

<ペットは、癒し効果が最高！！>

我が家には、13歳5ヶ月のシーズーのランちゃんがあります。
家に帰ると、玄関までしっぽを振り出迎えてくれます。疲れた身体も心もホント癒されます。
毎日、夕方になると、

- ・ パピヨンのあいちゃん
- ・ ヨークシャーテリアのピースくん
- ・ あいちゃんとピースくんの子供のマーちゃんとソラくん
- ・ トイプードルのミントちゃん
- ・ ミックス犬のディオちゃん

が、迎えにきます。そして、みんな連れ立って散歩！



(さあ、今からお散歩！みんなお行儀がいいでしょう？おとなしく待っているのよ。)

途中で豆柴の番くん、ミニチュアダックスの風ちゃん等、次々出会います。犬種もバラバラなのにみんな仲良し。その様子は、それはそれは見ものです。(通行の邪魔もしていますが・・・)

散歩が1時間以上になることもあります。(ほとんどお喋りの方が多いけど・・・)そこが私のストレス発散の場となっています。



(ようやくお散歩が終わって帰ってきました。)



まだまだ遊び足りないよ～。人間もワンコも同じですね。

我が家のランちゃんは、3歳のときに実家の母の所からやってきました。そうか、もう10年になるのですね。月日がたつのは本当に早いものですね。その時には四国犬のなっちゃんがありました。高齢だったので、まずなっちゃんのお散歩を済ませてから、ランちゃんを連れてウォーキング。ランちゃんはおとなしくずっと自分の順番を待っていたんですよ。

ランちゃんは、散歩で排泄する習慣になっているので、雨が降っても朝夕の散歩がかかせません。空とにらめっこしながら、レインコートを着せて行きます。これが嫌なようで、着ると固まってしまう。(その姿がまたカワイイ) しゅしゅとといった感じ(気分はブルー!!)で散歩に出掛けます。でも帰りはランランじゃなくてルンルン!! 家で排泄する習慣を身に付けていると助かるのに、とこんな時はいつも思います。でも、毎日の散歩の習慣が心身ともに私を健康にしてくれているのかもしれないね。一人だったら、きっと続いてないでしょう。目は白内障になり、耳も聞こえにくくなってきていますが、ランちゃんには、これからもまだまだ長〜〜〜く私を癒してほしいナーと思っています。



(私がランちゃんよ。うっふ〜ん、年齢を感じさせないエレガントなレディーでしょう?)

愛媛大学総合健康センター 篠原さつき