

みんなから
愛される
犬に育てよう

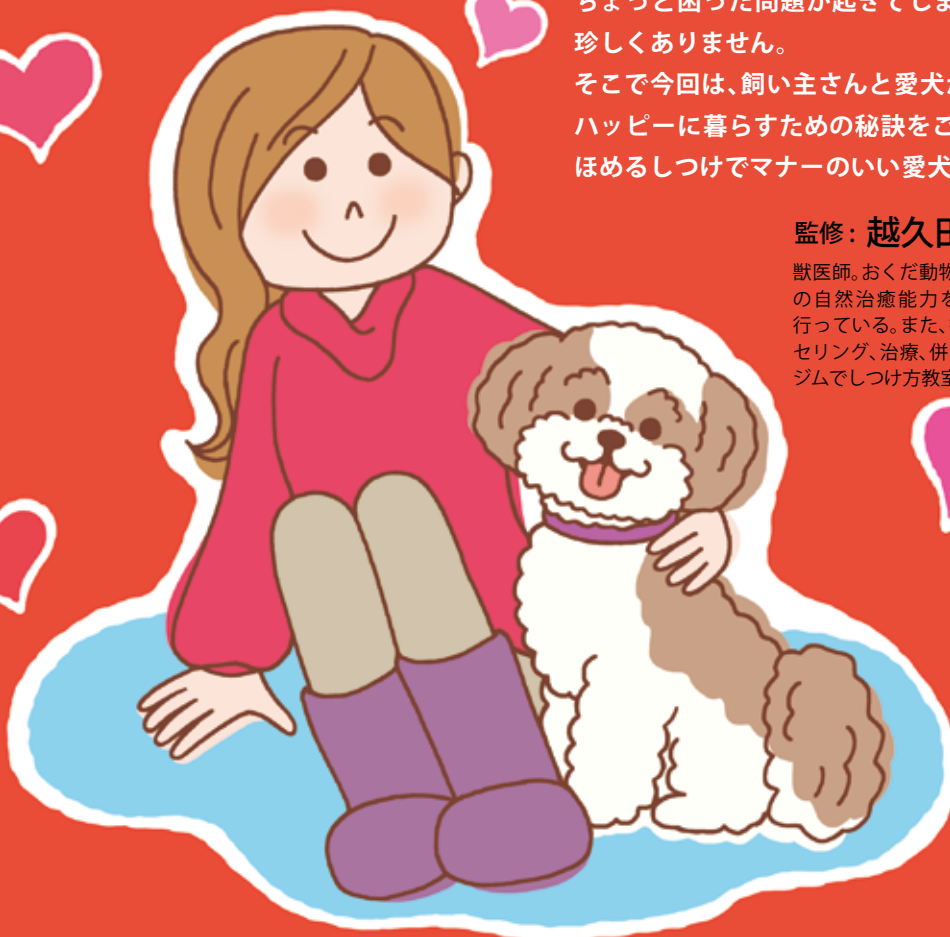
[特集]

ハッピー トレーニング

犬の好きな人なら誰もが愛犬との
楽しい暮らしを夢見ています。
しかし、人と犬は違う動物。
実際に犬と一緒に暮らしていると、
ちょっと困った問題が起きてしまうことも
珍しくありません。
そこで今回は、飼い主さんと愛犬が
ハッピーに暮らすための秘訣をご紹介します。
ほめるしつけでマナーのいい愛犬に育てましょう。

監修：越久田活子

獣医師。おくだ動物病院副院長。動物
の自然治癒能力を重視した治療を
行っている。また、行動問題のカウン
セリング、治療、併設のトレーニング
ジムでしつけ方教室を行っている。



愛犬との理想的な暮らしを実現するために

「犬」という動物を知り、一緒にいてストレスを感じない暮らしを目指す。

愛犬との理想的な暮らしとは？

犬を飼うとき、多くの人はかわいい犬がいつもそばにいてくれる楽しい生活を想像します。

しかし、具体的なイメージを持た



犬と飼い主との理想的な関係は、お互いにストレスがなく一緒にいられること。

ないまま実際に犬と一緒に暮らし始めると、予想以上に吠えたり、家の中をイタズラされたり、トイレの失敗をされたりして、「こんなはずじゃなかったのに」と思ってしまうことも少なくありません。しつこに最初からつまづくと、飼い主さんは犬との暮らしに幻滅してしまうことがあります。

理想的なのは、飼い主さんも犬も、一緒にいてストレスを感じないような関係です。愛犬が無駄吠えやトイレの失敗といった問題を起こさないように、正しくしつけることができれば、飼い主さんも犬もとてもハッピーに暮らすことができます。

愛犬の習性や犬種ごとの性質を知らない問題が起きやすくなる

飼い主さんも犬もお互いがストレスを感じない関係を築くためには、飼い主さんが「犬」という動物の習性や特性、あるいは「犬種」ごとやその犬ごとに異なる性質や特徴などをよく理解し、それに合わせた管理をす

る必要があります。
たとえば、どの犬も散歩や運動は好きですが、中にはとくに多くの運動をさせる必要がある犬もいます。飼い主さんがそういう習性を理解してたっぷり運動させることができればいいのですが、それが難しい場合、犬のストレスが強くなって無駄

吠えなどの問題が生じやすくなり、飼い主さんも毎日が辛くなってしまうかもしれません。
犬を新しく飼うのであれば、犬種ごとの性質や特徴を知り、自分たちの生活に適した犬を選ぶことから始めるのが望ましいのです。

犬はこんな動物です

- こんなことが大好きです（好きなことが十分にできないと、ストレスを感じてしまいます）。
 - ・家族とかかわりを持つこと
 - ・においを嗅ぎながら自由に歩き回ること
 - ・ものをかじること
 - ・地面を掘ること
 - ・運動したり遊んだりすること…など
- 吠えて自分の要求を伝えたり、周囲の異変を教えたりします。
- 寛容で人間やほかの動物と仲良く一緒に暮らすことができます。
- 自分のテリトリーや大好きな家族、おもちゃ、食べものなどを守ろうとします。
- オオカミと異なり、家族の中での上下関係をそれほど意識しません。

子犬を迎えたその日から「社会化」と「トレーニング」に取り組もう。

いろいろな刺激に触れさせる「社会化」が幸せのカギ

愛犬と楽しく暮らすためには、子犬が家に来たその日から「社会化」に取り組ましましょう。社会化とは、人間社会で出会うであろうさまざまな人・動物・もの・音・音・音・音などに子犬の頃から触れさせ、すんなりと受け入れるように慣らすことです。「社会化」は子犬の時期にできるだけ早く始めましょう。大きくなってから急に組み組んでも、警戒心や恐怖心が強く、受け入れるのが難しくなります。ワクチンの接種が済んでいない子犬は、抱いたまま家の外に連れ出していろいろな刺激に触れさせるようにしましょう。

また、「社会化」は慎重に行うことも大切です。急に人ごみに連れていたり、突然大きな犬に会わせたりするとパニック状態に陥って、それがトラウマになり、人間社会に順応することが難しくなります。子犬のときに一度恐い思いをすると、犬はずっと覚えています。恐怖心は極力与えないようにしましょう。

社会性が身についている成犬は、人間社会でストレスなく過ごすことができるようになりますから、幸せに暮らすためには子犬の頃の社会化が何よりも大切です。

トレーニングはほめて行う

社会化と同時に、トイレのトレーニングや、基本的なしつけとして、咬まないことなど、人間社会で暮らしていくために必要なルールやマナーも教えます。

ルールやマナーを教えるときは、良い行動をほめるようにしましょう。叱るだけのしつけは、あえて失敗させたうえで叱る機会を探すようなもので、飼い主さんも犬も楽しくありませんし、叱り方を間違えると犬は恐怖心を抱くだけで、ルールやマナーは身につけません。

それよりも、愛犬が失敗しないように飼い主さんがあらかじめ配慮し、「ほめて教える」ようにします。そのほうが飼い主さんも犬も楽しくトレーニングできますし、成功も早まります。

ほめるしつけハッピートレーニングのポイント

ハッピーなトレーニング

- ①指示する言葉は短くハッキリと示す。
- ②正しい行動をしたら、ほめ言葉と一緒にごほうびとして、おやつや遊びなどを与え、「ほめ言葉」＝「いいことがある」と関連付けて覚えさせる。
- ③ほめられることで愛犬のやる気が出て、しつけもうまいく。



アンハッピーなトレーニング

叱ることは、ほめることよりテクニックが難しく、怖がらせてしまうと犬が萎縮して、飼い主さんとの絆も消えてしまうことがある。感情的に叱っても、言葉がわからない犬はなぜ叱られているのかわからない。効果がない場合は直ちに叱ることをやめ、ほめるしつけに転換することも考えよう。



はじめは、トイレ&クレート トレーニングから

最短確実、ハッピートレーニングのカギを握るトイレ&クレートトレーニングとは。

トイレとクレートに入るトレーニングは、子犬を迎えたその日から始めるのがベストです。

**トイレが上手にできれば
犬の生活がもっと楽しくなる**

子犬を迎えたその瞬間から始めなければならぬのがトイレのトレーニングですが、犬のしつけで最も多くの人が困っているのもトイレのしつけです。このトイレトレーニングが上手にできるかどうかで、その後の愛犬との生活は変わってくるというでしょう。

また、トイレのトレーニングは成果がすぐにあらわれるため、飼い主さんがトレーニングのノウハウを身につけるにも有効です。犬にとっても、上手にできてたくさんほめてもらえれば、飼い主さんとの絆も深まります。

そのためにも、犬を迎えたその日から失敗しないように飼い主さんが気をつけ、愛犬とのよりよい関係を作っていくようにしましょう。

**成功の秘訣は
失敗させないこと**

トイレのトレーニングは成犬になってからでもできますが、最初から失敗させないようにするほうがずっと楽です。

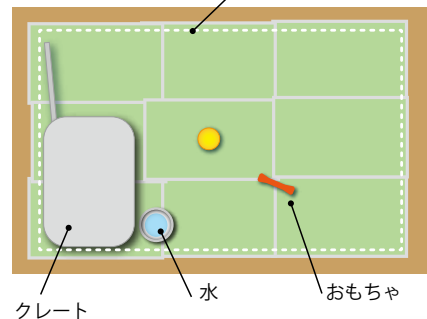
そのためには、できれば最低でも3日間は常に家族の誰かが子犬のそばにいて、トイレをしたそうなそぶりを見せたらすぐにトイレに連れていくようにしましょう。また、トイレシートをあらかじめ全面に敷きつめれば失敗することもありませんし、トイレシートの感触を足の裏に覚えさせるのにも役立ちます。

**プラスαの
トレーニングにも挑戦**

トイレのトレーニングをするときは、「ワンツー、ワンツー」などのトイレを意味する言葉をかけましょう。

トイレとクレートのセッティング例 (留守にするとき/夜間)

- 広めのサークル(またはケージ)の床面全体にトイレシートを敷きつめる。
- クレート(ハウス)はサークルの端に置くほうが犬は安心できる(トイレの場所が決まったら、ハウスはなるべくトイレから離れた場所に)。
- 遊びでひっくり返したりできないような容器に新鮮な水を入れる。
- サークル(またはケージ)の中には、ガムなど、犬が長時間遊べるようなおもちゃも入れておく。



安全な居場所としての クレート

- ベッドよりも、扉を開められるクレートをハウスにするより。クレートの中にはタオルなどを敷き、トイレのトレーニング中や夜は扉を閉め、一定時間ごとに出して遊んでやることを忘れてはいけません。



トイレの言葉を覚えさせると、排泄してほしいときに指示した場所です。トイレができるようになって便利です。また、クレートトレーニングも併

せて行うとよいでしょう。クレートの中で安心して過ごせるようにすると、旅行先や万が一の避難先などでもリラックスすることができます。

トイレ&クレートトレーニング 5つのステップ

①犬を観察してトイレのサインを見逃さない

どんなときでも犬をよく観察してトイレのサインを見逃さないようにしましょう。床のおいを嗅ぎながら、行ったり来たりしたりくるくる回っているような動作が排泄のサイン。ぐっすり寝て起きたあと、食べたり飲んだりしたあと、遊びや運動のあとなどに排泄することが多くなります。とくに前回の排泄から1〜2時間以上たっているときはしっかり観察しましょう。



②トイレに連れていってコマンドをかける

排泄のサインをしたら、トイレシートの上に子犬を連れていき、おいを嗅がせます。おいを嗅いでくるくる回り始めたら、排泄はもうすぐ。「ワンツー、ワンツー」「シーシ」「チッチ」などのトイレを促す言葉をかけながら、静かに見守ります。遊びたがるときは、少し離れて見守りましょう。



③排泄できたらほめる

腰をおろしかけたら、「グッド」「いい子だね」などのほめ言葉とトイレのコマンドを交互にかけながら見守ります。ささやくような声でやさしく声をかけましょう。排泄の最中はそっと見守るだけにして、頭をなでたり大声で大きめにほめたりはしないように。



④ごほうびに遊ぶ

排泄がうまくできたら、おやつを与えてほめましょう。さらに、「遊ぼう」などと声をかけ、サークルから出して少し遊んであげると、トイレをちゃんとしたら遊んでもらえると理解して、トイレを早く済ませるようになります。



⑤遊んだあとはクレートでお休みタイム

子犬の睡眠時間は、1日合計約18時間。トイレが済み、遊んだら、水を飲ませ、クレートに一定の時間(昼間は数時間、夜間は5〜7時間ほどが限度です)入れて休ませましょう。犬が自分からクレートに入るように、中におやつを入れておくといでしょう。



ココがポイント

●①〜⑤を繰り返して失敗をさせない

クレートの中で1〜3時間程度過ごしたら、またトイレに出して排泄を促し、ごほうびと一緒に遊びます。失敗をさせないことが大切で、いつも正しくトイレができるようになったら、トイレシートを1枚だけに減らすようにしていきます、トイレ周囲のサークルも1面だけはずしたりしていきます。

●失敗しても叱らない

粗相は、飼い主がトイレのサインをうっかり見逃したため

ですから、犬を叱ったり騒いだりしないようにしましょう。

●遊びながらしつけよう

トイレのあとは、しつけとスキンシップを兼ねて遊んであげましょう。「オイデ」「オスワリ」「フセ」「マテ」「ツケ」の基本のコマンドも、ほめ言葉とおやつ、おもちゃなどを使って遊びながら教えることができます。また、甘噛みしそうになったらすぐに遊びをやめること、おもちゃを口から離さないときは動きを止めるなどの方法で上手に対処し、叱らないしつけをしましょう。

今からでも遅くない 成犬のハッピートレーニング

叱らないハッピートレーニングは、成犬にも効果があります。あきらめる前に試してみましょう。

叱るしつけから ほめるしつけへ

「愛犬のしつけに失敗した」と思っている飼い主さんは少なくないのではないのでしょうか。そして、「成犬になっただけでしつけ直すのは難しい」とあきらめている飼い主さんも多いと思います。

「犬のしつけ」というと、「悪いことをしたら叱って矯正する」という手法をとっていることが多いと思いますが、実は「叱るしつけ」だけでは犬に正しいことを教えるということはとても難しいのです。

相手は言葉がわからない犬ですから、わずかにタイミングがずれただけで、犬はなぜ叱られているのかかわらず、直らないばかりか、叱られる続けることで飼い主さんを怖がるようになってしまう場合があります。

そこで、「ほめるしつけ」に転換してみよう。ほめるしつけにはいろいろな方法があります。問題行動の原因や、犬の性格・性質などによつ

て効果のあらわれ方は異なりますから、専門家の力を借りて愛犬の行動をよく観察し、工夫してみましょう。

ほめるしつけ① 「犬の要求を満たす」

「吠える」「かじる・破壊する」といった問題行動は、十分に運動をさせるなどの方法で解決できることがあります。もともと犬は吠えたりかじったりする動物ですから、ただ叱つてやめさせるということは難しいのです。それよりも、たくさん走らせたり、かじつてもよいものを与えたりして犬の欲求を満たし、ストレスを解消するほうが効果的です。

運動させることが難しい場合は、宝探しなどのゲームで頭を疲れさせるのもよいでしょう。お散歩サービスなどを利用する方法もあります。

ほめるしつけ② 「問題行動を未然に防ぐ」

「拾い食い」「食糞」などの問題行動は、叱つてやめさせるのではなく、

問題行動そのものを起こさせないことが大切です。散歩中は路上と犬をよく見て、食べ物が落ちていたら名前を呼んで注意をそらす、リードで止めて呼び戻す、排泄したらすぐに片づける、かじられて困るものは犬の近くに置かないなど、飼い主さんが犬の行動の先を読むようにすることが大切です。

ほめるしつけ③ 「正しい行動をほめる」

犬が吠えるという「うるさい」と叱りたくなりますが、それが逆効果になっていることがあります。飼い主さんは叱っているつもりでも、逆に犬はかまってもらっていると感じ、よけいに吠えてしまうのです。

そこで、吠えている間は犬を無視し、声もかけなければ目も合わせないようにし、一瞬でも静かにできたら、優しく声をかけてほめるようにします。吠えずにいられたらおやつを与えたり、散歩に連れ出したりしてほめるといいでしょう。

犬が人に飛びついて困るようなときも、飛びつかれそうになったら後ろを向いて犬を無視し、犬が座ったらほめるようにします。

飼い主さんに愛されたい犬は、いつも飼い主さんのことを見えています。飼い主さんが変われば犬はすぐに気づき、行動も変わってくるでしょう。

専門家の力を 借りるのも一つの方法

どうしても問題行動が解決しない場合は、犬のしつけの専門家の力を借りてみましょう。ただし、犬のしつけを他人まかせにして飼い主さんが何もしないでいるのはよくありません。専門家に犬を預けて一時的によくなくても、すぐに元に戻ってしまうからです。愛犬と一緒に通うしつけ教室などを利用して専門家の知恵や経験を学びながら、飼い主さん自らが愛犬のしつけ直しをすることをおすすめします。

叱るしつけから、ほめるしつけへの転換

●これまでの対応パターン



吠えている犬を叱ると、犬は飼い主さんに相手にしてもらっていると思ってよけいに吠えるようになる。

●これからの対応はこうしよう



犬が吠えているときは、声をかけたり睨んだりせず完全に無視すること。吠えても飼い主さんから無視されていることに気づくと、犬はやがて吠えるのをやめて静かになる。そのときがほめるチャンス。

叱らずに問題を改善するいろいろなアイデア

■吠える

食事や散歩を催促して吠える「要求吠え」を叱つてやめさせることは難しく、上記の対応方法で改善を図る方法の他にも、あえて「吠えろ」を教えるという方法もあります。吠えることが指示できると、指示がない時は吠えてもほめられないため黙っているようになり、静かにすることを同時に教えられます。

■トイレ

散歩に行かないと排泄しない犬の場合、大雨の日や家族の不在時に困る場合があります。

教え方としては、散歩のときにシーツを持参し、排泄のときに「トイレ」の言葉をかけつつ、地面に広げたシーツに排泄させるように仕向けます。おやつでほめればシーツ上での排泄に慣れてきます。これを徐々に自宅の庭やお部屋のトイレなどに敷いて、トイレのタイミングに出して排泄を促します。

■咬む

手入れされることが嫌いで咬む場合や、爪切りを手を持つと逃げていってしまうという犬の場合は、怖い経験を重ねた結果ですので、まずは大好きな食事や散歩の時間を利用して、食器、リード、おやつなど犬の好きなものと一緒に爪切りを持って見慣れさせ、手に持っても平気になったら、決して痛い思いをさせないよう慎重に少しずつ、ほめながら短時間でやめるようにして慣らします。飼い主さんとの信頼関係ができれば、いずれは爪切りをさせてくれるようになるでしょう。



Tタッチ(※)をされてリラックスする犬。

■ストレスが強い

場合、長い時間をかけて安心させる 幼いときに十分に社会化されなかった犬や、被災して飼い主さんと別れてしまった犬、虐待などを受けたことのある犬などは、緊張や恐怖心が強く、容易に心を開いてくれません。時には攻撃的になる場合もあります。こうした犬を引き取った場合、まずは安心できる場所を作ってあげること、そして時間をかけて慣らしていくことが大切です。

怖がっている間は一定した最低限の世話だけをして強い刺激を与えないようにしましょう。慣れるまではリードのつけはずしすらできないこともあります。しつけ直しには長い時間と深い愛情と忍耐力が必要です。様子を見ながら小さな進歩が見られるたびにほめるしつけを続けていきましょう。決して短気を起こしたりしないようにしましょう。

成犬の里親になった場合など…

(※)Tタッチは、心身の健康を高めるマッサージ法のひとつ。

ほめるトレーニングのコツを教えます

パピー教室の現場で実践している愛犬のしつけ方のポイントをご紹介します。ほめ上手、しつけ上手になりましょう。

すぐに役立つほめ方のポイント

●普通にいるときにほめる
犬が落ち着いているときには、時々ほめてやりましょう。名前を呼び愛犬と目があったら、にこっと笑ってほめてやりましょう。いつも注意を引く必要はありませんが、「リラックスしている」とほめられる」ということを犬がわかるようにしましょう。

●毎回大げさにほめない

愛犬が指示されたことをするたび



に、飼い主さんが力をこめてごしごしとしたり、大きな声でほめたりして、興奮気味になると、犬は気が散ってしまいます。

また、犬の真正面からおおいかぶさるようになってほめたのでは、犬は恐怖を感じてしまいます。ほめるときは、笑顔でやさしく、ほめ言葉をかけるだけでも十分です。

●大きな声は出さない

聴力が優れている犬を大声でしつける必要はありません。大声を出すよりも、普通に「おすわり」「おいで」などの短めの言葉で指示し、タイミングよくほめるほうが、犬の理解には効果的です。

●「よし」に注意

「よし」や「よしよし」というほめ言葉を、普段ご飯をあげるときに「食べていい」という意味で使っている場合は、他のほめ言葉を使うことをおすすめします。

特別な言葉を決めなくても、「よくできたねー」、「えらいねー」、「すごいねー」など感動して思わず言ってしまうような言葉や声のトーンの方がほめ方として効果的です。

●励ましやお願いは犬には効かない

何かを教えようとするとき、飼い主さんがやりがちなのが、「がんばって」「大丈夫」「お願いだから○○して」といった励ましやお願いの言葉をかけることです。しかし、指示以外の言葉をかけても犬は意味がわかりません。むしろ混乱するだけです。何をしたらよいのかわからなくなります。指示は「明確に短く」が基本です。

●ごほうびのおやつは徐々に減らす

ごほうびのおやつは、最初のうちは毎回あげても、覚えてきたら徐々に減らしていくようにしましょう。

に減らしていくようにしましょう。いつもごほうびをあげていると、もうのうのが当然になってごほうびの価値がなくなります。減らす分、かわりに今までできなかったことができたりなど、グレードをつけるとよいでしょう。

●こんな叱り方はNG

ほめるしつけをしようとしても、意に添わないことを犬がすると、イライラして叱ってしまうことがあります。しかし、叱ることで犬が正しいことを学ぶことはできません。ただただ叱つたりしないように注意しましょう。このような叱り方は飼い主さんと愛犬の信頼関係を損ねてしまいます。



ほめ方のここが肝心！ピンポイントアドバイス ～犬がきちんとできるようになるコツ～

アイコンタクト

視線が一致していること。



最初はおやつをあごの下に持ち、名前を呼び、一瞬目が合ったら「そう!」とほめておやつを与えます。繰り返すと、名前を呼ばすぐに振り向くようになります。よそ見したり、なかなか目を見なかったりときは、しっかり見るように仕向けましょう。毎回ほめますが、おやつは少しずつ間を空けて、おやつがなくても目を見るようにします。アイコンタクトはしつけの要となります。

おすわり

きちんとお尻が床についていること。



おやつを持った手を犬の鼻先から頭上へ移動させると、顔が上を向き腰を落とし気味になります。最初はそこでほめますが、指示で座ることを覚えたら、きちんとお尻が床についてからほめることが大切です。中腰でほめてしまうと、きちんと座って待てなくなってしまいます。

ふせ

両側の肘が床にきちんと付いていること。



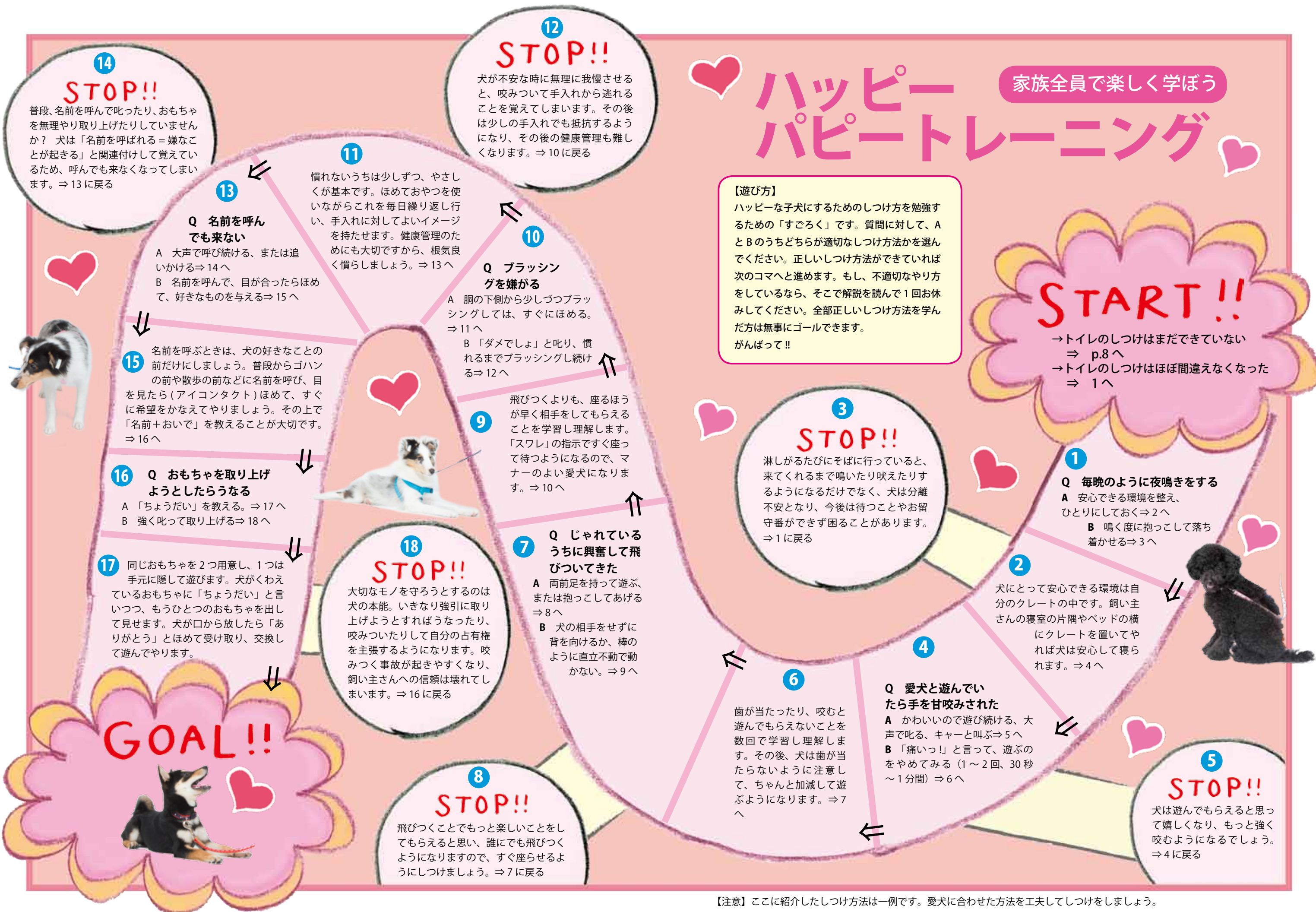
おすわりの姿勢から、おやつを持った手を犬の鼻先から床面に下げると鼻先も下がり、さらに床面に沿って、犬の前方へゆっくり移動させると、犬は前足を前に出しふせの姿勢となります。ほめておやつを与えますが、指示で伏せるようになったら、両側の肘が床面にきちんとついてからほめることが大切です。おやつは頭上から出さず、低い位置で与えないと、すぐ立ち上がってしまいます。

おいで

懐に深く飛び込んでくること。



※犬をつかまえたり、手を伸ばしておやつを与えないことが大切。



【注意】ここに紹介したしつけ方法は一例です。愛犬に合わせた方法を工夫してしつけをしましょう。