

1
ヵ月

社会化・甘噛み対策など

やることたくさん！！



おうち社会化ビンゴ
甘噛み・ハウストレーニングポップ
こわいをへっちゃんに…！シート

おうち社会化ビンゴ



好奇心旺盛なこの時期にたくさんのモノや音に慣らすことで
スムーズに人間の世界に慣れることができます。

たくさんのアイテムがありますが、お子さんと一緒に取り組めば、
週末の楽しいイベントになること間違いなし！

自分でアイテムを決められるフリータイプも用意しました！
兄弟がいる場合には、ひとりずつ用意してあげるのも楽しそう。

甘噛み・ハウストレーニング ポップ2種



甘噛み・ハウスも、今やっていることや、注意点を家族と共有
しておくのが近道です！

こちらのポップを壁に貼ってもらえたら、家族にしつこく注意
しなくてもいいし、家族にもわかりやすく**協力**してもらいやす
くなりますよ。

こわいをへっちゃんに！



社会化ビンゴをする中で「掃除機」や「ドライヤー」など
どうしてもわんちゃんが怖がってしまう場面におすすめ。

焦ってしまいがちな**スモールステップ**を可視化して、
ゆっくりと取り組んでいきましょう。

叱り方と褒め方



叱り方と、褒め方を家族で再確認。

みんなと統一すると、わんちゃんに**伝わりやす**くなりますよ。
(主導権については、サラッと読む程度でOK)

おうち社会化^{しゃかい}ビンゴチャレンジ

どんな音がしても落ち着いていられる訓練



チャレンジのやりかた

わんちゃんが人間の^{にんげん}世界で、きもちよく^す過ごせるように^{いろ}色々な音やモノに^{おと}慣れさせてあげよう！

- ①わんちゃんに見せたらおやつをあげて、○をつける。（2重・3重なんどでも）
- ②わんちゃんが怖がらなくなったら**成功！**シールを貼ってそのアイテムは完了。
- ③シールがビンゴになるのを目指す！



おうちのひとと一緒にたのしんでね✨

※細かいルールはご家庭ごとに変えていただいても構いません。

ぼうし 	ドライヤー 	かさ 	メガネ 	ブラシ
テレビの音 ^{おと} 	キャリーバッグ 	電話の着信音 ^{でんわ ちゃくしんおん} 	雨のおと ^{あめ} 	食器のおと ^{しょくき}
お風呂場 ^{ふろ じょう} 	そうじき 	自由に決めてね ^{じゆう き} 	来客（大人） ^{らいきやく おとな} 	来客（子ども） ^{らいきやく こ}
調理器具 ^{ちようりきぐ} 	手をさわる ^て 	耳をさわる ^{みみ} 	口をさわる ^{くち} 	しっぽをさわる
手足をふく ^{てあし} 	全身をさわる ^{ぜんしん} 	玄関などの床 ^{げんかん ゆか} 	目覚まし時計 ^{めざましとけい} 	できそうなら… カミナリ

注意

- ・わんちゃんが怖がったら**すぐにストップ！！**（無理にやるのは逆効果！！）
- ・特に **！** マークがついているものは、^{すこ}少しずつ^{しんちょう}慎重に… こわいをへっちゃらシートを参照してください。

おうち社会化^{しゃかい}ビンゴチャレンジ

どんな音がしても落ち着いていられる訓練



チャレンジのやりかた

わんちゃんが人間の^{にんげん}世界で、きもちよく^す過ごせるように^{いろい}色々な音や^{おと}モノに^な慣れさせてあげよう！

- ①わんちゃんに見せたらおやつをあげて、○をつける。（2重・3重なんどでも）
- ②わんちゃんが怖がらなくなったら**成功！**シールを貼ってそのアイテムは完了。
- ③シールがビンゴになるのを目指す！



おうちのひとと一緒にたのしんでね✨

※細かいルールはご家庭ごとに変えていただいても構いません。

注意

- ・わんちゃんが怖がったら**すぐにストップ！！**（無理にやるのは逆効果！！）
- ・特に **！** マークがついているものは、^{すこ}少しずつ^{しんちょう}慎重に… こわいをへっちゃらシートを参照してください。

＼うちの状況にあわせて楽しめるように／

好きな内容で作れるフリータイプも用意しました



うちの近所に踏み切りがない…
独特な音のする場所がある…
2車線・3車線の大きな道路がある…

そんなときには、フリータイプを使って
オリジナルのビンゴを作成してみてください！

まだ文字を書くのが苦手なお子さんは
イラストで描いたりシールなどを貼るのもおすすめです。
(シールを選ぶところからイベントになりますね😊)

＼ただいま／ あま が 甘噛みトレーニング中！^{ちゅう}

あま が 甘噛みトレーニング 3 っのポイント

1

て か
手を噛むのはムズムズするから
わんちゃんが手を噛んでくるのは、抜
けそうな歯がムズムズしてかゆいから…！

2

ほ か
他のおもちゃをあげる 
手を噛まれちゃったら別のおもちゃを
あげてみてね。
こっちなら噛んでいいよ💛の気持ちで。

3

め あ こえ
目を合わせず・声もかけずにおしまい
それでも辞めないときは、手を噛むあそび
になってしまっています。
手をひっこめて、目をそらし、声もかけず
「これはあそびじゃないよ。」の合図。
お部屋から出てしまってもいいよ👍

＼ただいま／ ハウス 留守番 トレーニング中！ る す ばん ちゅう

ハウス 留守番 トレーニング 4 つのポイント

1

ハウスは^{たの}楽しくておいしいところ

- ・ ご飯^{はん}やおやつはハウスで
- ・ おしおきとして^{つか}使わない



2

ハウスの^{じ かん}時間をすこしずつ^{なが}長く…

- ・ 最初^{さいしよ}は扉^{とびら}をあけたまま
- ・ 少しずつ扉^{とびら}をしめる^{じ かん}時間を^{なが}長く

3

「出して」^だって吠^ほえてもちょっと我慢^{が まん}…

わんちゃんに、吠えても出してもらえないとわかってもらおう！家族で協力して「人間」もがんばって我慢…！！

4

「留守番^{る す ばん}ありがとう」の^{き も}気持ちで…

で お出かけする^{とき}時も、帰^{かえ}ってきたときも
大騒^{おおさわ}ぎしないようにしよう ✨

こわい を「へっちゃら！」に…！



へっちゃら 3つのルール

あせらない

無理は禁物
1日1ステップでOK

たのしく

「こわいもの」は大好きな
おやつがかならずセット！

えがおで

家族が笑顔なら
自然とリラックス

スタート

＼ナイス「へっちゃら！」／

みるだけ



苦手なものを、まずは電源オフの状態でそばに置いてみる。
そばでおやつをあげて、存在に慣れてもらおう。

落ち着いていたら次のステップ▶

小さく/うごく



わんちゃんのそばでそのものを動かして見せながらおやつ。
遠くの小さな音からはじめるのもあり。
動きも音もこわくないと覚えてもらう。

落ち着いていたら次のステップ▶

ふれる/おと



苦手なもので手足や口にやさしくタッチしたり、すこしずつ音を大きくしながらおやつ。
怖くない、痛くないものだとして教えてあげよう。

落ち着いていたら次のステップ▶

ちょこっと



本番をほんの少しだけやってみる。
爪1本、歯を1本、スイッチ1秒だけなど。
意外と平気と感じてもらう。

落ち着いていたら次のステップ▶

ふやしていく



前のステップができたなら、爪を2本にしたり、時間を2秒にしたり。
わんちゃんのペースで少しずつふやして自信に…。

怖がったら前のステップへもどる

例：つめきり

みるだけ

つめきりをみせてにお
いをかいでもらったり
する



落ち着いていたら
次のステップ▶

うごく/ちいさく

目の前でつめきりを
持ち上げたりして
動かしてみる



落ち着いていたら
次のステップ▶

ふれる/おと

持ち手の部分などで
からだにふれてみる
つめにもふれてみる



落ち着いていたら
次のステップ▶

ちょこっと

実際につめをきる
ようにつめにふれる
1本切る/削るのみ



落ち着いていたら
次のステップ▶

ふやしていく

少しずつ切ってみる
嫌がる前にやめる
くりかえしてふやす



怖がったら前の
ステップへもどる

＼ナイス「へっちら！」／

みるだけ



落ち着いていたら
次のステップ▶

うごく/ちいさく



落ち着いていたら
次のステップ▶

ふれる/おと



落ち着いていたら
次のステップ▶

ちょこっと



落ち着いていたら
次のステップ▶

ふやしていく



怖がったら前の
ステップへもどる

＼ナイス「へっちら！」／

みるだけ



落ち着いていたら
次のステップ▶

うごく/ちいさく



落ち着いていたら
次のステップ▶

ふれる/おと



落ち着いていたら
次のステップ▶

ちょこっと



落ち着いていたら
次のステップ▶

ふやしていく



怖がったら前の
ステップへもどる

＼ナイス「へっちら！」／

さまざまなものに 응용してみてください ✨

書き出すことで頭の中が整理されて取り組みやすくなりますよ！

例：つめきり	みるだけ	うごく/ちいさく	ふれる/おと	ちょこっと	ふやしていく
	つめきりをみせてお いをかいでもらったり する ☒ お落ち着いたら 次のステップ▶	目の前でつめきりを 持ち上げたりして 動かしてみる ☒ お落ち着いたら 次のステップ▶	持ち手の部分などで からだにふれてみる つめにもふれてみる ☒ お落ち着いたら 次のステップ▶	実際につめをきる ようにつめにふれる 1本切る/削るのみ ☒ お落ち着いたら 次のステップ▶	少しずつ切ってみる 嫌がる前にやめ くりかえしてふやす ☒ 怖がったら前のステ ップへもどる 〽️ ナイス「へっちゃんら！」〽️
	みるだけ ☐ お落ち着いたら 次のステップ▶	うごく/ちいさく ☐ お落ち着いたら 次のステップ▶	ふれる/おと ☐ お落ち着いたら 次のステップ▶	ちょこっと ☐ お落ち着いたら 次のステップ▶	ふやしていく ☐ 怖がったら前のステ ップへもどる 〽️ ナイス「へっちゃんら！」〽️
	みるだけ ☐ お落ち着いたら 次のステップ▶	うごく/ちいさく ☐ お落ち着いたら 次のステップ▶	ふれる/おと ☐ お落ち着いたら 次のステップ▶	ちょこっと ☐ お落ち着いたら 次のステップ▶	ふやしていく ☐ 怖がったら前のステ ップへもどる 〽️ ナイス「へっちゃんら！」〽️

へっちゃんらにしたい
ものを書きます

成功したらはなまる〜 🌸

特に怖がる様子などが見られなくなったら
チェックして次のステップに進みます

☆無理をしない！
☆クリアしてても再び怖くなったら
ワンステップ戻る

主 導 権

を、にぎろう

ごはん



ごはんのタイミングは飼い主が決める

わんちゃんが「ご飯クレー」って騒ぎだしたら一旦休憩。おとなしくなったらごはんをあげましょう。

さんぽ



さんぽのタイミングは飼い主が決める

わんちゃんが「散歩ツレテケー」って騒ぎだしたら一旦休憩。おとなしくなったら準備を再開してでかけましょう。

あそび



あそびのタイミングは飼い主が決める

わんちゃんが「アソベー」って騒ぎだしたら落ち着くまで待つ。一回おすわりさせてから遊ぶのもおすすめ。あそびが終わるタイミングも飼い主が決められるのが理想。

褒

め方



直前の行動を
5秒以内に褒める

高い声は
褒められている
と認識しやすい



叱

り方

「警告」したいときは、悪いことをしている瞬間の
現行犯逮捕！

低い声で短く
「NO」や「ダメ」
大騒ぎすると勘違いさせがち

ワクチン前

子犬のストレス発散

お散歩デビューの準備を…



おうちストレス発散遊び
どこでもタッチレベルアップシート
おそと社会化
お散歩デビュー準備チェック
基本コマンド4種
主導権を握ろう

ストレス発散遊び5選



ワクチンプログラムが終了するまでの**お外に行けない時期**
子犬のストレスを発散するための遊びを紹介します。

どれも**おうちにあるもの**で簡単に始められますよ。

先輩飼い主へのアンケートでも、お散歩デビュー前におうちでできる遊びが知りたかったという声が多かったです。

どこでもタッチ！



おうち社会化ビンゴにも口や項目がありましたが、こちらはもう少しじっくりと**体に障ることに特化したシート**です。

これができると、病院やトリミングでのストレス軽減になるほか自宅での健康チェックもしやすくなりますよ！

お散歩デビュー準備



ワクチンプログラムが終わるまでの**貴重な時間**

おうちでリードを付けたり、抱っこ散歩にでかけましょう！

お散歩デビューが、より楽しくスムーズなものになりますように。

おそと社会化ビンゴ



獣医さんから**抱っこ散歩の許可**がでたら、抱っこをしながらたくさんのモノや音を聞かせてあげましょう！

ワクチン前の外に出られないときに…！

ストレス発散遊び5選

1

三角おいで

①リビングで三角形に座る



②一人がおいでと呼ぶ

わんちゃんが来たら大げさに褒めておやつをあげる



③もう一人がおいでと呼ぶ

わんちゃんが来たら大げさに褒めておやつをあげる

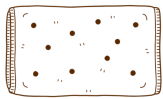


これを繰り返して、わんちゃんが「おいで（もしくは名前も可）」と呼ばれて行ったらいいことがあると覚えてくれます。呼ぶ順番がずっと一緒だと覚えて先回りしてしまうので、3人でランダムに呼ぶのがおすすめです。

できた！

2

タオルワーク



①古いタオルをひろげてフードをばらまく



②フードを入れたままくるくると巻く



③大きな結び目をゆるく結んで完成！ わんちゃんがほどこいて遊びます

結び目にもフードを入れ込んだり、結び目を少し固めに結ぶなどで難易度を調節できますよ。

できた！

お子さんと一緒に

3

隠しっこ



サイズアウトした靴下などにフードを入れる。

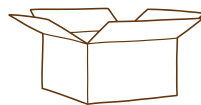
おうちの色々な場所に隠しお子さんと一緒に探す

できた！

嗅覚を使ってヘトヘトに…

4

ノーズワーク



段ボールに使い古しのタオルを入れてフードをタオルに隠すように追加

匂いを頼りにわんちゃんがフードを探して食べられます

できた！

興奮しすぎに注意！

5

ひっぱりっこ



使い古しのタオルの両端に結び目を作ります

獲物のように動かしわんちゃんがかみつきに來ます

できた！

どこでもタッチ！レベルアップシート

少しずつレベルアップして、レベル3をめざそう！！



レベル1 タッチ

「1秒だけ」
なでなで&触れた！
(10秒くらいを目指して…)



レベル2 にぎにぎ・めくる

優しくギュッと握る
唇や耳をめくれた



レベル3 観察

口の中や耳の中
足の肉球の間なども
観察できる！

まずは頭をなでる延長で
「みみ」からトライ！

みみ

スタート
Lv1 ▶ Lv1 ▶ L1
Lv2 ▶ Lv3 ゴール

くち

スタート
Lv1 ▶ Lv1 ▶ L1
Lv2 ▶ Lv3 ゴール

しっぽ

スタート
Lv1 ▶ Lv1 ▶ L1
Lv2 ▶ Lv3 ゴール

まえあし

スタート
Lv1 ▶ Lv1 ▶ L1
Lv2 ▶ Lv3 ゴール

うしろあし

スタート
Lv1 ▶ Lv1 ▶ L1
Lv2 ▶ Lv3 ゴール

練習してクリアできたら
色を塗るかシールを貼ってね



嫌がったら無理しない。一つ前のレベルに戻るのもアリ



身体をなでる延長でさわると、わんちゃんの抵抗が低い



難易度の高そうな場所は、触った後におやつをあげてもOK

犬・人間ともにリラックスしている状態が好ましいです。ぜひテレビを見ながらなど挑戦してください

お散歩デビューの準備

おうち編

おうちに慣れてきたら少しずつトレーニング

ここから
スタート



☐ 首輪などに慣れる



☐ リードを着けて室内を歩いてみる



☐ 社会化ビンゴにチャレンジ！

抱っこ散歩

おうちトレーニングに慣れてきたら…



☐ 獣医師に確認する



☐ 地面には降ろさない



☐ 社会化ビンゴにチャレンジ！

※必ず獣医師の指示に従い、他のわんちゃんとの接触も避けてください。

お散歩の実践

お散歩初日

ワクチンプログラムが完了したら…



首輪/リード/ハーネス



うんち袋
(ペーパーと一緒に)



ペットボトルの水
(掃除 & 水分補給)



おやつ
(フードでも可)

初日のゴール

- ☐ 外の世界に落ち着いていられた
☐ リードをつけて「3歩」歩けた

できたら
シールを
はってね

\ 最初は歩かなくても大丈夫 /

- 首輪やハーネスが抜けないかチェック
- 拾い食いに注意 (タバコ・木の実・食べ残しのゴミなど)
- 犬同士の挨拶は相手に確認を取ってから
- 犬が苦手な人もいますので、配慮する

おそと社会化ビンゴチャレンジ



外の刺激にも落ち着いていられる訓練



チャレンジのやりかた

- ①まずは「だっこ」でおそとにでかけてみよう。
- ②ビンゴにかいてあるものを探してわんちゃんと一緒に観察&○をつけてね。
- ③観察しながらなでてあげたり、おやつをあげてリラックス。
- ④わんちゃんが怖がっていたら、むりしないでうちにかえろう！



抱っこでは平気でも、自分で歩くと怖いこともあるよ。

獣医さんからおさんぽの許可が出たら、もう一度印刷して散歩でもチェックしてみよう！

ぼうしをかぶったひと 	自転車 	郵便ポスト 	メガネのひと 	カラスやはと
ベビーカー 	走る子ども 	マンホールのふた 	駅や人混み 	ゆれる枝・葉っぱ
くるま 	かさをさすひと 	自由に決めてね 	バイク 	バスのプッシュー
サイレン 	工事現場 	ふみきり&電車 	ねこ 	高齢者（つえ）
大きい男の人 	バタつく自転車カバー 	ゆらめく旗 	サングラスのひと 	マスクのひと

注意

- ・獣医さんのOKが出るまでは、地面には降ろさず、他のわんちゃんとの接触も避けましょう！
- ・わんちゃんが怖がったらすぐにストップ！！（無理にやるのは逆効果！！）

おそと社会化ビンゴチャレンジ



外の刺激にも落ち着いていられる訓練



チャレンジのやりかた

- ①まずは「だっこ」でおそとにでかけてみよう。
- ②ビンゴにかいてあるものを探してわんちゃんと一緒に観察&○をつけてね。
- ③観察しながらなでてあげたり、おやつをあげてリラックス。
- ④わんちゃんが怖がっていたら、むりしないでうちにかえろう！



抱っこでは平気でも、自分で歩くと怖いこともあるよ。

獣医さんからおさんぽの許可が出たら、もう一度印刷して散歩でもチェックしてみよう！

注意

- ・獣医さんのOKが出るまでは、地面には降ろさず、他のわんちゃんとの接触も避けましょう！
- ・わんちゃんが怖がったらすぐにストップ！！（無理にやるのは逆効果！！）

子犬のストレス発散 お散歩デビューの準備を…

つづき

基本コマンド4種



①基本コマンド おすわり

興奮を落ち着けたり、**集中**をこちらにむけてもらうときなどに便利！

②基本コマンド まて

玄関や車からの飛び出し防止などの**安全確保**。
まてができると「隠しっこ」などの遊びレパートリーも広がる

③基本コマンド おいで

脱走防止や、ドッグランでの**呼び戻し**に。
おいでができると雨の日におうちでできる遊びにも応用できる。

④基本コマンド ふせ

足元などで**穏やかに待ってもらう**ときに便利！
爪切りなどのお手入れのときも、低い姿勢で安定するのでお互いに負担が少ない。

どのコマンドも、おうちではできるけど
誘惑の多いお外ではできないことも多いです。
お散歩デビューしたら、ぜひお外でも試してみてください。

【再】主導権を にぎっちゃおう



わんちゃんとの生活に慣れてきたころに…

もういちどおさらいしておきましょう！

わんちゃんに**振り回されている**ことに、ストレスを感じたら…

主導権を握ることも視野に入れてみてください。



基本コマンド

①おすわり

こんなときに便利

興奮をスッと落ち着かせたり

集中をこちらに向けてもらう時に便利！



おしえる



①おやつに注目させ、わんちゃんの頭上にもっていく



②わんちゃんは見上げながら「ストン」と座ってしまう。同時に「おすわり」



③お尻が床についている状態で、すかさずご褒美のおやつ

※慣れてきたら徐々に「おすわり」のコマンドのタイミングを座る前にずらしていく。「おすわり」のあと「座る」が目標。

ハンドサイン



①「おすわり」といいながら人差し指を立てる



②コマンドを理解しているワンちゃんは座る



③座れたら褒める。徐々に「おすわり」と人差し指がセットだと理解する

※慣れてきたらハンドサインのみ（もしくは小さなコマンド）でも従えるようになるのが目標。

いろんな場所



①「廊下」「玄関」などいつも違うおうちの中



②お庭やおうちも前の道路など、比較的静かなお外で…



③誘惑の多い「公園」や交通量の多い道路など

※②や③は、わんちゃんがお散歩に慣れてきてから、気長にチャレンジしてくださいね。



基本コマンド

②まで

こんなときに便利

玄関や車からの飛び出し防止・安全確保や
「隠しっこ遊び」などにも便利！



おしえる



①片手におやつを持ち逆手のひらを見せる



②おだやかな声で「まって」
心の中で1秒数える



③1秒経ったら、「よし」で、手に持っていたおやつをあげる

※最初はわんちゃんはおやつが欲しくて、わけわからない感じになるかもしれませんが、回を重ねるごとに理解します

時間をふやす



①片手におやつを持ち逆手のひらを見せる



②おだやかな声で「まって」。
数える時間を5秒、10秒と増やしてみる



③待てたら、「よし」で、手に持っていたおやつをあげる

※最初は、時間がくるまでわんちゃんが物理的におやつを食べられないように手の中に隠してしまうのもアリ
徐々に見える状態でも我慢できるように...

距離をふやす



①1歩後ろにさがり、手のひらを見せて待つ



②1秒待ったら、そばに行く



③「よし」でおやつをあげる

※慣れてきたら、2,3歩と距離を徐々に増やしていき「おすわり」同様さまざまな場所でできるようになることを目指しましょう



基本コマンド

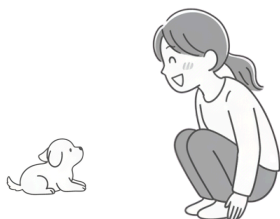
③おいで

こんなときに便利

うっかりリードを離れてしまったとき
拾い食い防止や、ドッグランの呼び戻しに…



おしえる



①短い距離で、明るい声で「おいで」とよんでみる



②最初はおやつを見せてしまうのもアリ



③来てくれたら褒めておやつをあげる

※「おいで」って呼ばれていくと、おやつがもらえる！！と、覚えてもらう

距離をのばす



①「まで」のとき同様、1歩下がる



②明るい声で「おいで」と呼びわんちゃんが来る



③褒めてあげておやつを上げる

※徐々に距離をのばしたり、別の部屋から呼んで書くかくれんぼみたいな遊びの要素を増やしても楽しい♪

いろんな場所



①いつもとは違う
おうちの違う場所
で



②誘惑の多い公園で



③散歩中に…
「拾い食い注意」

※他のわんちゃんや、おいしそうな地面の食べ物の誘惑には、ワンランク上の「極上おやつ」を登場させると効果的です✨



基本コマンド

④ふせ

こんなときに便利

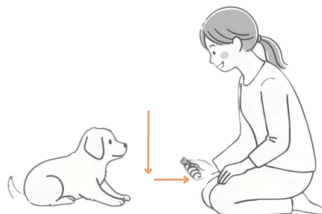
足元で穏やかに待っててもらう
爪切りなど、低い姿勢の方が体が安定する



おしえる



①「おすわり」を
させておやつを見
せる



②おやつをL字に動か
して、わんちゃんを
誘導する



③おやつについてきて
ふせの状態になればほめ
ておやつ

※L字に動かすことが分かりにくい場合には、以下の別の方法もためしてみる↓

別の方法



①「おすわり」を
させておやつを見
せる



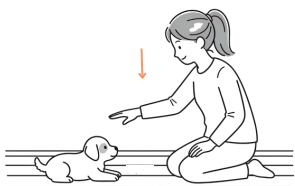
②足でお山をつくり、くぐ
るようにおやつで誘導する



③低い姿勢にかがみ、ふ
せの姿勢がとれたらおや
つ

※わが家はこちらの方法を採用しました

いろんな場所



ハンドサインは手
のひらを床にむけ
ておろす



①誘惑の多い公園で



②足元に落ち着いていら
れたら超ステキ！
(ハイレベルです。)

※わが家の愛犬はビビリなのでお腹が地面につくのがイヤみたいで、外ではあまりふせをしません…
でも、爪切りの時は愛犬の身体が安定するので「ふせ」の姿勢が活躍しています。

主 導 権

を、にぎろう

ごはん



ごはんのタイミングは飼い主が決める

わんちゃんが「ご飯クレー」って騒ぎだしたら一旦休憩。おとなしくなったらごはんをあげましょう。

さんぽ



さんぽのタイミングは飼い主が決める

わんちゃんが「散歩ツレテケー」って騒ぎだしたら一旦休憩。おとなしくなったら準備を再開してでかけましょう。

あそび



あそびのタイミングは飼い主が決める

わんちゃんが「アソベー」って騒ぎだしたら落ち着くまで待つ。一回おすわりさせてから遊ぶのもおすすめ。あそびが終わるタイミングも飼い主が決められるのが理想。

褒

め方



直前の行動を
5秒以内に褒める

高い声は
褒められている
と認識しやすい



叱

り方

「警告」したいときは、悪いことをしている瞬間の
現行犯逮捕！

低い声で短く
「NO」や「ダメ」
大騒ぎすると勘違いさせがち

お散歩デビュー

初めてのお散歩と防災



おそと社会化ビンゴ
防災チャレンジシート3枚

【再】お散歩デビュー準備



ワクチンプログラムが終わるまでの貴重な時間

おうちでリードを付けたり、**抱っこの散歩**にでかけましょう！

お散歩デビューが、より楽しくスムーズなものになりますように。

おそと社会化ビンゴ



抱っこでは大丈夫になっても、**自分で歩くとき**にはまた怖くなってしまいうわちゃんも…

お散歩ができるようになったら、お散歩をしながらのビンゴもおすすめです。

ペット防災3種



プロフィールシート

災害時にペットを誰かに預けるときや、離れ離れになってしまったペットを探すための作成

防災ミッション ロードマップ

つつい後回しになりがちな、防災グッズの準備を**スモールステップ**で取り組みます。

まずは近所の避難所が、ペットの同伴避難が可能か？確認するところから◎

お散歩デビューの準備

おうち編

おうちに慣れてきたら少しずつトレーニング

ここから
スタート



☐ 首輪などに慣れる



☐ リードを着けて室内を歩いてみる



☐ 社会化ビンゴにチャレンジ！

抱っこ散歩

おうちトレーニングに慣れてきたら…



☐ 獣医師に確認する



☐ 地面には降ろさない



☐ 社会化ビンゴにチャレンジ！

※必ず獣医師の指示に従い、他のわんちゃんとの接触も避けてください。

お散歩の実践

お散歩初日

ワクチンプログラムが完了したら…



首輪/リード/ハーネス



うんち袋
(ペーパーと一緒に)



ペットボトルの水
(掃除 & 水分補給)



おやつ
(フードでも可)

初日のゴール



- ☐ 外の世界に落ち着いていられた
- ☐ リードをつけて「3歩」歩けた

できたら
シールを
はってね

最初歩かなくても大丈夫！



首輪やハーネスが抜けないかチェック



拾い食いに注意 (タバコ・木の実・食べ残しのゴミなど)



犬同士の挨拶は相手に確認を取ってから



犬が苦手な人もいますので、配慮する



おなまえ

犬種：

性別：

避妊・去勢手術： 済 / 未

年齢：

生年月日：

体重

持病・アレルギー： あり / なし

🐾 医療/ID情報

かかりつけ動物病院：_____（TEL：_____）

最終ワクチン接種日：混合〇種____年____月 / 狂犬病____年____月

持病・アレルギー：_____

服用中のお薬：_____

鑑札番号：_____

狂犬病注射済票番号：_____

マイクロチップ番号：_____

🐾 トリセツ

性格：（例：ビビリですが、女性にはすぐ懐きます 等）

苦手なこと・NG事項：（例：雷の音、しっぽを触られると怒る 等）

排泄のクセ：（例：外でしかない、ペットシートでできる 等）

その他

🐾 飼い主の連絡先

氏名：_____（TEL：_____）

防災ミッション！ロードマップ

家族で安心！6ステップで防災リュックが完成！！

まずはここから
#



ステップ1

①避難所を調べる

※左側のシートにも記入します



ステップ2

②避難所まで歩いてみる



ステップ3

③防災ごっこ



ステップ4

④リュックに収納



ステップ5

⑤重たいものはおうちに



ステップ6

⑥当日持ち出すものをチェック

クリアしたら
色を塗るか
シールを貼って
次へ進もう！





STEP 1 避難所を調べる

うちの避難所はどこ？



スマホで簡単！



- ☐ 一番近い避難所は（ ）
- ☐ 避難所は ペット同伴（同じ部屋）／ペット同行（別の場所）？
- ☐ 地震が起きたら
リードをつける係（ ）
荷物を持つ係（ ）
その他注意点



避難所を調べ終わったら、最初のページのプロフィールシートの
記入まで済ませてしまいましょう！



STEP 2 歩いてみる

防災ロードの危険探し

- ①安全なルートを地図で探す
- ②実際歩いてみる
 - ☐ 崩れそうなブロック塀
 - ☐ ガラスが割れそうな場所
- ③危険があれば、ルートを見直す



※水が買える自販機もチェック

避難所までの所要時間

分



STEP 3 防災ごっこ

おうちde防災ごっこ



☐ ハウス・ゲーム

おやつを使って、喜んでクレート（ハウス）に入る練習！「ハウス」の声で入れたら大成功！
実際に避難に使う予定のクレートで試そう！！



☐ 足裏・からだタッチ！

ガラスを踏んでケガをしてないか？チェックするために足裏を触る練習。どこでも触らせ慣れておくとかケガなどの確認も素早くできる。



☐ 暗闇チャレンジ！

部屋の電気を消して懐中電灯だけで過ごしてみよう。
わんこの様子はどうだった？

メモ欄



STEP 4

常にいれておくもの

リュックで収納

- ☐ 予備の首輪&リード (両手があくショルダータイプが便利)
- ☐ 常備薬を入れるための袋やスペース
(お子さん・わんちゃんの誤飲を防ぐために、管理がしやすい場所へ)
- ☐ ウンチ袋 & ペットシート
(匂いの漏れないタイプを多めに！ペットシートは給水性が高く万能)
- ☐ 古タオル (汚れた体をふいたり、お子さんの防寒にも)
- ☐ ガムテープ&油性ペン (迷子札やケージにメモを記載するときに)
- ☐ 飼い主さんの匂いがついた古いTシャツなど
(わんちゃんが安心します)
- ☐ おりたたみの水入れ
- ☐ ウェットティッシュ (ノンアルコール・お子さんにも使える)
- ☐ プロフィールシート (ステップ1で作成したもの)
- ☐ ワクチン証明のコピー (最新のものに更新)



STEP 5

ストックを用意

重たいものはおうちに

- ☐ いつも食べてるフード / 水のストック
(常に未開封のストックがあると安心)
- ☐ クレート または キャリーリュック
- ☐ ペットシート ストック



STEP 4

当日持ち出す

当日持ち出すもの

- ☐ いつも食べてるフード (最低5日分をローリングストック)
- ☐ 常備薬
- ☐ お気に入りのおやつ
- ☐ キャリー・クレート

焦らないように、防災リュックの
良く見えるところに
メモなどで貼っておくのがおすすめ



おまけ
ついでにおさらい

その他の防災グッズ一覧



リュックに入れておくもの



食事・水分

飲料水 500ml×数本
非常食 1〜2日分



トイレ・衛生

携帯トイレ
(家族人数×数回)
防臭袋



安全・防寒

ヘッドライト
モバイルバッテリー
アルミブランケット
レインポンチョ



貴重品

保険証コピー
現金



おうちでストックするもの



食事・水分

飲料水1人3リットル×3〜
非常食
カセットコンロ
ラップ・他



トイレ・衛生

非常用トイレ 1人15回分〜
トイレトーパー
ティッシュペーパー
からだ拭き/ウェットシート



生活用品

寝袋・マットなど
暑さ対策
寒さ対策



当日持ち出すもの



スマホ



財布



カギ



メガネ



常備薬