

[会報誌]



×



株式会社ウィズペティ

株式会社ウィズメディカ

ウィズ倶楽部

Vol. **98**

毎月発行
2023/12



「もっと知りたい」「正しい知識を身につけたい」をお届けする情報誌。



犬猫向け記事byウィズペティ

メリットいっぱいブラッシング!
愛犬・愛猫のコミュニケーションにも.....p04

ペットの歯周病予防や腎臓病にも効果を発揮!
お腹にやさしい乳酸菌.....p08

人向け記事byウィズメディカ

実は冬に起こりがち! 意外と知られていない!?
健康トラブルについて.....p20

管理栄養士が解説
バランスの良い食事の定義と揃えることによる効果.....p24

Vol. 98

[会報誌]

ウィズ倶楽部



<https://withpety.com/club/>



<https://withmedica.com/club/>

犬猫向け記事byウィズペティ

- P04** メリットいっぱいブラッシング!
愛犬・愛猫のコミュニケーションにも
- P08** ペットの歯周病予防や腎臓病にも効果を発揮!
お腹にやさしい乳酸菌
- P11** 愛犬が
飼い主に何かを伝えたい時のサイン
- P13** 冬を健康に乗り切る!
猫が快適に過ごせる温度と寒さ対策
- P15** 犬の病気辞典
犬の股関節形成不全について
- P17** 猫の病気辞典
猫の臍ヘルニアについて
- P19** 幸せを呼ぶペット占い

人向け記事byウィズメディカ

- P20** 実は冬に起こりがち!意外と知られていない!?
健康トラブルについて
- P24** 管理栄養士が解説
バランスの良い食事の定義と揃えることによる効果
- P26** 痛み止めにはどんな種類がある?
痛み止めの選び方について



ウィズペティ犬猫病気辞典
YouTubeチャンネル
開始のお知らせ

2021年2月3日 犬猫病気辞典のYouTubeチャンネルを開設をいたしました。毎週火曜日・木曜日に動画をアップいたします。ぜひ皆様の【チャンネル登録】をよろしくお願いいたします。YouTubeで「ウィズペティ」で検索、またはQRコードからアクセスをお願いします。



チャンネル
登録よろしく
お願いします。

愛犬
愛猫に

メリットいっぱいブラッシング! 愛犬・愛猫のコミュニケーションにも

ブラッシングをするメリット

ペット栄養管理士 伊藤 悦子

麻布大学獣医学部環境畜産学科(現・動物応用科学科)卒

毛並みを整える

ブラッシングによって毛並みが整います。

特に長毛種は、こまめなブラッシングによって、毛のもつれや絡まりが予防できます。ブラッシングは毛のつやを良くする効果もあるのです。

ネコちゃんの毛玉吐きを減らせる

ブラッシングによって、毛玉吐きを減らせるのもメリットです。舐めて手入れをする際、抜け毛を飲み込むためお腹の中で毛玉ができてしまいます。

あまりにもお腹に毛玉が溜まり大きくなると「毛球症(もうぎゅうしゅう)」という病気になることも。定期的なブラッシングで抜け毛を取り除けば、毛玉吐きや毛玉詰まりを予防できます。

余分な抜け毛を取り除く

ワンちゃんもネコちゃんも、抜け毛を取り除けるのがメリット。ネコちゃんは自分の舌でグルーミング(手入れ)をしますが、取り除ききれない毛があります。

ワンちゃんも抜け毛が多くなる時期があります。

特にオーバーコート(上毛)とアンダーコート(下毛)が生えているダブルコートのワンちゃんは抜け毛が大量です。オーバーコートの毛だけのシングルコートの子も抜け毛はあるのでブラッシングは必須です。

血行が良くなる

ブラッシングは皮膚への適度な刺激になるため、血行が良くなります。ゴシゴシ力を入れないのがコツですよ。

ブラシ選びのコツ



ペット用ブラシを何種類か用意しましょう。「毛玉を取る」「つやを出す」などの目的で使い分けるといいですね。

「スリッカーブラシ」

「ラバーブラシ」

「ピンブラシ」

「ゴム」

「獣毛ブラシ」

などが代表的です。

手にはめて使う、グローブタイプもありますよ。

抜け毛や毛玉を取り除くなら

「スリッカーブラシ」がいいでしょう。

う。スリッカーブラシはブラシ部

分が針金で先がとがっているため、力を入れないようにします。

先が丸くなっているスリッカーブ

ラシ

Brushing



ノミやダニなど
寄生虫を
見つけやすい

愛犬や愛猫の皮膚に付いたノミやダニなども、ブラッシングによって見つけやすくなります。ただし、虫を見つけたら自己判断で市販の薬を使わず、まずは動物病院を受診しましょう。特にマダニが付いている場合、むりやり取ってはいけません。獣医師の診察が必要です。

ブラッシングは
健康チェックにも

ブラッシングをすると、被毛や皮膚の異常にいち早く気づけます。傷や腫瘍なども早く見つけられますよ。さらに、ブラッシングで足を持ったときに痛がるなど、関節の異常にも気づきやすいのもメリットです。異常を見つけたときや愛犬・愛猫が痛がるときは、早めに動物病院を受診してください。

愛犬・愛猫との
触れ合いタイムにも

ブラッシングは愛犬・愛猫に手で触れたり声を掛けたりするので、コミュニケーションにも最適です。愛犬・愛猫の温もりを感じると、飼い主さん自身も心が穏やかになっていくきます。



ラシが安心です。
ゴム製の「ラバーブラシ」なら、皮膚にやさしく抜け毛も取りやすいでしょう。

「ピンブラシ」は、ホコリを取り除いたり、もつれた毛をほぐしたりに適しています。

長毛種の仕上げには、「コーム」を使いましょう。

毛並みがきれいに整いますよ。

被毛のツヤを出したいなら、「獣毛ブラシ」が適しています。

ブラシを怖がったり、ブラッシングを始めたりしたばかりなら、グローブタイプを使ってみましょう。手にブラシ機能が付いたグローブをはめて被毛をなでるだけ。ソフトな感覚で、愛犬・愛猫もリラックスできますよ。



ブラッシングに慣れていない子には？

慣れていない愛犬・愛猫には、まずブラシそのものの存在を嫌がらないようにします。

愛犬・愛猫がくつろぐ場所に、さりげなくブラシを置いておきましょう。「ブラシのニオイを嗅いだら、おやつを与える」などブラシにいい印象を持てるようにします。

ブラシを怖がらなくなったら、頭の後ろなど嫌がらないところから始めるのがコツ。いきなり全身をブラッシングするのではなく「30秒でもブラッシングできたら上出来」くらいの気持ちでいると気が楽です。特にネコちゃんは、ちよつとでもいやなことがあると一切やらせてくれなくなる恐れも。

好きなおやつを与えながら、ブラッシングするといいですね。

愛犬には「いい子だね」と褒めて、おやつを与えます。愛猫は大げさに褒められると嫌がる場合があるので気を付けてください。

ブラッシングのコツは？

あまり力を入れすぎないようにして、痛い思いをさせないことがコツです。「コシコシ」する必要はありません。ピンブラシやスリッカーブラシは、飼い主さんの手にあてて、力の入れ具合を確認しておきましょう。

一度痛い思いをすると、ワンちゃんもネコちゃんもブラッシングを嫌がるようになるので気を付けてください。

痛い思いをさせてしまった場合は、グローブタイプブラシなどで少しずつ慣れさせましょう。

嫌がった場合は、少しだけ時間を空けてからブラッシングから解放します。すぐに解放すると「嫌がれば思い通りになる」と覚えてしまうためです。





ブラッシングの頻度はどのくらい？

長毛種や抜け毛の多い愛犬・愛猫は、毎日行います。

ただ、毎日たっぷり全身をブラッシングすると負担になるので「今日は背中だけ」などと決めて少しずつ行うとお互い気楽ですよ。

病気になったネコちゃんや高齢の

ネコちゃんは、自分でグルーミングできなくなるケースがあります。飼い主さんが代わりにこまめにちよつとずつグルーミングしてあげましょう。

若いネコちゃんでも口内炎や首の痛みなどで、グルーミングができなくなる場合があります。

「最近グルーミングしていないな」と気づいたら、動物病院を受診してください。

まとめ

ブラッシングをすると愛犬・愛猫の毛並みが整うだけでなく、皮膚病や寄生虫を早く発見できます。さらに飼い主さんとのコミュニケーションにもなるので、ぜひ習慣にしましょう。一気にやらず、少しずつやると愛犬・愛猫も嫌がりません。お互いの温もりを感じながら、ブラッシングタイムを楽しんでくださいね。



お腹にやさしい乳酸菌、 ペットの歯周病予防や腎臓病 にも効果を発揮!



TVのCMなどでも頻繁に耳にするようになった乳酸菌、それらが体にとっていいものであるということは何となく私たちの意識の中に浸透していますね。

実際、医療分野でもその作用は注目され、様々な分野で活用されつつあります。

今回は犬猫などのペットに行われる獣医療分野でも活用されてきている

乳酸菌の働きについてまとめました。

獣医師 齋藤厚子

最近なにかと耳にする乳酸菌、皆さんは乳酸菌と聞くところのないイメージを持つでしょうか？

多くの方は「お腹の調子を整える体に良い菌」というような漠然としたイメージを持っているのではないかと思います。

乳酸菌の体に与える作用は二十数年の間で非常に研究が進められ、これまで注目されてきた整腸作用の他にも体に良い多くの作用があることがわかってきたことから、様々な分野で活用されるようになってきています。

それはヒトの医療の分野だけでなく獣医療分野でも同様で、単に健康増進というだけでなく口腔内疾患の予防・改善や腎臓病の治療補助など、医療の一環として取り入れられてきています。

今回は乳酸菌がペットの医療・健康管理にどのように活用されているのかについてお話しします。

乳酸菌ってどんなもの？

乳酸菌は腸内細菌の一種として知られていますが、腸内には乳酸

菌以外にも大腸菌やビフィズス菌など多くの種類の細菌が存在しており、その働きによって善玉菌や悪玉菌、日和見菌などとも呼ばれます。

乳酸菌はビフィズス菌とならび代表的な善玉菌の一つで、腸管内で体にとって良い働きを持つ菌です。因みに「乳酸菌」とは特定の一種類の菌につけられた名称ではなく、代謝によって乳酸という成分を産生する細菌類につけられた総称です。

そのため同じ乳酸菌でも中には様々な作用を持つ多くの種類の菌が存在し、生物の腸管内だけでなく自然界に存在する乳酸菌もあり、それらは漬物や味噌などに含まれる植物性乳酸菌、乳製品などに含まれる動物性乳酸菌などに分類されます。

テレビのCMや乳酸菌が配合された食品などのパッケージでは、〇〇乳酸菌や乳酸菌K〇〇、乳酸菌L〇〇などというワードをよく見かけますよね。

それらは数多くある乳酸菌の中

から特定の機能に特化している

と見いだされた乳酸菌です。ヨーグルトや乳酸菌飲料などに含まれるものはお腹の調子を整えるものとしてなじみ深いものですが、近年はチヨコレートに含まれていたたり、乳酸菌を補助的に摂取できるようなタブレットなどもお菓子売り場で見かけるようになりました。

それらの乳酸菌は食品として体に取り込まれることで、腸管内で善玉菌として働き、悪玉菌の増殖による悪い作用を抑え込むことで腸内環境を改善することに役立っています。

その作用は便の形状の改善や便の速やかな通過を促す整腸作用だけでなく、腸内環境を整えることで免疫の働きを調整する効果、歯周病の予防、中には内臓脂肪や血中コレステロールを低下させる作用などまで報告されており、目的に合った乳酸菌を食事に取り入れることで健康増進に役立つことが期待されています。

実際、ヒトの医療分野ではインフ

ルエンザの発症予防効果、ピロリ菌の抑制、花粉症やアレルギー等の症状軽減など免疫系に作用する効果なども研究されているのです。ペットの医療にもその一部が徐々に活用されるようになってきており、腸内環境の改善による健康増進効果に加え、特に歯周病の予防・治療や腎臓病の症状軽減などにも活用されるようになってきています。

乳酸菌と歯周疾患

乳酸菌はペットの口腔ケアに活用されてきています。

消化管の入り口である口腔内には、腸管と同様に多くの細菌が常在しており、その菌の数が異常に増えたりバランスが崩れることによって歯肉炎や歯周病などの口腔内トラブルが起こります。

歯周病菌の数の増加には、食事の残りカスを餌に口腔内の細菌が形成する歯垢が関わっており、歯垢の中で歯周病菌が増殖し、歯肉炎や歯周病を起こす原因となります。

ある種の乳酸菌は口腔内で善玉菌として働き、歯周病の原因となる菌の増殖に対して抑制的に働くことがわかっています。

それらを積極的に摂取することは口腔内環境を整え、歯周病への発展を防いでくれると考えられます。

お口の健康のためには食後の歯磨きなどで食事の残りカスや歯垢を除去するデンタルケアが欠かせませんが、補助的にこのような作用を持つ乳酸菌を取り入れることで、ケアしにくい歯周ポケット内の歯周病菌の増殖を抑えることができ、より効果的に歯周病を予防できると期待されています。

サプリメントのような形で摂取するタイプやデンタルジェル、デンタルスプレーなどに配合されているものなど形態は様々ですが、乳酸菌がペットに多い歯周疾患の予防・治療の一助になりつつあり、動物病院でも歯周病の予防・治療補助や、歯石除去後のアフターケア

の一つとして紹介することが増えてきています。

乳酸菌と腎臓病

高齢の犬猫に比較的多くみられる腎臓病、その治療補助としても乳酸菌が活用されるようになってきています。

乳酸菌が存在する消化管とは関係ないように思える腎臓の病気で、なぜ乳酸菌が役立つのでしょうか？

腎臓は体内で作られた老廃物を血液から濾しとり尿として排泄する、という重要な役割を担っています。

しかし腎臓の機能は加齢とともに徐々に低下してしまうことが多く、高齢動物では慢性腎臓病を抱えている動物が少なくありません。

腎機能が低下すると、体から排泄されるはずの老廃物が排泄されずに体内に溜まりがちになります。すると血中に溜まった老廃物の一種である窒素老廃物が腸管に流れ込み、腸管壁から再吸収され、

再び腎臓に負担をかける悪循環が生まれます。

それが重度になると尿毒症という状態になり、消化管粘膜や体内の臓器のいたるところに悪影響を及ぼすようになってしまい、食欲不振や吐き気、倦怠感などの不快症状が強く現れ、末期には痙攣などを起こすようになることもあります。

乳酸菌の中には、代謝の際にこの窒素老廃物を利用・代謝することができるものが存在し、腸管内で窒素老廃物を処理してくれることがわかってきたのです。

腸管内で処理される窒素老廃物が増えれば、その分腎臓にかかる負担を軽減することができ、また窒素老廃物が体に貯留することで生じる不快症状（食欲不振や吐き気など）を軽減し腎臓病の動物の生活の質を向上させることにも繋がります。腎臓は肝臓と異なり再生能力のある臓器ではないため、失われた腎機能が自然に回復することはありません。

そのため慢性腎臓病の治療は、残っている腎臓の機能をできるだけ温存しながら、体に老廃物が貯留しないように、老廃物ができにくいような療法食を食べたり、老廃物を吸着してくれるような活性炭などの吸着剤を投与したり、尿としての排泄を促すために点滴を行ったりします。

老廃物を利用して代謝を行ってくれる乳酸菌を補充することは腎臓に負担をかけることなく体に有害な老廃物を除去することができ、治療として、海外でもペットの医療に浸透してきています。

乳酸菌と免疫関連疾患

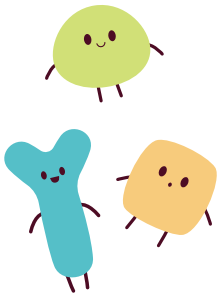
腸管は免疫器官としても重要な役割を果たしています。

腸の粘膜は重要な体のバリアの一つで、腸内環境が乱れると腸粘膜のバリアが破綻しやすくなり、感染症にかかりやすくなったり、アレルギー物質の侵入を許すことでアレルギー疾患を発症しやすくなったりすることがわかってきています。

そのため腸内環境を整えることは、腸の免疫器官としての働きもサポートすることにつながると考えられています。

ヒトでは乳酸菌による腸内環境の改善効果は、インフルエンザの発症予防やピロリ菌の抑制などにも効果があるといわれており、免疫の過剰反応によっておこる疾患（アトピー性皮膚炎やアレルギー性疾患）の症状軽減にもつながると考えられ、研究が進められてきています。

獣医療においても今後の研究によって、乳酸菌を積極的に摂取することが腸管内の環境を整え、免疫の反応を正常化することで感染症の発症を抑制したり免疫疾患の症状を軽減させる補助的な治療になっていくのではないかと期待できます。



終わりに

乳酸菌は私たちヒトや動物を取り巻く数多くの菌の中でも、健康をサポートしてくれる味方のような存在です。

現在報告されている効果だけでなく、まだまだたくさんの方の健康に役立つ作用が隠れているのではないかと期待してまいります。

乳酸菌を補充できるサプリメントや、ペットフード、おやつなどのパッケージにも乳酸菌の文字を見つけたら、どんな効果があるのか少し興味をもって読んでみてください。

目的に応じて意識して乳酸菌を取り入れることは、きっと愛犬・愛猫の健康増進や治療に役立つことでしょう。



おすすめ商品

毎日爽快 植物酵素&乳酸菌



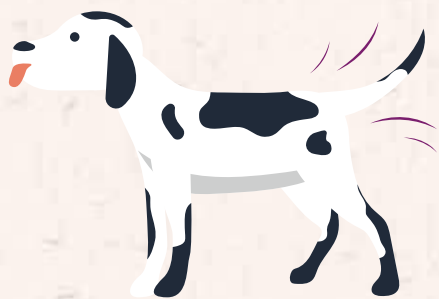
犬用
チキン味
(錠剤)

猫用
カツオ味
(錠剤)

犬猫兼用
ミルク味
(粉末)

腸の健康維持に

「毎日爽快 植物酵素&乳酸菌」は腸の健康のために6種類の成分（植物発酵エキス（プロアテーゼ・アミラーゼ・リパーゼ・セルラーゼ・ラクターゼ）、生きて腸まで届けることにこだわった有胞子性乳酸菌、ピフィズ菌、ビタミンB2、ビタミンB6、ビタミンC）を配合しています。安心安全の国産品質、GMP、ペットフード安全法、残留農薬のポジティブリストに基づき、香料・着色料・保存料・化学調味料を使用せずに製造しています。犬用サブリはチキン味錠剤タイプ（1袋60粒入り）、猫用サブリはカツオ味錠剤タイプ（1袋60粒入り）、犬猫兼用にミルク味粉末タイプをご用意しております（1袋60杯入り/付属スプーン付き）



愛犬が飼い主に何かを伝えたい時のサイン

犬の気持ちわかるとコミュニケーション取りやすいですね。少しでも理解してあげられたら、私たち飼い主も嬉しいし、きっと愛犬も嬉しいはずですよ。

ドッグセラピスト 安藤夏子

愛犬が飼い主に何かを伝えたい時のサインがあることを知り、知でしょうか。言葉は発せないけれど、色々なサインで、自分の意志や気持ちなどを伝えたいことを教えてくれています。

愛犬からのサインを理解してあげることができれば、コミュニケーションも取りやすくなるし、絆も深まることでしょう。

ここでは代表的なサインをいくつかご紹介いたします。最後まで読み進めていただければ、犬たちの伝えたいことが少し理解できるようになると思います。

ボディランゲージと表情

犬の体の部位の変化で伝えている場合、以下のような変化があるようです。

しっぽの位置

幸せだったり、満足している状態ではしっぽを高く、また興奮しているとき、パタパタと元氣よく振る動作をします。逆に、恐怖を感じたり不安なときは、しっぽはダランと下げたり、体に密着させたりします。

耳の位置

耳が前向きにしていると、興奮したり、興味深々だったりするようです。逆に、後ろに倒れている場合は恐れや不安を感じているかもしれません。

目の表情

犬の目は感情を表す重要な要素です。幸福感を感じているときは目がキラキラして見えますが、不安や痛みを感じている場合は伏目がちで、飼い主さんの事も目使いで見ているようです。何か粗相や失敗してしまったり、きにも、こんな仕草をしますね。

唇と歯

興奮状態の犬は、口を開けて歯を見せていることがあります。しかし、これは攻撃的なサインではなく、警戒している時に見せることが多いようです。

ジェスチャー

犬は、特定のジェスチャーで動作中に何かを伝えようとすることがあります。

以下は一般的なジェスチャーの例です。

掌や手首を舐める

この行動は不安や痛みを感じている場合に見られることがあります。犬は痛みを感じたり、不安を感じたりすると、このようなジェスチャーを使って安心を求めます。

甘えの要求

愛犬は、飼い主に対して撫でてもらいたいとき、頭を抱えてスリスリ寄ってきたり、足を差し出したることがあります。

遊びの誘い

遊びたいとき、犬は尾を振ったり、前足を伸ばし、お尻を高くして、しっぽをビュンビュン振ります。

鳴き声で伝える

犬は吠えたり、鳴いたり、うなったりすることで、何かを伝えようとしています。

以下は一般的な音声や音によるサインです。

吠える

犬は他の犬や人、動物などに対して注意を払うために吠えることがあります。吠える理由に注目してみてください。

何かを伝えたいかもしれません。

鳴く

鳴き声は不安や寂しさ、飢え、外に行きたいなど、さまざまな感情や欲求を表すことがあります。

うなる

恐れや不安を感じているときに犬がうなることがあります。

また、他の犬とのコミュニケーションにも使用されます。

姿勢や動き

これは、ジエスチャーの項目と似ています。愛犬の姿勢や動きも、何かを伝えようとするサインを示すことがあります。以下は一般的な姿勢や動きの例です。

背中を丸める

恐れや不安を感じているとき、犬は背中を丸めて小さくなる場合があります。

歩き方

自信があるとき、しっぽを高く見せるように堂々と歩きます。

逆に、不安定な歩行やしっぽを下げることは不安を示すサインかもしれません。

ジャンプや興奮したときの飛び跳ね

愛犬が飼い主さんの注意を引きたい時に、ジャンプや飛び跳ねることがあります。お留守番していて飼い主さんが帰宅すると、こんな風に駆け寄ってくることはありませんか。嬉しさから興奮している時の様子ですね。

気配り・サポート

愛犬は飼い主さんに対して気配りやサポートを示すことがあります。以下は一般的なサポートのサインです。

体重を寄せる

愛犬が飼い主さんのそばに寄りかかるように体重をかけることは、「安心して〜」「大丈夫だよ〜」と寄り添ってくれているのかもしれない。

体をくっつける

またこれも同じように、犬が飼い主さんにくっついて寄り添うことは、安心感や快適さを与えてくれているのかもしれないですね。

家族が喧嘩したりして、泣いたりする、愛犬はそっと側に寄り添ってくれたりしますよね。

手を舐める

愛犬が飼い主さんの手を舐めることは、愛情や信頼を示す時の代表的なサインです。

まとめ

いかかでしたでしょうか。ご紹介した内容は本の一部にすぎません。また代表的で比較的犬全般に共通するような内容です。あなたの愛犬独自の表現や仕草・サインなどもあるかもしれません。愛犬を良く観察してみてください。新しい発見があるかもしれませんよ。愛犬の気持ちや伝えたいことが理解出来たら楽しいと思いませんか。また具合がわるかったり、痛みがある事も早く気が付いて上げることが出来ます。愛犬とあなたのコミュニケーションの手助けになれば幸いです。

おすすめ商品

毎日愛眼

ブルーベリー&ルテイン



犬用

チキン味(錠剤)

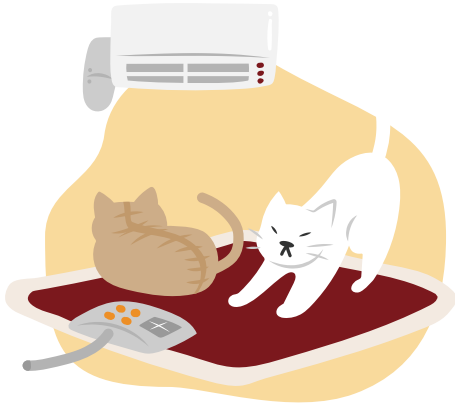


犬猫兼用

ミルク味(粉末)

目の健康維持

「毎日愛眼 ブルーベリー&ルテイン」は目の健康維持の為に7種類の成分(ブルーベリー(ビルベリー)ルテイン(マリーゴールド)・プロポリスエキス・アスタキサンチン・メグスリノキエキス・紫イモ・カシス)を配合しています。安心安全の国産品質、GMP、ペットフード安全法、残留農薬のポジティブリストに基づき、香料・着色料・保存料・化学調味料を使用せずに製造しています。犬用サプリはチキン味錠剤タイプ(1袋60粒入り)、犬猫兼用にミルク味粉末タイプをご用意しております(1袋60杯入り/付属スプーン付き)



冬を健康に乗り切る！ 猫が快適に過ごせる 温度と寒さ対策

猫が快適に過ごせる温度、簡単に出来る寒さ対策、寒さ対策を行う上での注意点について

獣医師 西岡優子

猫は寒さに対してストレスを感じるため、気温の下がる時期になると体調を崩すことが多くあります。今回は猫が快適に過ごせる温度、簡単に出来る寒さ対策、寒さ対策を行う上での注意点について解説しますので、是非参考にしてください。

猫が快適に 過ごせる温度とは？

一般的に、健康な成猫が快適に過ごせる温度は18〜26℃です。子猫は日齢によって異なり、生後10日前後では32〜34℃、生後14〜21日では28℃前後、生後およそ1カ月では25℃前後で快適に過ごせます。特に、生後間もない子猫は寒さに弱く、命に関わる場合もあるため注意が必要です。また、老猫は若い頃に比べ筋肉量が低下しており、体温を維持することが難しいため、成猫の適温である18〜26℃より2〜3℃高い環境で快適に過ごすことができます。

簡単に出来る寒さ対策

① 暖房器具を使用する

猫の寒さ対策としては、エアコンやホットカーペット、こたつなどの暖房器具を用いるのが一般的です。

ただ、1日のなかの温度変化が大きいと猫が体調を崩しやすくなるため、エアコンを使用する場合は1日を通して一定の温度になるように注意しましょう。

外出中もエアコンをタイマーで動かせ、温度変化が10℃以上にならないことが理想的です。

また、猫も人同様、空気が乾燥するとウイルス感染のリスクが高くなるため、湿度も50〜60%になるよう維持するようにしましょう。

② 室内配置を工夫する

猫は1日の大半をベッドで寝て過ごすため、冬場はベッドの位置を暖かい場所に変えてあげましょう。

暖気は高いところへたまりやすいため、ベッドを棚の上など高い位置に置くことで寒さ対策になります。

また、冷気の入りやすい窓際や、吹き間風にさらされるドア付近、底冷えのする床へのベッドの直置きは避けるようにしましょう。

もし、ベッドの位置が変更できない場合には、窓の冷気やドア付近の吹き間風を防ぐために、アルミシートやすきまテープなどを活用するのも良いでしょう。どうしてもベッドを床に直置きしなければいけない場合には、タオルケットや断熱マット、ダンボールなどを敷くと、底冷えの予防になります。

さらに、部屋がいくら暖かくてもトイレや水飲み場が寒い場所にあると、猫が排泄や水を飲むことをギリギリまで我慢してしまつてしまうことがあります。そうなると、脱水や膀胱炎、尿石症、尿道閉塞などの病気を引き起こすリスクが高くなってしまいます。冬場はできるだけ暖かい場所にトイレや水飲み場を移動させましょう。また、複数水飲み場を用意したり、飲み水を少し温めてぬるま湯にしたり、トイレや水飲み場までの導線にカーペットを敷いたりなどの対策もオススメです。

③保温グッズを活用する

ペット用の湯たんぽや電子レンジで温めるカイロなどの保温グッズで寝床を温めるのも寒さ対策になります。

これらの保温グッズは電源なしで程よい温度が持続するため、お留守番の時に最適です。

ただ、これらの保温グッズを使用する際には、低温やけどを防ぐために必ずタオルなどを巻いたり、カバーをするようにしましょう。

寒さ対策を行う上での 注意点

暖房器具を使う際には、猫が脱水や熱中症を引き起こしやすくなるため、部屋が暑くなりすぎないように注意が必要です。

また、エアコンの温風が直接当たったり、ホットカーペットが暑いと感じたときに他の部屋へ移動できるようにドアを少し開けておくこと安心です。40〜50℃といった体温よりも少し高めの温度に長時間触れると、低温やけどを起こしてしまいます。

湯たんぽにタオルを巻いたり、ホットカーペットの上に厚手のカバーやタオルを敷いたりなど、低温やけどに注意しましょう。

猫がこたつにもぐりこんでいる時にも、酸欠や脱水症状を引き起こさないよう、スイッチをこまめに切ったり、こたつ布団を捲り上げて冷気を入れ、空気の入替えをしてあげてください。

暖房器具の種類によっては、猫のやけどにも注意が必要です。

ヒーターなどは、パーテーションやガードなどで仕切りを作ったり、サークルで囲ったりなど、猫が直接触れられないよう気を付けましょう。

特に、猫だけのお留守番の時は、いたずらによるやけどや感電、火事の恐れがあるため、ヒーターやホットカーペットの電源は切つて使用せず、保温グッズを使用した方が安全です。

もし、保温グッズだけでは寒さが厳しそうなら、エアコンを使用するようにしましょう。

まとめ

猫に小さく丸まってずっと動かない、鼻水が増える、細かく震えている、あまり水を飲まない、トイレの回数が減るなどの様子見られたら、寒いと感じているサインです。寒さ対策をしないまましていると、膀胱炎や尿路閉塞などといった重大な病気を引き起こす場合があります。そのため、このようなサインが見られたら快適に過ごせるよう寒さ対策をしてあげてください。

猫に合った寒さ対策を取り入れてあげて、寒い冬を健康に乗り切りましょう。



おすすめ商品

毎日免活

冬虫夏草 & L-リジン



猫用
カツオ味(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味(粉末)

免疫の健康維持に

「毎日免活 冬虫夏草&L-リジン」は健康維持の為に8種類の成分(冬虫夏草(カイコ由来サナギタケ)・L-リジン・フェカリス菌・メカブ・メシマコブ・β-カロテン・ビタミンC・鉄分)を配合しています。安心安全の国産品質、GMP、ペットフード安全法、残留農薬のポジティブリストに基づき、香料・着色料・保存料・化学調味料を使用せずに製造しています。猫用サプリはカツオ味錠剤タイプ(1袋60粒入り)、犬猫兼用にミルク味粉末タイプをご用意しております(1袋60杯入り/付属スプーン付き)

犬の病気辞典

犬の股関節形成不全について

葛野 宗 先生



犬の股関節形成不全とは

大型犬に多い股関節の先天性疾患です。

後肢の骨(大腿骨)と骨盤をむすぶ関節である股関節が、正常とは異なるかたちに生まれてきてしまう先天性疾患です。

大型犬で多い疾患です。

股関節形成不全の犬では腰を回すような歩き方、もしくはうさぎ跳びで歩くなどの特徴的な歩様が見られます。

股関節形成不全では関節の安定性が良くありません。

股関節脱臼や関節軟骨の異常な

摩擦を引き起こし、老化性に骨関節炎を続発します。

犬の股関節形成不全の症状とは

歩様の異常、後肢の痛みがみられます。

発症早期では歩様の異常(腰を回すような歩き方、うさぎ跳び)がみられます。

股関節の不安定により関節軟骨などの炎症が発生し、痛みや股関節のさらなる変形が引き起こされます。

股関節形成不全がある程度進行すると、股関節脱臼が続発するようになり、痛みもさらにひどくなります。

片側性の発症では、この疼痛のせいで片肢を使わないようになり、筋肉が萎縮します。

治療や、成長による股関節の一時的な安定傾向により、痛みは一時的に軽度になりますが、関節内での炎症反応は止まりません。

最終的に老化性に骨関節炎が続

発し、関節可動域が極端に狭まり、強い痛みが発生します。

起立困難になる場合もあります。

犬の股関節形成不全の原因とは

遺伝的要因、肥満症による負荷が原因になります。

遺伝的な原因が示唆されている疾患です。

股関節は大腿骨のてっぺりである「大腿骨頭」と骨盤のへこみである「寛骨臼」が組み合わせることで形成されます。

大腿骨頭、もしくは寛骨臼のかたちが正常とは異なることとなるかたちに生まれてくることで、この疾患は先天的に発生します。

股関節の形成不全が小さく、疾患とはいえないが高リスクな状態では、肥満や過剰な運動などにより股関節形成不全が発症することがあります。

特にゴールデン・レトリバー、ラブラドル・レトリバーなどの犬種では食欲旺盛であり、肥満

になりやすい傾向にあります。遺伝的な高リスクと併せて、本症の発症リスクが高い理由の一つだと考えられます。

犬の股関節形成不全の好発品種について

以下の犬種で好発がみられます。

- ゴールデンレトリバー
 - ジャーマンシェパード
 - ラブラドルレトリバー
- 大型犬に多い先天性疾患です。ジャーマン・シェパード、ゴールデン・レトリバー、ラブラドル・レトリバーなどが好発犬種だと言われています。



犬の股関節形成不全の 予防方法について

肥満症の予防をおこなうことで
リスクを軽減します。

先天性疾患としての股関節形成
不全は予防することができません。

股関節形成不全の高いリスク(軽
度の股関節の変形など)を持って
生まれた場合や、先天性にすでに
発症しているが症状が軽度な場
合では、食事・運動制限によつて
発症や病状の悪化を予防するこ
とができます。

これらの予防は、主に成長期の犬
で行われます。
成長期の大型犬は、健康な状態
であっても急激な体重増加がみ
られます。

また、好奇・心旺盛であり過剰な運
動をしがちな年齢です。
食事・運動制限をすることにより、
成長期の股関節へのダメージを抑
え、成長に伴った関節の安定化を
促す目的があります。

犬の股関節形成不全の 治療方法について

症状が重い場合におこなう外科
的治療と、対症療法である内科
的治療があります。

股関節の再建を目的とした外科
的療法と、炎症反応や痛みを軽
減するための内科的療法があり
ます。

これらは股関節形成不全の進行
度合いや、治療方針により選択さ
れます。

外科的療法では症状を大幅に抑
えることができますが、麻酔や感
染などのリスク、金銭的な負担な
どのデメリットがあります。

内科的療法では股関節形成不全
の進行を遅くすることができます
ですが、将来的な骨関節炎の発症に
対して外科療法と比較して効果
が低いと言えます。

また、これらの治療法は食事制限
と運動制限を併せて行う場合に
多くあります。

股関節形成不全が骨関節炎を併
発してしまっている場合、股関節

形成不全のみ発症している場合
の外科的療法と比較してより侵
襲性の高い術式を行う必要があ
ります。

股関節形成不全単体では股関節
の修復・再建を行います。骨関
節炎と併発している場合、大腿骨
頭の切除や股関節の人工関節へ
の置換を行う必要があります。



おすすめ商品

毎日散歩

グルコサミン&イミダゾールペプチド



犬用 犬猫兼用
チキン味(錠剤) ミルク味(粉末)

関節の健康維持

「毎日散歩 グルコサミン&イミダゾールペプチド」は関節の健康維持のために8種類の成分(グルコサミン、イミダゾールペプチド、プロテオグリカン、コンドロイチン、II型コラーゲン、ビタミンD、緑イ貝[モエギイガイ]、MSM)を配合しています。安心安全の国産品質、GMP、ペットフード安全法、残留農薬のポジティブリストに基づき、香料・着色料・保存料・化学調味料を使用せずに製造しています。犬用サプリはチキン味錠剤タイプ(1袋60粒入り)、犬猫兼用にミルク味粉末タイプをご用意しております(1袋60杯入り/付属スプーン付き)

猫の病気辞典

猫の 臍ヘルニア について

齋藤厚子先生



猫の臍ヘルニアとは

腹腔内の脂肪や腸が臍輪から皮下に脱出した状態です。

ヘルニアとは、体内のある臓器が本来あるべき場所から脱出してしまった状態を指す言葉です。

臍部分に起こるヘルニアを臍ヘルニアといい、腹腔内にある脂肪や腸が、臍輪という穴から脱出した状態となります。

軽度のヘルニアでは脂肪だけが脱出するため、特に症状はなく、やわらかい膨らみとして触知されるだけです。ヘルニア輪が大きく、腸管が脱出している場合には、腸閉

塞を起こす危険性があります。

スキンシップの一環としてヘルニアが急に大きくなった、赤く腫れているということがないかどうかはチェックする必要があります。

猫の臍ヘルニアの 症状とは

多くは無症状です。

ヘルニアがあっても、脂肪が脱出しているだけの場合には全く症状はありません。臍部分のやわらかい膨らみとして触知され、指で押すと、中の脂肪をお腹の中に戻すことができます。

既にヘルニア輪が閉じている場合には腹腔内に脂肪は戻せませんが、それ以上大きくなることもありません。

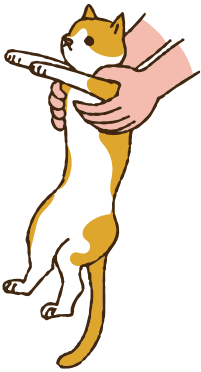
ヘルニア輪が大きい場合や腸管が脱出している場合は注意が必要です。

ヘルニアの起きている部分に開いている穴をヘルニア輪といいます。ヘルニア輪が大きい場合は、注意が必要です。

腸管が脱出してしまふことがあり（脱腸）、脱出した腸が多いと外から圧迫しても腹腔内に戻せなくなり、ヘルニア輪でその付け根が締め付けられると腸閉塞や腸の壊死が起きます。（嵌頓ヘルニア）また、強い腹圧がかかる状態（便秘時や妊娠時）にヘルニア輪が広がり、より多くの腸や脂肪が脱出し、嵌頓してしまふこともありま

す。
腸閉塞を起こした場合には急性の症状が見られます。

- 嘔吐
 - 食欲不振
 - ヘルニア部の硬結
 - ヘルニア部の熱感、痛み
 - 元気消失
- などが起こり、緊急手術が必要で



猫の臍ヘルニアの 原因とは

臍輪の閉鎖不全によって起こります。

臍輪は、胎児期に母体とつながるへその緒として血管が出る部分で、出生後、へその緒を切ると内側に腹膜が形成され、自然に閉じる部分です。

そこが完全に閉じ切らなかつた場合や、閉じきる前に脂肪などが挟まって閉じた場合に臍ヘルニアとなります。

遺伝などで起こる可能性も示唆されていますが、詳細は不明です。

猫の臍ヘルニアの 好発品種について

好発する品種はありません。
特にありません。



猫の臍ヘルニアの 予防方法について

予防方法はありません。

ヘルニアを予防する方法はありま
せん。

ヘルニアのふくらみは子猫の時か
ら確認することができますので、
経過をよく見て、必要があればす
ぐ治療ができるように心がけま
しょう。



猫の臍ヘルニアの 治療方法について

手術で整復します。

ヘルニアを治す方法は外科手術で
す。

腸や脂肪が脱出している穴を縫
合して閉じる手術を行います。
穴が小さく、たまに脂肪が出ては
戻る、という程度であれば、あえて
そこを修復するためだけに手術す
ることは少なく、経過観察し、避
妊・去勢手術で麻酔をかけた際に
一緒に整復することが多くなり
ます。

一方、腸管が出ている場合や、以
前より膨らみが大きくなった、ヘ
ルニア輪が大きくなったという場
合には、将来的に腸閉塞につな
がる可能性が高いので、予防的に手
術で整復します。

嵌頓ヘルニアとなり、腸閉塞が生
じた場合は緊急手術が必要です。
嵌頓した腸は血行障害によって
壊死してしまうので、その部分を
切除し、腸と腸をつなぐ手術が必
要になります。

腸閉塞を起こしてしまつと痛み
や吐き気などを生じ、全身状態も
非常に悪くなりますので、そう
なる前に予防的に手術をして
おくことをお勧めします。



おすすめ商品

毎日散歩

グルコサミン&イミダゾールペプチド



猫用 カツオ味(錠剤)
犬猫兼用 ミルク味(粉末)

関節の健康維持

「毎日散歩 グルコサミン&イミダゾールペプチド」は関節の健康維持のために8種類の成分(グルコサミン、イミダゾールペプチド、プロテオグリカン、コンドロイチン、II型コラーゲン、ビタミンD、緑イ貝[モエギガイ]、MSM)を配合しています。安心安全の国産品質、GMP、ペットフード安全法、残留農薬のポジティブリストに基づき、香料・着色料・保存料・化学調味料を使用せずに製造しています。猫用サプリはカツオ味錠剤タイプ(1袋60粒入り)、犬猫兼用にミルク味粉末タイプをご用意しております(1袋60杯入り/付属スプーン付き)

Happy Horoscope

2023
12/1~
12/31

幸せを呼ぶペット占い

Aries

牡羊座

3 / 21 ~ 4 / 19

先月不安定になりかけていた運氣も盛り返しています。「もっと遊びたい」と少しワガママになっても、笑って許してあげましょう。ただ、おやつのおねだりに負けて食べ過ぎには注意して。



Taurus

牡牛座

4 / 20 ~ 5 / 20

遊ぶ時間をたくさん増やすことで、ペットもオーナー様もラッキー体質になりそう。ただし無理は禁物。疲れた日や寒い日は、暖かいお部屋でブラッシングやマッサージでリラックスが吉。



Gemini

双子座

5 / 21 ~ 6 / 21

ペットは意欲的になっているので、新しいことを覚えるのに最適な月です。ゲームや遊びを教えてください。シニアの子には、新しいおもちゃを目で追うだけでも刺激になり活力の元に。



Cancer

蟹座

6 / 22 ~ 7 / 22

静かな運氣から活動的な運氣になっていきそうです。散歩や遊びに積極的になっているでしょう。お腹が敏感になっている子もいるので、新しいフードを与えるときは慎重になると吉です。



Leo

獅子座

7 / 23 ~ 8 / 22

今月のラッキーポイントは、ペットたちの「健康」。動物病院で健康診断を受けたら、健康相談をしたりするのがおすすめ。首輪など身につけるグッズは、明るい色を選ぶと吉を呼びます。



Virgo

乙女座

8 / 23 ~ 9 / 22

今月は、静かに穏やかに過ごすといいでしょう。ワンちゃんのお散歩途中では、公園のベンチで座って一休み。ネコちゃんとはのんびりお昼寝などゆっくりタイムを楽しむと運氣アップ。



Libra

天秤座

9 / 23 ~ 10 / 23

今月は月末に向けて運氣がアップしていきます。月前半は乗り気ではなかった遊びも中旬から急に興味を持ち始めるかも。夜はペットたちにマッサージをすると、悪い気を寄せ付けません。



Scorpio

蠍座

10 / 24 ~ 11 / 21

今月のペットたちは、ちょっと浮き沈みが激しい月になりそう。いい子かと思ったら、いたずらをするなどオーナー様を困らせるかも。オーナー様が笑顔で優しく話しかけると、吉を呼びます。



Sagittarius

射手座

11 / 22 ~ 12 / 21

いろいろな面で元気いっぱいになり勢いがあります。少しはしゃいでも大目に見てあげて、疲れやすいので栄養補給をしてあげるといいでしょう。爪切りや耳掃除などのケアは吉を呼びます。



Capricorn

山羊座

12 / 22 ~ 1 / 19

運氣は好調で、ペットたちが元気に過ごせそうです。オーナー様にも何かラッキーな出来事を運んでくれるでしょう。お天気のいい日はベッドを干して、お日さまのパワーをもらおうと吉です。



Aquarius

水瓶座

1 / 20 ~ 2 / 18

今月は、ペットにたくさん声をかけると運氣アップ。優しい穏やかなオーナー様の声に、ペットたちも心が落ち着きます。食欲旺盛になっている子がいるので、食べ過ぎには注意しましょう。



Pisces

魚座

2 / 19 ~ 3 / 20

人気運がアップしています。ワンちゃんのお散歩中に声をかけられたり、いつも窓辺にいるネコちゃんが近所で注目されていたりするかも。オーナー様にも新しくペット友達ができそうです。



実は冬に起こりがち！

意外と知られていない!?

冬の健康トラブル について

冬の健康トラブル...となると真っ先に上がるのがインフルエンザや腸炎、かと思えます。
が、今回はそのような「ありきたり」な話ではなく、確かにこれは冬に多い!ものでしたり、え、これも冬なの!?
と言ったものを中心に取り上げていきたいと思えます。

形成外科医 橘田 絵里香

日本専門医機構認定 形成外科専門医。日本抗加齢医学会専門医。





「冬バテ」!? 寒暖差による 健康トラブル

「夏バテ」という単語はよく聞かれるかと思いますが、実は「冬バテ」という言葉もインターネットでヒットするようになってきました。

夏とは逆に、寒い屋外と暖房の効いた室内とを行き来することで起きる健康トラブルです。

言われてみると、寒暖の差が激しいことには変わりないですね。この寒暖差で人間の「陰陽バランス」を整えている「自律神経」が再び不安定になり、体調が悪くなってしまう。

冬バテの症状も、夏バテとどこかしら似ておりまして、「眠気」「気分の落ち込み」「イライラ」「頭痛」「肩こり」「便秘・下痢」など多域にわたります。

対策は、お昼に適度な日光を浴び

る、首周りを冷やさない、適度な運動・ストレッチ、バランスの良い食事です。

外を歩かなくなる、座っているばかりで肩こりが悪化する、などといった要因で血の巡りが悪くなると、顔色も悪くなってしまう。

おうちエクササイズ、ヨガ、ストレッチなどを欠かさないようにしましょう。

食事は迷ったらお鍋です！

この時期、野菜にお肉にお魚に、具沢山のお鍋は最強のメニューと言っても過言ではありません。ただし、塩分とメの炭水化物の摂りすぎにはくれぐれも注意してくださいね！



冬も「脱水症状」!?



脱水症状と聞くと夏のイメージが強いでしょうか？ 実は、冬も脱水症状が起こります。

なぜなら、夏ほど汗をかかないですし、喉の渇きを自覚しづらい、つい意識して水分を採らなくなりませんか？

でもしかし、実際は、自分が意識しないだけで、コートの下、知らず知らずに汗をかいているものです。

空気の乾燥により、体の至るところが乾燥し、それを補うため、知らず知らずのうちに体内の水分が使われています。

そもそも水分の摂取というのは、喉が乾いてから、では遅いものです。喉の渇きとして自覚せずとも、指先の皮膚が乾燥している、手足が冷える、尿の色がいつもより濃いなどの症状に気づかれたあなた、水分が不足している可能性があります。

夏と同様、こまめな水分摂取を心がけましょう。

寝起きも寝汗などの影響により水分が不足している時間帯です。

「朝一番の白湯」は効果テキメンですので、ぜひ試していただきたいと思います。



朝の救急車は…血管が「詰まる」or「破ける」系の病気に要注意!

朝、外で救急車のサイレンが鳴った時、我々医療従事者の思うことはただ一つです。

「ああ…また一人お年寄りが…、はい。」

冬の朝は「脳卒中」「心筋梗塞」など、大きな血管が詰まる、または破ける系疾患のゴールデンタイムなのです…。「こも」脱水「寒暖差」が関係しています。



冬の朝、水分が不足しているところに、暖かい寝床を抜け出し、暖房があまり効いていない室内へ移動すると、寒さで血管が収縮してしまつことにより、血管が詰まってしまつたり、血圧が急激に上がる

ことよって血管が破裂してしまうのです。
脳や心臓の血管が詰まれば「脳梗塞」「心筋梗塞」、出血してしまえば「脳出血」「くも膜下出血」などを引き起こします。

症状は手足がしびれる・動かなくなる⇨手足の麻痺、物が二重に見える、上手くしゃべれなくなる、突然の頭痛嘔吐、意識喪失、など、恐ろしい単語が並びますが、こちら

もとにかく、予防するのが一番です。
まずは日頃から血圧を計測して自身の血圧の状態を把握し、高血圧に注意すること。

急激な温度差が血圧が変動する

大きな要因となりますので、冬場は部屋と部屋の温度差がなるべく少なくするように工夫していただく必要があります。
また、起きる前に部屋の暖房をかけて、温まったら布団から出る、などの対策も有効でしょう。

「冬場の入浴方法」も重要なキーポイント！



こちらも知っているようで知らない、トピックではないでしょうか？
まず、朝風呂がお好きな方は要注意です。

まずは水分を摂取し、お部屋を少し動き回っていたりから入るようにしていただきたいです。

入浴による水圧というものは、意外とばかにならないので、朝浴槽に浸かるときは、胸元までとし、お風呂の温度も40度以下のぬ

るめに設定するようにしてください。

どうしても、という時は、熱いお湯を体にかけるのではなく、シャワーで浴室に出しっぱなしにしてください。

浴室と脱衣所の温度差も血圧が急上昇する危険スポットですので「冬場は脱衣所に暖房器具を置く」「浴室を出るときはお風呂のふたを外したままにして浴室の暖かい空気が脱衣所に流れるようにする」などの対策が予防に効果的です。

以上、知っているようで知らない「冬の健康トラブル」詳しい原因や対策について、お届けいたしました。いかがでしたでしょうか。今からでも！

予防できることはするに越したことは、ございません。
対策してまいります。

おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 01 | ブラックジンジャー&ラフマ

お腹の内臓脂肪を減らす / お腹の皮下脂肪を減らす / 睡眠の質の向上に



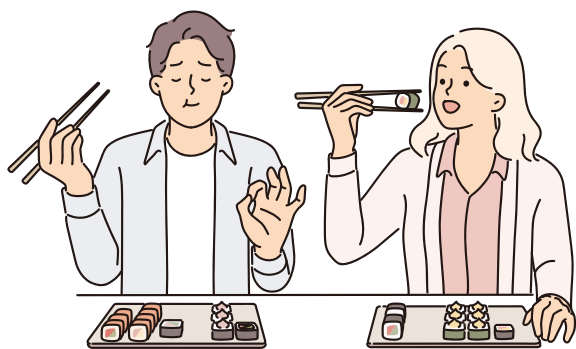
機能性関与成分のブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン、ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリンが含まれます。ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンは、日常活動時のエネルギー代謝において脂肪を消費しやすくする作用により、BMIが高め(BMI23以上30未満)の方の腹部の脂肪(内臓脂肪と皮下脂肪)を減らす機能があることが報告されています。ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリンには睡眠の質(眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感)の向上に役立つことが報告されています。また、ウイズメディカ独自の追加栄養補助成分として「L-カルニチン」「BCAA(ロイシン、イソロイシン、バリン)」「HMB」「L-リジン」を追加配合しています。ウイズメディカの製品はすべて国内のGMP認定工場で製造しています。

管理栄養士が解説

バランスの良い食事の定義と揃えることによる効果

バランスの良い食事とはどんなものか、そろえることでどんな効果があるか、主食・主菜・副菜を揃えることでどんな栄養素を摂取することができるかを紹介する。

管理栄養士 中村 友也



バランスの良い食事の定義

バランスの良い食事とは、身体に必要な栄養素である、炭水化物、脂質、たんぱく質、ビタミン、ミネラルが適切な量含まれている食事のことを言います。また、栄養素だけが充足していれば良いというわけではなく、1日に必要なエネルギー量と同程度の食事であることも、バランスの良い食事の定義に含まれます。

食事の量が多すぎたり少なすぎたりすると、肥満や痩せのリスクとなりますので、栄養素だけではなく、食べる量も意識したバランスの良い食事を摂取することが、健康のためには必要とされているのです。

各栄養素を多く含む食材と役割

われわれ人間の身体に必要な5つの栄養素は、普段、どのような食品から摂取し、体内でどのような働きをしているのでしょうか。

●炭水化物

炭水化物は、米や小麦、イモ類などに多く含まれており、体内に吸収さ

れたのち、主に身体を動かすエネルギー源になります。

●脂質

脂質は、肉や魚、ナッツなどに多く含まれ、効率の良いエネルギー源になるのに加え、細胞膜の構成要素やホルモンの材料にも使われています。

●たんぱく質

たんぱく質は、肉や魚、大豆などに多く含まれており、筋肉を始めとした体内の細胞を構成したり、酵素や免疫機能によって身体活動を支えたりしています。

●ビタミン

ビタミンは、野菜や果物を始め、肉やイモなどにも多く含まれ、体内の代謝を助ける役割をしています。

●ミネラル

ミネラルは、野菜、果物、乳製品や肉、海藻などに多く含まれており、生命活動に必要な組織の構成成分としての役割を持っています。

食事のバランスを整えると良いといわれる理由

食事のバランスを整えると、摂取する栄養素のバランスが整うため、疾

病のリスクを低減したり、身体の機能を改善したりできます。

また、身体に必要な栄養素は様々な食材に含まれており、同じ食材だけを食べていても必要な量を摂取することができないため、多くの食材を組み合わせて食事することも求められます。

食事のバランスを整えることによる効果4選

●機能や成長をサポート

食事バランスを整えることで、身体に必要な栄養素をバランスよく摂取することができ、身体の機能の維持・改善や、成長をサポートしてくれます。特に子供は、適切な成長のために食事バランスを整える必要性が高いです。

●疾病リスクの低下

バランスの良い食事を摂ることで、慢性疾患や生活習慣病のリスクを低減することができます。

慢性疾患や生活習慣病は、食生活の影響を大きく受けるため、普段の食事を気にするだけでも発症リスクを下げるができます。

● 体重管理が容易になる

バランスの取れた食事をする事で、栄養素のバランスだけでなく、適切なカロリー摂取をすることが出来るため、体重管理が容易になります。また、バランスの取れた食事は、肥満による健康リスクを低減するだけではなく、無理なダイエットなどによる栄養失調のリスクも低減します。

● 心理的なメリットが現れる

食事バランスを整えることにより、食事の楽しみやおいしさなどを再確認し、ストレス発散などの心理的なメリットが現れます。

また、バランスの良い食事は体に必要な栄養素を供給してくれるため、本来持っている活力や集中力を回復することにも一役買ってくれます。

普段の食事での バランスの考え方

食事バランスを整えることが必要と紹介してきましたが、実際にはどのようにバランスを整えていけばよいのでしょうか。

● 主食・主菜・副菜を揃える

まずは、無理のない範囲で主食・主菜・副菜を揃えるようにしましょう。主食は、お米やパン、麺など炭水化物の摂取源、主菜は肉や魚などたんぱく質と脂質の摂取源、副菜は野菜などのビタミン、ミネラルの摂取源となります。主食・主菜・副菜を揃えることで、5大栄養素をバランスよく摂取できるようになるため、まずはこれらを揃えることを目標に食事をしてみましょう。定食のような食事でもなくても、炭水化物源、たんぱく質源、野菜などが含まれているメニューを選択するところから始めてみると良いでしょう。

● 野菜は1日350g

どの食材をどれだけ食べればよいかは、性別や年齢、運動習慣などにより異なりますが、どんな人でも意識してほしいのは、野菜の摂取量です。野菜は1日に350g食べることが推奨されており、生の状態だと両手いっぱい、加熱したものであれば片手一杯程度の量となっています。野菜は、ビタミンやミネラルなどの不足しがちな栄養素だけでなく、食物繊維の供給源にもなっているため、積極的に摂りたい食材になっています。また、日本人のほとんどはこの目標量を達成できていないため、食事バランスと同様に意識的に摂取できる良いですね。

● 塩分摂取量にも注意

食事バランスを整える際には、塩分摂取量にも気を付けましょう。塩分は、食事のカロリーにはほとんど影響がありませんが、摂りすぎると高血圧や慢性腎臓病などのリスクを増加させるため、摂取量に気を付けたい成分です。疾患のない方の場合、男性で1日7.5g未満、女性で6.5g未満が目標量となっていますので、成分表示などを確認し、塩分摂取量にも気を付けましょう。

まとめ

今回は、食事バランスを整える必要性とその方法について紹介してきました。食事バランスを整えることは、健康的な生活を送る基礎となるため、普段から少しずつ意識して、できることから改善してもらえると良いと思います。

おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 04 ルテオリン&ギャバ

高めの尿酸値を下げる／高めの血圧を下げる／ストレスによる疲労感を緩和



本品にはルテオリンが含まれます。ルテオリンには尿酸値が高めな方の尿酸値を下げる機能が報告されています。本品にはGABAが含まれます。GABAは、血圧が高めの方の血圧を低下させる機能があることが報告されています。GABAは、デスクワークなどの精神的ストレスがかかる作業によって生じる一時的な疲労感を緩和することが報告されています。また、ウィズメディカ独自の追加栄養補助成分として「イソフラボン」「ゴマペプチド」「アンセリン(フィッシュペプチド)」「田七人參」を追加配合しています。ウィズメディカの製品はすべて国内のGMP認定工場で製造しています。



痛み止めには どんな種類がある？ 痛み止めの選び方

薬局に行く痛み止めは非常に多くの種類があり、どれを選んだら良いのか悩むと思います。

この記事では痛み止めの選び方について解説します。

麻酔科医 郷 正憲

痛みは誰しもが避けたい症状です。少しの痛みなら我慢はできますが、痛みが強かったり、何か他の事をしようとしたりしたときには痛み止めを使いたくなることも多いでしょう。でも、薬局に行く痛み止めは非常に多くの種類があり、どれを選んだら良いのか悩むと思います。この記事では痛み止めの選び方について解説します。

痛みには どのような種類がある？

痛み止めに種類があるのは、それだけ痛みの種類があるからとも言えます。筋肉が痛い、お腹が痛い、頭が痛い、など痛む場所もそれぞれ違いますが、痛みの種類は3種類しかありません。

1つ目の痛みは、体性痛です。

体性痛とは筋肉や骨、関節、靭帯などの痛みです。それらの組織に対して強い力が加わったときや、組織が傷害されて修復される時に痛みを感じます。これらの痛みは炎症によって引き起こされます。痛みの感じとしては鋭い痛みです。また、痛いところを動かしたり触ったりすると更に痛いという特徴があります。

2つ目の痛みは、内臓痛です。

その名の通り、内臓の痛みです。内臓の痛みというのは、内臓が正常に

機能できないときにおこってくる痛みです。例えば内臓への血流が滞り、内臓が正常な活動ができない場合や、腸が詰まってしまつて便を送り出せず、詰まった場所より口側の腸管が頑張つて押し出そうとする時に痛みを感じます。内臓の動きには強くなったり弱くなったりといった波がありますから、痛みにも波があるのが特徴です。また、痛みの場所は「ここ」と指させるものではなく、「このあたり」といった曖昧なものになります。

3つ目の痛みは、神経障害性疼痛です。

痛みを伝える神経そのものがダメージを受けることでおこる痛みです。痛みの質としてはビリビリ、ジンジンといった特徴的な痛みです。正座をした後に足にある痛みと言つとわかりやすいでしょう。

神経が障害を受けたときももちろんですが、神経が修復される時にも痛みを感じるため、長期間にわたり痛みが続く場合も珍しくありません。

痛み止めには どのような種類がある？

痛み止めには、大きく分けて3つの種類に分かれます。

1つ目が、NSAIDsと呼ばれる痛

み止めです。

代表的なものとしてはイブプロフェンやロキソプロフェン、ボルタレンなどがあります。市販の痛み止めのほとんどは、これらのいずれかの成分が含まれています。

NSAIDsとは非ステロイド性抗炎症薬の略で、炎症を抑えることで痛みや熱を抑える薬になります。

先ほど痛みの種類のところでは体性痛は炎症が関わる痛みと説明しましたが、まさにその炎症を抑えてくれることで痛みを抑えます。

比較的效果発現も早く、使いやすいのですが、腎機能を低下させたり、胃潰瘍を起こしたりと言つた副作用があるのが難点です。

また、妊婦の使用もできません。

2つ目がアセトアミノフェンという薬です。

この薬も市販薬で使用されているものがあります。アセトアミノフェンは弱い炎症を抑える効果がありますが、それに加えて脳や脊髄で痛みを感じにくくするという効果もあります。ですので、体性痛だけではなく内臓痛にも効果があるのが特徴です。また、副作用もほとんど無く、一般に薬剤として使用される分量であればほとんど

ど合併症を気にする事無く使用できる、安全な薬です。難点としては、少量ではほとんど効果が無い事、投与してから効果が出るまでにやや時間がかかることです。

3つめが麻薬です。

医療用の麻薬として注射薬が使用されているほか、慢性的強い痛みや癌性疼痛などに、種々の医療用麻薬が処方薬として使用されます。さすがに市販薬では麻薬を含有しているものはありません(正確には一部の鎮咳薬に麻薬が使用されているものもありますが、鎮痛量にはほど遠い少量しか含まれていません)。

麻薬は正しく使えば有用ですが、体性痛には効果が弱い、副作用が多いといった問題点があります。

痛み止めをどう選ぶ？

前述の通り、痛み止めは3種類ありますが、麻薬は薬局では選べませんので、実質NSAIDsかアセトアミノフェンか、といった二択になります。ではどうやって選んでいきましょうか。まず、妊娠中であつたり、胃潰瘍であつたり、腎臓が悪いと言われている場合にはアセトアミノフェンが主成分のものを選びましょう。少量では効果があ

りませんから、指定された用量をしつかり内服してください。

また、一度効果が切れると再度内服しても効果が出てくるまでに時間がかかりますから、定期的の内服するのかがポイントです。副作用もほとんどありませんから、用法を守れば内服しすぎになる事はありません。

上記ではなければ、自分の今の痛みがどのような痛みなのかを考えましょう。波があるような痛みであれば、内臓痛が疑われます。内臓痛の場合にはアセトアミノフェンが主なものを選ぶと良いですが、それ以上に痛みの原因に対する薬を選んだ方が良いでしょう。

正確には痛み止めではありませんが、腸の働きを和らげる漢方薬や、胃薬など、現在の症状にあった薬を選ぶことで痛み止めの必要度は下がるはずですよ。

頭痛や生理痛、関節痛、筋肉痛などであればNSAIDsを選ぶのは良いです。NSAIDsの中ではロキソプロフェンが強い効果を持っています。が、副作用も強いのです。

今痛みが非常に強いならロキソプロフェンを選びましょう。我慢できる程度だけれど、痛み止めも飲んでおきたいというくらいであればイブプロフェン

が主成分のものを選ぶと良いです。

また、市販の痛み止めは主成分に加えて様々な補助成分を含有することで効果を強めたり、副作用をよわめたりしています。

含有物が増えるにつれて値段も高くなりますので、現在の症状、症状の持続しそうな期間、予算などを鑑みて自分の希望に合った薬を選びましょう。各メーカーが多数のブランドを展開していますが、実は同じ程度の配合成分のものは同じような価格帯になっています。

まずはブランドを決めて、その中で比較するとい良いでしょう。

痛み止めを飲むことは根本治療ではない

最後にご理解いただきたいのは、痛み止めは治療薬ではありません。痛みはあくまで体の異常を知らせてくれるセンサーに過ぎません。痛み止めはそのセンサーをとめるだけのもので、異常が治るわけではありません。

痛みが続く場合や異常に強い場合など、何かおかしいとなれば我慢せず病院を受診して相談するようにしてください。

おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 06 | イチョウ葉エキス

認知機能の一部である記憶力

(日常生活で見聞きした情報を覚え、思い出す力)の精度や判断の正確さを向上させる



機能性関与成分のイチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトンが含まれます。イチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトンは、健康な中高年者の加齢によって低下する、認知機能の一部である記憶力(日常生活で見聞きした情報を覚え、思い出す力)の精度や判断の正確さを向上させることが報告されています。また、ウイズメディカ独自の追加栄養補助成分として「ホスファチジルセリン」「フェララ酸」「DHA・EPA」「ビタミンE」を追加配合しています。ウイズメディカの製品はすべて国内のGMP認定工場で製造しています。

毎日散歩

グルコサミン&イミダゾールペプチド

関節の健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)

犬猫兼用
ミルク味
(粉末)

猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】グルコサミン、イミダゾールペプチド、プロテオグリカン、コンドロイチン、II型コラーゲン、ビタミンD、緑イ貝（モエギイガイ）、MSM



こんな症状におすすめ

- ・足を引きずる
- ・段差を上がるのが辛そう
- ・散歩や遊びの時間が減った
- ・立ち上がるのに時間がかかる
- ・下を向いて歩く

3種類から選べる味付けと形状

「犬用：錠剤チキン味」「猫用錠剤カツオ味」、更に錠剤が苦手な子に「犬猫兼用：粉末ミルク味」の3種類をご用意しております。「粉末ミルク味」はそのままフードにふりかけるか、付属スプーンの粉末量に対して約4倍の水またはぬるま湯に溶かして与えてください。※犬猫兼用粉末ミルク味はスプーンを付属してお届けします。※錠剤タイプ60粒入り/粉末ミルク味タイプ60杯入り(付属スプーン付き)



犬猫兼用



粉末ミルク味



犬用



錠剤チキン味

猫用



錠剤カツオ味

毎日爽快

植物酵素 & 乳酸菌

腸の健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)

犬猫兼用
ミルク味
(粉末)

猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】植物発酵エキス、有胞子性乳酸菌、ビフィズス菌、ビタミンB2、ビタミンB6、ビタミンC



こんな症状におすすめ

- ・お腹の調子が良くない
- ・水を飲む回数が増えた
- ・口臭や体臭が気になる
- ・痩せてきた
- ・最近元気がない

毎日愛眼

ブルーベリー & ルテイン

目の健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)

犬猫兼用
ミルク味
(粉末)

猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】ブルーベリー、ルテイン、グリーンプロポリス、アスタキサンチン、メグスリノキ、ムラサキイモ、カシス



こんな症状におすすめ

- ・目が充血している
- ・目が白くにごっている
- ・目ヤニが出る
- ・目をかく（目を触る）
- ・涙やけがある

「初回限定半額キャンペーン」と
「定期初回 65%OFF」で販売中!!



ご購入はこちらから
ウィズペティ公式サイト
<https://withpety.com/>

通常価格(全商品共通)

1袋 **2,827** 円(税込)

毎日腎活

活性炭 & ウラジロガン

腎臓の健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)



猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】ヤシ殻活性炭、ウラジロガンエキス、未焼成カルシウム、キトサン、アルギン酸ナトリウム、葉酸、ビタミンB6



こんな症状におすすめ

- 一度にたくさんの水を飲む
をなめている
- オシッコの量や回数が増えた
- オシッコの色が薄くなった
- 陰部、腹部
オシッコの時に痛そうに鳴く

毎日一緒

DHA & EPA

シニアの健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)



猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】DHA、EPA、フェルラ酸、亜麻仁油、イチョウ葉、ビタミンE、ビタミンB12



こんな症状におすすめ

- 夜鳴きをする
- ぐるぐる同じところを回る
- 意味もなく吠える
- 遊ぶことへの興味低下
- 学習したことを忘れる

毎日美肌

コラーゲンペプチド & ローヤルゼリー

皮膚・毛艶の健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)



猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】コラーゲンペプチド、ローヤルゼリー、RNA・DNA(核酸)、月見草油エキス末、セラミド、ビオチン、d-α-トコフェロール、β-グルカン



こんな症状におすすめ

- 毛がよく抜ける
- 毛艶が悪い
- 皮膚が赤い
- 毛が固まって抜ける
- 毛が脂っぽくなる
- いつも後ろ足でかいている
- よく前足を舐めている
- 耳を痒そうにしている

毎日健心

コエンザイム Q10 & フランス海岸松

心臓の健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)



猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】還元型コエンザイムQ10、フランス海岸松、L-カルニチン、L-シトルリン、ルンブルクス《ミミズ乾燥粉末》、ゴマエキス、タウリン抽出物



こんな症状におすすめ

- 遊んでいてもすぐに疲れる
- 呼吸が早い(寝ているときも)
- 散歩や運動を嫌がる
- 舌の色が青いまたは白っぽい
- 食欲低下
- 咳をする
- お腹が膨れてくる
- 開口呼吸している(猫のみ)

毎日習慣

サラシア&イヌリン

体重・血糖値の健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)



猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】サラシア、イヌリン、桑の葉、バナバ、ギムネマ、マイタケ末、クロム、難消化性デキストリン



こんな症状におすすめ

- ・多飲多尿
- ・食欲増進(初期)
- ・急な体重の増減
- ・食欲不振
- ・元気消失
- ・白内障(急性)
- ・脱水
- ・下痢、嘔吐

毎日良肝

肝臓エキス&プラセンタ

肝臓の健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)



猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】肝臓加水分解物、プラセンタ、酵母、BCAAウコン抽出物、マリアアザミエキス、亜鉛、オルニチン



こんな症状におすすめ

- ・食欲不振、嘔吐、下痢
- ・腹部を押すと嫌がる
- ・お腹が腫れる
- ・水をよく飲む
- ・メレナ(黒色便)
- ・痩せる
- ・元気がない
- ・白目や歯茎が黄色くなる

毎日免活

冬虫夏草&L-リジン

免疫の健康維持



犬用
チキン味
(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)



猫用
カツオ味
(錠剤)

【主要成分】冬虫夏草、L-リジン、フェカリス菌、メカブ、メシマコブ、β-カロテン、ビタミンC、鉄分



こんな症状におすすめ

- ・元気がない
- ・免疫力が落ちた
- ・病気にかかりやすい
- ・食欲不振
- ・口内炎がしやすい
- ・痩せてきた
- ・行動範囲が狭くなった

毎日口健

ラクトフェリン&KT-11

お口の健康維持



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)

【主要成分】ラクトフェリン、KT-11、脱脂卵黄粉末、甜茶抽出物、ポリグルタミン酸、ナタマメ、アスコフィラン



こんな症状におすすめ

- ・口臭が気になる
- ・ご飯を食べなくなる
- ・歯垢がついている
- ・歯が茶色くなっている
- ・歯茎の色が紫色
- ・歯石がついている



各モール内で
「ウィズベティ」
と検索!

Rakuten YAHOO! JAPAN amazon au Wowma!

※各販売サイトで値段が異なる場合がございます。

通常価格(全商品共通)

1袋 **2,827** 円(税込)

価格表(税込み)

下記価格表は公式サイトでご購入いただく際の価格表となります。

楽天市場、Amazon、Yahooショッピング、auPAYマーケットでの販売価格は各サイトをご確認ください。

定期コースにお申し込みいただくと、初回は**1袋998円**でお届けします。2回目以降も**通常価格の10%~32%引きの特別価格**でご提供となります。

お得な定期コースは、「毎月1度」、「2ヵ月ごとに1度」、「3ヵ月ごとに1度」の3つのコースですが、与え方に合わせてコースの変更や解約などいつでも承りますのでお気軽に始めてください!※定期コースの解約・変更などについて左の「お得な定期コースについて」をご確認下さい。※定期コースの袋数は最大20袋(1商品当たり)までとさせていただきます。※下記袋数以上はホームページで割引をご確認ください。

毎月お届けコース

数量	初回お届け	2回目以降(割引率)	1袋あたりの価格
1袋	998円	2,544円(10%引)	2,544円
2袋	1,996円	4,920円(13%引)	2,460円
3袋	2,994円	7,125円(16%引)	2,375円
4袋	3,992円	9,160円(19%引)	2,290円
5袋	4,990円	11,030円(22%引)	2,206円

2ヵ月ごとにお届けコース

数量	初回お届け	2回目以降(割引率)	1袋あたりの価格
2袋	1,996円	4,808円(15%引)	2,404円
3袋	2,994円	7,125円(16%引)	2,375円
4袋	3,992円	9,384円(17%引)	2,346円
5袋	4,990円	11,590円(18%引)	2,318円
6袋	5,988円	13,740円(19%引)	2,290円

3ヵ月ごとにお届けコース

数量	初回お届け	2回目以降(割引率)	1袋あたりの価格
3袋	2,994円	6,786円(20%引)	2,262円
4袋	3,992円	8,932円(21%引)	2,233円
5袋	4,990円	11,030円(22%引)	2,206円
6袋	5,988円	13,062円(23%引)	2,177円
7袋	6,986円	15,036円(24%引)	2,148円

お得な定期コース

01 30日間の安心返金保障

公式サイトでは初めての定期購入のお客様に限り、ご購入後に万が一ワンちゃん/ネコちゃんに合わなくても安心の30日間安心返金保証をご利用いただけます。

※同一商品を2袋以上ご購入の場合は返金対象外となります。返金保証をご利用されたい場合は1袋定期からお申込みをお願いします。

※安心返金保証の返品時の送料はお客様ご負担となります。※楽天市場・Amazonの定期コースは返金保証の対象外となります。



02 1回のお届けでも解約・変更承ります!

定期コースの解約・変更・お休みは、お届け予定日の約1週間前お電話またはメールをいただければいつでも承ります!手元のサプリメントが無くなった場合などの至急のお届けご希望の場合もお気軽にご連絡ください。



03 送料・手数料が無料

定期コースは送料(ネコポスは220円/宅急便は550円)・手数料(コンビニ後払い220円/代引330円)はどちらも無料となります。ただし、毎月1袋定期コースの場合のお届け方法は「ネコポス」のみとなりましてお支払い方法は「コンビニ後払い」「各種クレジット」「楽天ペイ」「Amazonペイ」となります。

※コンビニ後払い、代引き以外は当社ホームページからお申込みください。



04 会員誌「**NEW!!** ウィズ倶楽部」をお届けします

定期コースのお客様には当社の会報誌「ウィズベティ倶楽部」を同梱してお届け致します。獣医師やペット資格者による健康コラムなどを掲載しておりますので大切な愛犬・愛猫の健康管理にお役立てください。

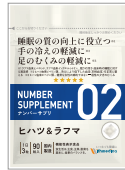


機能性表示食品

ヒハツ&ラフマ

02

睡眠の質の向上に役立つ※1
手の冷えの軽減に※2
足のむくみの軽減に※3



※1 ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリン...眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感
※2 ヒハツ由来ピペリン類...冷えにより低下した血流(末梢血流)を正常に整える ※3 ヒハツ由来ピペリン類...健康な女性の病的ではない一過性の夕方のむくみ

内容量 27g (300mg×90粒/30日分)

機能性関与成分 ヒハツ / ラフマ

追加栄養補助成分 シナモン / ギャバ / トリプトファン / イノシトール



こんな症状におすすめ

手の冷えが気になる/夕方に脚がむくむ/スカート
を綺麗にはきたい/寝つきがわるい/昼間に眠気がある

機能性表示食品

ブラックジンジャー&ラフマ

01

お腹の内臓脂肪を減らす※1
お腹の皮下脂肪を減らす※1
睡眠の質の向上に※2



※1 ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン...BMIが高め(BMI23以上30未満)の方の腹部の脂肪(内臓脂肪と皮下脂肪)を減らす ※2 ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリン...眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感

内容量 18g (300mg×60粒/30日分)

機能性関与成分 ブラックジンジャー / ラフマ

追加栄養補助成分 L-カルニチン / BCAA
(ロイシンバリンイソロイシン) / HMB / L-リジン



こんな症状におすすめ

夜中に目が覚める/熟睡した感じがしない/寝つき
が悪い/お腹周りの脂肪が気になる/ダイエットが
続かない/

機能性表示食品

ルテオリン&ギャバ

04

高めの尿酸値を下げる※1
高めの血圧を下げる※2
ストレスによる疲労感を緩和※3



※1 ルテオリン...尿酸値が高めな方 ※2 GABA...血圧が高めの方 ※3 GABA...デスクワークなどの精神的ストレスがかかる作業によって生じる一時的な疲労感を緩和

内容量 27g (300mg×90粒/30日分)

機能性関与成分 ルテオリン / ギャバ

追加栄養補助成分 イソフラボン / ゴマベプチド / アンセリン / 田七人參



こんな症状におすすめ

プリン体の多い食べ物が好き/飲酒習慣がある/
健康診断で尿酸値が高めだった/何かとストレス
が多い/血圧が高いのが心配

機能性表示食品

オリーブ&サラシア

03

LDLコレステロールの
酸化抑制※1
糖の吸収を抑え、食後血糖値
の上昇をゆるやかに※2



※1 オリーブ由来ヒドロキシチロソール
※2 サラシア由来サラシノール

内容量 18g (300mg×60粒/30日分)

機能性関与成分 オリーブ / サラシア

追加栄養補助成分 イヌリン / 茶カテキン / 桑の葉 / 難消化デキストリン



こんな症状におすすめ

炭水化物・甘い物が好き/将来の健康状態が不安/
健康診断でLDLコレステロール値が高かった/
外食が多く不規則

公式サイト限定! 2つの初回半額キャンペーン実施中!

「1. 初回限定半額キャンペーン」「2. 定期初回半額キャンペーン」
お試し初回半額キャンペーンご利用後でも「2. 定期初回半額キャンペーン」をご利用いただけます。

通常価格(全商品共通)

1袋 **3,883** 円(税込)

機能性表示食品

イチョウ葉エキス

認知機能の一部である記憶力
(日常生活で見聞きした情報
を覚え、思い出す力)の精度
や判断の正確さを向上させる※1

※1 イチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイ
チョウ葉由来テルペンラクトン...健康な中高年者
の加齢によって低下する



内容量 18g (300mg×60粒/30日分)

機能性関与成分 イチョウ葉エキス

追加栄養補助成分 ホスファチジルセリン /
フェルラ酸 / DHA / EPA /
ビタミンE



こんな症状におすすめ

認知症を予防したい方/最近物忘れが気になる/記
憶力を維持したい/判断力が鈍ってきている

機能性表示食品

有胞子性乳酸菌&セラミド

便通の改善に※1
肌の潤いを守る※2
保湿力を高める※2

※1 有胞子性乳酸菌...便秘傾向の方
※2 バイナッブル由来グルコシルセラミド...肌が
乾燥しがちな方



内容量 22.02g (367mg×60粒/30日分)

機能性関与成分 有胞子性乳酸菌 / セラミド

追加栄養補助成分 ヒアルロン酸 / コラーゲン /
ビタミンB6 / プラセンタ



こんな症状におすすめ

便秘がみ/外食が多い/肌荒れが気になる/お肌の
乾燥が気になる/お肌に潤いが無い/お肌の保湿を
高めたい

ナンバーサプリー 販売サイト



ウィズメディカ 公式サイト
<https://withmedica.com/>



各種モールでも販売中!

各モール内で「ウィズメディカ」と検索!

Rakuten YAHOO! amazon auWowmal

※各販売サイトで値段が異なる場合がございます。

機能性表示食品

ルテイン&ゼアキサンチン

光のストレスの軽減※1
ぼやけ・かすみの軽減により
くっきり見る力※2を改善
目の黄斑部の色素密度を増やす

※1 ルテイン、ゼアキサンチン...ブルーライトなど
の光のストレスの軽減
※2 ルテイン、ゼアキサンチン...コントラスト感度



内容量 27.6g (460mg×60粒/30日分)

機能性関与成分 ルテイン / ゼアキサンチン

追加栄養補助成分 メグスリノキ / ブルーベリー /
プロポリス / アスタキサンチン



こんな症状におすすめ

PCやスマホをよく使用している/細かい字を見る
のがつらい/目の奥がズーンと重くなることがあ
る/目の衰えを感じる

価格表(税込み)

下記価格表は公式サイトでご購入いただく際の価格表となります。

楽天市場、Amazon、Yahooショッピング、auPAYマーケットでの販売価格は各サイトをご確認ください。

定期コースにお申し込みいただくと、初回は1袋1,942円(税込・送料・手数料無料)でお届けします。2回目以降も通常価格の10%~20%引きの特別価格！さらに送料・手数料無料でご提供します。お得な定期コースは、「毎月1度」、「2か月ごとに1度」、「3か月ごとに1度」の3つのコースですが、飲み方に合わせてコースの変更や解約などいつでも承りますのでお気軽に始めてください！

※定期コースの解約・変更などについて左の「お得な定期コースについて」をご確認ください。

※定期コースの袋数は最大5袋(1商品当たり)までとさせていただきます。

●通常購入

数量	ご購入金額	備考
1袋	3,883円(税込)	送料・手数料別途頂きます

●毎月お届けコース(10%引き)

数量	半額 初回お届け	10%引き 2回目以降	備考
1袋	1,942円(税込)	3,495円(税込)	送料・手数料無料

●2か月ごとにお届けコース(15%引き)

数量	半額 初回お届け	15%引き 2回目以降	備考
2袋	3,884円(税込)	6,602円(税込)	送料・手数料無料
	1袋あたり 1,942円(税込)	1袋あたり 3,301円(税込)	

●3か月ごとにお届けコース(20%引き)

数量	半額 初回お届け	20%引き 2回目以降	備考
3袋	5,826円(税込)	9,318円(税込)	送料・手数料無料
	1袋あたり 1,942円(税込)	1袋あたり 3,106円(税込)	

お得な定期コース

01 30日間の安心返金保障

公式サイトでは初めての定期購入のお客様に限り、ご購入後に万一合わなくても安心の30日間安心返金保証をご利用いただけます。

※同一商品を2袋以上ご購入の場合は返金対象外となります。返金保証をご利用されたい場合は1袋定期からお申込みをお願いします。

※安心返金保証の返品時の送料はお客様ご負担となります。※楽天市場・Amazonの定期コースは返金保証の対象外となります。



02 1回のお届けでも解約・変更承ります!

定期コースの解約・変更・お休みは、お届け予定日の約1週間前お電話またはメールをいただければいつでも承ります！手元のサプリメントが無くなった場合などの至急のお届けご希望の場合もお気軽にご連絡ください。



03 送料・手数料が無料

定期コースは送料(ネコポスは220円/宅急便は550円)・手数料(コンビニ後払い220円/代引330円)はどちらも無料となります。ただし、毎月1袋定期コースの場合のお届け方法は「ネコポス」のみとなりましてお支払い方法は「コンビニ後払い」「各種クレジット」「楽天ペイ」「Amazonペイ」となります。

※コンビニ後払い、代引き以外は当社ホームページからお申込みください。



04 会員誌「NEW!! ウィズ倶楽部」をお届けします

定期コースのお客様には当社の会報誌「ウィズ倶楽部」を同梱してお届け致します。資格者による健康コラムなどを掲載しておりますのでお客様の健康管理にお役立てください。



注文方法について

ご注文はインターネット（当社WEBサイト・公式楽天市場・公式Yahooショッピング・公式Amazon・公式au Wowma!）お電話、挨拶状添付の注文はがきにて受け付けております。

インターネットからのご注文 ▶

インターネットは24時間いつでもご注文を受け付けております。購入したい商品の「カートに入れる」ボタンを押して、注文画面にすすみます。その後は入力フォームに必要項目をご入力いただき、表示される案内に沿ってご注文ください。注文が完了しますと、注文確認後の自動配信メールが届きます。万が一届かない場合には、以下の可能性が考えられます。

- ・メールアドレスが間違っている。
- ・迷惑メールと間違えられて、迷惑メールのボックスに入っている。

以上をご確認のうえ、それでも届いていない場合は、下記のフリーダイヤルまでお電話ください。

ウィズペティお客様窓口:0120-15-15-04 受付時間 9:00~21:00(年末年始のぞく)
ウィズメディカお客様窓口:0120-25-1525 受付時間 9:00~21:00(年末年始のぞく)

電話でのご注文 ▶

お電話でのご注文の際はホームページをご覧ください、注文する商品をご確認ください。お決まりになりましたら、下記のフリーダイヤルまでお電話ください。



0120-15-15-04
受付時間 9:00~21:00 (年末年始のぞく)

株式会社ウィズペティ



0120-25-1525
受付時間 9:00~21:00 (年末年始のぞく)

株式会社ウィズメディカ

※お電話でのご注文のお支払方法は、NP後払い、登録済みクレジット決済、代引きのみとなります。
初めてのクレジットカード支払い、楽天ペイ・Amazonペイご希望のお客様は当社公式WEBサイトよりご注文ください。

お支払い方法について

クレジットカード ▶ インターネットからご注文のお客様のみご利用いただけます。

代金引換(ヤマト運輸) ▶

ヤマト運輸の「宅配便コレクト」をご利用いただけます。商品お届け時に、宅配ドライバーに代金をお支払いください。手数料:330円 ※定期コースは無料

NP後払い(コンビニ・郵便局・銀行) ▶

コンビニ・郵便局・銀行・LINEペイで後払いできる安心・簡単な決済方法です。請求書は、商品同梱されますので、到着から14日以内にお支払いをお願いします。LINEペイは請求書のQRコードをLINEのQRコードで読み取ることでお支払可能です。
※注意・後払い手数料:220円※定期コースは無料※NP後払いのご注文には、株式会社ネットプロテクションズの提供するNP後払いサービスが適用され、サービスの範囲内で個人情報を提供し、代金債権を譲渡します。ご利用限度額は累計残高で55,000円(税込)迄です。

楽天ペイ・Amazonペイ ▶

楽天会員とAmazonに登録しているクレジットカードでお支払いが可能です。楽天ペイはご購入金額に対して1%のポイントも貯まります。※事前に楽天・Amazonへの会員登録(クレジット登録)が必要です

お届け・送料について

お届けについて ▶ お届けはネコポス(ご自宅のポストに投函)並びにヤマト運輸宅急便(代引き・時間指定のみ選べます)となります。※購入数が10袋以上の場合はヤマト運輸の宅急便となります。

送料について ▶ ネコポス:220円 ヤマト運輸宅急便:550円 ※定期コースは無料

商品のお届け時期について ▶ ご注文いただいたお日にちから3日~5日ほどでお届けします。

返品・交換について

初めての定期購入のお客様に限り、ご購入後に万が一愛犬・愛猫に合わなくても安心の30日間安心返金保証をお付けしています。また、通常購入におきましても、商品の欠陥や不具合による返品・交換は弊社にて送料を負担させていただきます。

返金について ▶ 返品商品到着確認後、10日以内にご指定口座にお振込致します。

返品・交換連絡先 ▶ 所在地:〒225-0003 神奈川県横浜市青葉区新石川1-9-3 北芝ビル4階 担当者:藤本



0120-15-15-04
受付時間 9:00~21:00 (年末年始のぞく)

株式会社ウィズペティ



0120-25-1525
受付時間 9:00~21:00 (年末年始のぞく)

株式会社ウィズメディカ

株式会社ウィズペティと株式会社ウィズメディカはグループ会社です。



株式会社ウィズペティ

公式 ウィズペティ <https://withpety.com/>

愛する家族といつまでも「一緒に」=「with」。

私たちウィズペティは
オーナー様の大切な愛犬・愛猫への想いを
一番に考え、一緒に支えあう
コンパニオンアニマルパートナーとして
CSR活動に取り組んでいます。



株式会社ウィズメディカ

公式 ウィズメディカ <https://withmedica.com/>

お客様一人一人の健康を「一緒に」=「with」。

私たちウィズメディカは、
お客様一人一人を大切にします。
そしてお客様の健康を支える存在として
「いつまでも健康に」をモットーに
お客様に寄り添ってまいります。

ウィズペティが加盟する団体



公益財団法人
日本盲導犬協会

公益財団法人
日本盲導犬協会



公益社団法人
日本愛玩動物協会
愛玩動物飼養者連合会・ペットオーナー統一

公益社団法人
日本愛玩動物協会



日本動物看護学会

日本動物看護学会



公益社団法人
横浜市獣医師会



公益社団法人
川崎市獣医師会