルカと目を合わせ、その身体に直接触れ、感觸を楽しむことができるという体験は非常に貴重である。しかしながら、難点としては、サービスの一環であるために、一人でじっくりと楽しむことができず、他者（多くの場合では大人数）と一緒にふれあうことが大半で、じっくりとその時間を味わえない点が上げられる。

「セラピー」をふまえた両者の相違点・共通点

このように、「野生のイルカ」と「飼育下のイルカ」とのふれあいには、それぞれで特徴が見られる。では、これらで異なること、共通することには、どのような点があるのだろうか。

まず、これら2つの環境におけるイルカとのふれあいの違いについて考える。この2つの大きな違いは、「手間」であると言える。

野生のイルカとふれあうためには、まずフィールドに向かい、ダイビングの準備を行い、実際に船に乗り沖へ出てイルカを探し、海に入る、というプロセスが必要とされる。苦勞が多い分、そこから得られる体験はひとしおであるが、多くの「手間」を要することは否めない。これでは、多くの人がこのフィールドでイルカとふれあうことは難しいであろう。

一方、飼育下のイルカは「手間」はほとんど必要としない。水族園に向かい、一定の手順を踏めばすぐにイルカとふれあえる。多くの人が日常的に利用でき、非常に門戸の開かれたフィールドであると言えよう。しかしながら、簡単に体験ができるがゆえに、「流れ作業」的な体験になりがちで、充実感を得られないかもしれない。当然のことであるが、どちらのフィールドにも、長所と短所が存在する。

では、これらのイルカとのふれあいに共通する部分は何であろうか。それは、貴重な体験を得ることができる、と言う点であろう。イルカは、われわれ人の生活の中に頻繁に出会える動物ではない。それらの動物と、（手段はどうかあれ）ふれあいの機会を持つという体験は非常に稀なものであり、人の心に強く訴えかけるものである。野生のイルカとの遊泳の体験も、飼

育下のイルカに触った体験のどちらも、それを経験した人物の記憶にしっかりと残り、喜びの要素となる。これは、先に述べた「アニマルセラピー」を構成する大事な要素となり、セラピーを行ううえで力となる。つまり、飼育下のイルカをセラピーで用いるイルカを否定する（Smith, 1989）よりも、いかなる動物も癒しの効果を持つという考え（Levinson, 1969）の方が、より適切であるといえる。

さいごに

現在、アニマルセラピーの中で、イルカを介在動物として用いた活動は、わが国の中で様々な場所で行われている。しかしながら、それらの活動はすべて個別に行われており、共通項を見出すことが難しい。施設の個々の能力に頼ったサービスの提供を続けていては、アニマルセラピーにおける一定の方向性を見出すことは出来ないだろう。

我が国でイルカを介在動物として用いたアニマルセラピーを実施するには、環境の点を考えると、Smith (1989) の否定する飼育下のイルカに頼らざるを得ない。

今後、イルカを介在動物として用いたアニマルセラピーを考える上で重要となるのは、飼育下のイルカの人への心理的効果について検証し、新しく水族館でのイルカ療法（DAT）のマニュアル・プログラムを試案することだと考えられる。海洋であれ水族園であれ、イルカが人に心理的効果を及ぼすことへのデータを集積し、それを検討することが求められる。

今後、倫理的配慮を踏まえて、新たなアニマルセラピーへのアプローチに向けて介在動物としてのイルカの有用性を検証し、水族園という身近な所での活動を形づくってゆきたい。

引用・参考文献

- Bertoti, D.B. (1991). Clinical suggestions : Effect of therapeutic horseback riding on extremity weight bearing in a child with hemiplegic cerebral palsy A case report as an example of clinical research. *Pediatric Physical Therapy* 3,

- 219-222
- 林 義弘 (1999). 検証アニマルセラピー 講談社
- Hoagland, D. (2012). *Breaths That Count: The True Story of a Boy, a Dolphin and Their Remarkable Friendship*. Deena Hoagland
- 岩本隆茂・福井 至 (2001). アニマル・セラピーの理論と実際 培風館
- 門多真弥・亀崎直樹・大矢 大・他 (2013). 水族園来園者のパーソナリティとイルカイメージの検討—Dolphin Assisted Therapy (DAT)・Dolphin Assisted Activity (DAA) への健常者を対象にした基礎研究—. 京都女子大学大学院発達教育学研究科博士後期課程研究紀要 通巻第7号
- 門多真弥・大矢 大・小池若葉他 (2012). 「アニマルセラピー」における動物イメージについて 京都女子大学大学院こころの相談室 心理臨床研究第6号
- 木谷秀勝・宮崎佳代子・石村真理子・西川麻里子・坪崎仁美・市野瀬かの子 (2005). 発達障害児へのイルカ介在療法の展望に関する一考察—JDATと下関市海響館での活動を中心に—教育実践総合センター研究紀要, 19, 127-133
- Levinson BM (1962). The dog as a “co-therapist”. *Mental Hygiene* 179 : 46-59. Find this article online.
- Levinson, B.M. (1969). *Pet-oriented child psychotherapy*. Springfield, IL : Charles C. Thomas, Publisher. (川原隆造訳 (2002). 子どものためのアニマルセラピー 日本評論社)
- Melson, G, F (2001). *Why the Wild Things Are : Animals in the Lives of Children*. HARVARD UNIV PR (横山章光 加藤謙介監訳 (2007). 動物と子どもの関係学—発達心理から見た動物の意味—, 星雲社)
- 御蔵島観光協会 (2010). いるかいなか—御蔵島ミナミハンドウイルカ固体識別帳— 御蔵島観光協会
- Nathanson, D. E. (1998). Long-term effectiveness of dolphin-assisted therapy for children with severe disabilities. *Anthrozoos*, 11 : 22-32
- 小畑恵美子 (2009). イルカ介在療法の可能性を探る—文献的考察を中心に 山口大学教育実践総合センター研究紀要 (28), 115-124
- 小畑恵美子 (2010). 自閉症児へのイルカ介在療法の心理的効果に関する一考察 山口大学教育学部付属教育実践総合センター研究紀要 (30), 121-128
- Pavlidis, M. (2008). *Animal-assisted Interventions for Individuals with Autism*. Jessica Kingsley Publishers (古荘純一・横山章光訳 (2011). 自閉症のある人へのアニマルセラピー 明石書店)
- Rosabelle, D. M. (2008). *Creature comfort : The effect of an animal-assisted intervention on anxiety and self-disclosure among youth exposed to community violence*. Stanford University
- 佐藤克文・森阪匡通 (2013). サボリ上手な動物たち—海の中から新発見! (岩波科学ライブラリー) 岩波書店
- Smith, B. (1989). *Dolphin assisted Therapy* (青木 薫 訳 (1996) イルカ・セラピー) 講談社
- 太湯好子・小林春男・永瀬仁美・生長豊健 (2008). 認知症高齢者に対するイヌによる動物介在療法の有用性 川崎医療福祉学会誌 Vol. 17-2, 353-361
- 辻井正次 (2003). イルカ・セラピー入門—自閉症児のためのイルカ介在療法 プレイン出版
- 若島弘文 (2007). 犬と家族の心理学—ドッグ・セラピー入門— 北樹出版
- 渡辺 聡・前田瑞枝 (2003). イヌとの接触が気分およびイメージに与える影響について—好悪感情という観点からの検討— 千葉大学教育学部研究紀要, 51, 219-223
- 横山章光 (1996). アニマルセラピーとは何か. NHK ブックス 日本放送出版協会

付記

本研究は科学研究費補助金基盤研究(S)「海のこころ、森のこころ—鯨類と霊長類の知性に関する比較認知科学—」(研究代表者: 京都大学霊長類研究所・友永雅己) (課題番号: 23220006) に基づいてなされたものである。