

新しい家族（続編）！

前回に続き“新しい家族！”の続編です。動物の保護活動をされているボランティアの方から里親として生後4か月の雑種犬を譲り受けたのが今年8月末の事。黒い毛にお腹が白いのがツキノワグマに似ているので「ツキちゃん」と名付けました。ツキちゃんは高知県の保健所から引き出された野犬で、生まれてから保健所に保護されるまでの4か月間、野良犬としての人生ならぬ“犬生”を歩んできた女の子です。人間で考えると7歳くらいですから今まで壮絶な日々を送っていたのだと想像できます。そんなわんこでするのでボランティアの方からも「ペットショップの子のように人に慣れていないので普通にお世話できるようになるまで時間がかかりますよ。」と譲渡前に説明を受けました。ネットでも保護犬についていろいろ調べ、それなりに覚悟をもってツキちゃんを迎え入れたのです



奇跡のショット！海岸でツキちゃんと日の出を迎えます！

が・・・さて我が家に来てからのツキちゃんですが、リビングの端っこに設置したケージで生活する事になります。このケージは真夏の炎天下の中、ツキちゃんの笑顔を思い浮かべながら汗だくで作った力作です！（詳しくは前回をご覧ください！）最初のうちは、そのケージの端っこで一点を見つめ、一日中じーとしていた事がほとんどでした。扉を開けて顔を近づけても怖がる様子もなく、頭を撫でてあげても反応が無いのですが、たまにチラッと目が合うのが何だかうれしく、そんな日々が1、2週間続きます。ただこのままではケージの中で引きこもり犬になってしまうと、ある日を境に一日中ケージの扉を開放する事にしました。するとケージの外をきよろきよろ見て1、2歩外に出ては戻る、また出ては戻るを繰り返すようになります。やがてリビングの中をぐるぐる歩き回るまでになりました。スタッスタッとリズムよく部屋中動き回る姿を見て、やっとわんこらしくなってきたなあとはほほえましくその姿を目で追っかけていました。



ケージの端っこがツキちゃんの定位置。

ただこの頃からケージに近づこうとすると、サーッと外に逃げてしまい、身体を触る事が出来なくなります。自由に動き回れる環境になり、引きこもり生活からも脱却し、徐々に「自分」を出せるようになってきたのでしょうか。それでも何とかツキちゃんに触りたい一心で近づこうとしますが、気が付けばいつも部屋の対角線上で一定の距離を保たれ、にらめっこ（涙）。そんな自分を横目に、うちの奥さんは徐々にツキちゃんとの距離を縮めていきます。実家で長い間ビーグル犬と生活していた事もあり、わんこの扱いに慣れていて、日に日にツキちゃんと仲良くなっていきます。そんなある日、階段を上って2階のリビングに入ろうとするや否や、「ウ～、ワンワン」といきなりツキちゃんに吠えられてしまいました。それからというもの、自分だけでなく、息子や娘にも顔を合わす度に吠えるようになります。片や奥さんにはクンクンとシッポを振って寄ってきます。ん～、何だこの差は！と奥さんに嫉妬。最初のうちは時間が経てば徐々に慣れてくれるだろうと軽く考えていましたが、状況は日に日に悪化。また夜になると急に野犬のスイッチが入ったのか豹変、家じゅうを吠えながらフルスロットルで足りまわるように。しばらくすると落ち着くのですが、その間は何もできずにただ茫然と見ている事しかできません。家の中が楽しくなればとわんこを迎え入れましたが、現状は全く逆。こんなはずでは・・・と悶々とする日々が続きます。

動き回るようになってからはツキちゃんに触る事も近づく事も出来なくなり、活路を見出せないまま時間だけが過ぎ去ってしまいました。こんな状況をボランティアさんに相談すると、鎌倉に保護犬の扱いに慣れて腕利きのトレーナーさんがいるという事で紹介してもらえ、大変人気のトレーナーさんのよう到来年の3月まで予約がいっぱいという事でしたが、事情を説明すると少しでも早い方がいいと都合をつけてくれました。事前に現況を伝えて打ち合わせをすると「当日は外へお散歩に出かけて、帰ってきたら抱っこできるようになりますよ。」の一言。えっ！？と耳を疑いました。1回のトレーニングでそこまで出来るの？一体どんな魔法をかけてくれるの？と半信半疑の状態トレーニングの日を指折り数えて待ち望みました。



トレーナーさんに言われるがままツキちゃんに急接近！

こうしていよいよトレーニングの日を迎え、早速2階のリビングへ。当日はボランティアさんも駆けつけて下さり、みんなで座って何気ない世間話から始まります。するとトレーナーさんは座ったままツキちゃんの方へ背中を向けながらすりすり寄り寄っていきます。すると次の瞬間、もう頭を撫でているではありませんか！うちに来てものの10分もしないうちに！自分はこの2か月間ツキちゃんと一緒にいて未だに触る事すらできないのに、何だこの人は！といきなり驚かされます。「鈴木さんも触れますよ、さあ、背中を向けてツキちゃんの横に寄り寄ります。」と言われるがままツキちゃんの横へすり寄ります。普段なら3m以内には近づけ

ませんでしたがこの日は不思議な事に急接近に成功！「そのままツキちゃんの前を手を置いて、はい、そのまま手を戻して。」これを何回か繰り返して、「はい、次はツキちゃんにそっと触ってあげて。」触れた！およそ2か月振りに！一瞬何が起きているか分かりませんでしたが、じわじわと喜びがこみあげてきました。そんなこんなでツキちゃんとの接し方をいろいろレクチャーしていただき前半戦が終了。一休みしてからいよいよ後半戦のお散歩です。事前に準備しておいたスリップリードと呼ばれる犬の訓練用に使われるリードを首に付けていきます。うまい事ツキちゃんの気を紛らわしながら、スルスルッと首に装着。食いちぎって逃走する恐れがある為、保険でこれを3本首に装着します。さあいよいよツキちゃん“犬生”初めてのお散歩です！期待と不安が入り混じりながらゆっくりと玄関を出ます。トレーナーさんが道路の方へ導きますが、いきなり大暴れ。右へ左へと飛び跳ねては身体を地面にたたきつけ、転がるように道路に出ていきました。まさに荒れ狂った暴れ馬のように。さらに道路に出れば今度はリードを食いちぎろうとリードに噛みつき口のまわりは血だらけに。ハアッハアッハアッと激しく息を切らしながら静まり返った住宅街の中を右へ左へと蛇行しながら進んでいきます。普段見かけるわんこの散歩とは程遠い光景が目前で繰り広げられました。こんな状況でもトレーナーさんは冷静に3本のリードを巧みに操り、ツキちゃんを誘導していきます。その後ろ姿は何とも頼もしく、自分の



初めての散歩で激しく暴れながら道路に出ていくツキちゃん

目には神々しく光り輝いて映りました。こうして近くの公園に到着です。ハアッハアッハアッと通常の10倍くらいの激しく荒い呼吸に大丈夫かなと少し心配になりましたが、トレーナーさんが用意してくれたピーナツバターを練りこんだヨーグルトをペロペロするうちに少しづつ落ち着いていきました。しばらく休んで帰り路では蛇行しながらも前半よりは落ち着いて歩く事が出来るようになりました。

こうして初めての散歩を終えて自宅に到着。玄関前に戻ったツキちゃんもさすがに疲労困憊の様子。「さあ、鈴木さん、ツキちゃんを抱っこしてみませんか。」「えっ～！？今ですか～！？」とあまりの唐突さにちょっとビックリ。すかさずぐったりしたツキちゃんを持ち上げ自分の懐へ。お～っ！抱っこしてる～！夢にまで見た瞬間がやってきました！ズシッと腕に感じる重量感、「こんなに大きくなったんだ～」と2か月前に触ったときよりブランクがありましたので、その成長ぶりに驚き。そしてふっとツキちゃんの顔を見ると散歩していた時の荒々しさは全く無く、その眼はとても穏やかでした。この瞬間、トレーニング前のトレーナーさんの言葉を思い出し、こういう事だったんだ、と感激しました。

その後、そのまま2階のリビングに戻りツキちゃんを抱っこしたままソファへ腰かけます。暫し至福の時間が流れます♪ トレーナーさん曰く、野生時代の犬は群れで行動していたので、一緒に歩く事で仲間だと認識してくれるようになるとの事。つまり散歩は飼い主と犬にとってとても大切なコミュニケーション。またストレス解消にも必要不可欠。ツキちゃんは保健所に保護されてからずっと柵の中で固まったまま、相当なストレスが溜まっていたはず。それが今日、一気に爆発したのでしょうか。なるほど、納得。 そんな話をしていると、寝ていた息子が部屋から出てきて開口一番「え〜っ!? どうなっちゃたの??」とツキちゃんを抱っこしながら座っている自分の姿を見てひっくり返りました! (笑)「今、



トレーナーさんに魔法をかけてもらったんだよ〜」「マジでえ〜?」そんなたわいもない会話でトレーニングも終了しました。その日はツキちゃん、一日ぐったり。ソファの上で微動だにしませんでした。次の日やっのご飯を食べにソファから降りてきたと思いきや、よたっ、よたっ、とフラフラ状態。この日も半日ダウンでした。そしてその翌日から朝夕一日2回の散歩が日課となりました。

この散歩デビューをきっかけに自分とツキちゃんの距離は急速に縮まってきました。今まで顔を合わせれば吠えられていたのが、今ではクンクンとシッポを振って寄ってくるだけではなく、腰までクネクネしてお出迎え。(ニンマリ) 本当にトレーナーさんには感謝しかありません。もし今回のトレーニングを受ける事無くあのまま時間だけが過ぎていたら・・・考えただけでぞっとします。今回のベルズレーターもツキちゃんのことには触れずに全く違う記事を書いていたかもしれません (笑)。

いかがでしたでしょうか。今回はここ数か月の出来事を何とか皆さんにお伝えしたく長文になってしまい、また自分の写真のオンパレードでお恥ずかしい限りですが、いい報告が出来て少しほっとしています。ただ最近新たな気になる問題が・・・それはシートやソファ、クッションを穴だらけにしてしまう事。この前は朝起きたら寝室の床がうっすらと雪化粧。羽根布団の羽根がゆらゆらと宙を舞っていました (笑)。他にも甘噛みが気になったりとかいろいろありますが、それ以上に楽しい事もたくさん増えました。海での散歩できれいな日の出や夕焼けが見れたり (波がいい日はソワソワしてしましますが)、たくさんのわんこ友達ができたりと。この先も楽しい事、そうでない事いろいろ出てくるとは思いますが、我が子のように可愛がっていきたいと思います。次回もまた何かご報告出来ればと思います。

新型コロナ予防、冬こそ換気を!

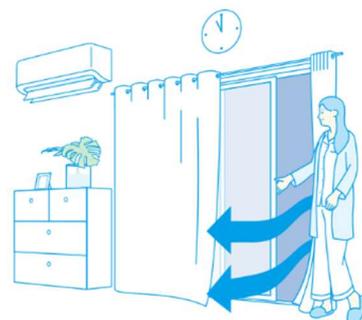
新型コロナウイルスの感染防止対策として有効とされている換気。気温や湿度が下がり、感染リスクが高まるとされる冬場こそ欠かせないものの、窓を開けるのがおっくうな季節ですよね。そこでここでは効果的な換気の方法を考えてみましょう。

まず皆さんの住んでいる家やマンションが2003年7月より後の建物であれば、もともと換気をする仕組み(換気口・24時間換気システム)がついています。2時間で室内の空気をまるまる一回入れ替えることができる設定なのでこちらを正しく使えば一番有効な換気方法と言えます。24時間換気システムが無いお宅や、更に十分な換気量を確保するには、自然風の力を借りる風力換気を行います。「窓を開ける場合は2カ所」。風が吹き込む窓と、その対角線上にある窓を同時に開け、空気の出口と入り口をつくります。2カ所の窓が同じ面にあるなど近接していると、入ってきた空気がすぐ外に出てしまい、室内に滞留する空気が排出されにくくなるため「距離が離れているほど効果的」です。部屋に窓が1カ所しかない場合は、ドアや廊下などの窓も開け、空気の通り道を確保します。部屋に窓が1カ所も無い場合は、部屋のドアを開けて、扇風機などを廊下に向けて設置すると空気が流れて効果的です。

ただ、室温の急激な低下による体調悪化も心配になるところです。そんな時はエアコンの暖房を入れ、部屋が暖かくなってからエアコンは運転したままで窓を開けて換気をしましょう。冷えた壁、床、天井を暖めておくことで、窓開け換気をしても部屋の温度が下がりにくくなり、快適に過ごせます。

ポイントはできるだけエアコンから離れた窓を開けるようにする事です。エアコンの暖かい空気がそばにある窓から出てしまうと、効率的に暖めることができず、エアコンに負荷がかかり続けて電気代が上がる原因となる為です。

いかがでしょうか。この他にも「二段換気」と言って使っていない隣の部屋の窓を開けて少しづつ外気を取り込む方法も寒さ対策には有効です。いよいよこれから冬本番ですが、皆様のご自宅の状況にあった方法で十分な換気を行いコロナに打ち勝っていきましょう！



Bells Kitchen

2020年、未だかつてない事態に振り回され、心落ち着かない日々でした。色々な物事の価値観も変わったのではないのでしょうか。収束の気配も見られず、まだまだ気の抜けない今年のXmasはお家でゆっくり、ゆるりといきましょう！takeoutに力を入れているお店も増えてきているので、時間と手間のかかるメイン料理は外で買ってきて、サイドメニューに少し力を入れてみる、なんてのも手ですね！

今回は絶対揚げたてで食べたい“トスカーナ風フライドポテト”をご紹介します。美味しすぎてあぁという間になくなってしまいますので、多めに作りましょう！



トスカーナ風フライドポテト



材料
 ・じゃがいも
 (男爵がbest!) 中4個

・ローズマリー 5枝
 ※ハーブは他にもセージやオレガノ、マジョラムもあります。
 ただローズマリーは絶対お忘れなく！

・タイム 5枝
 ・皮付きニンニク 6片
 ・強力粉 大さじ3
 ・塩コショウ
 ・オリーブオイル

じゃがいもの表面が固まるまであまり混ぜすぎない！



じゃがいもの皮をむき、棒状に切って強力粉をまぶす。
 だまになってもOK!



フライパンにじゃがいも、ニンニクを入れ、上にハーブを枝のままのせる。



オイルをじゃがいものかさの半分が浸るくらい注いで加熱。



油が滞いたら中火にし、じゃがいもとハーブの山を崩して全体にならす。ニンニクに串を刺してみ、火が通っていたら強火にし、上下を返しながらかき混ぜていく。



カサカサと乾いた音になったらザル等にあげる。



塩コショウして出来上がり！

編集後記

先月、山口県の山口きらら博記念公園水泳プールというところでアーティストックスイミングの日本選手権が行われ、娘がソロで7位、デュエットで8位入賞しました！社会人も参加する大舞台で大健闘です！今年は8月にカナダで行われる予定だった世界選手権がコロナの影響で中止になり、代表に選ばれたのに悔しい思いをしました。それを見事に跳ね返しました！おめでとう！さて今年も残すところ1か月を切りました。今年は史上初の緊急事態宣言が発令されたり、東京オリンピックが延期になったりと、もうこれ以上の事は起こらないだろうと思うような事が二つも重なってしまいました。来年以降もコロナの終息、まだちょっと先が見えませんが、気持ち切らずに前を向いていきたいと思えます！それでは皆様、今年一年本当にありがとうございました！次回は年明け3月発行予定です。お楽しみに！