

[会報誌]



×



# ウィズ倶楽部

Vol. **106**

毎月発行  
2024/08

「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

健康チェックにも!愛犬・愛猫の  
ブラッシングはメリットがいっぱい!..... p04

ペットのシニア期  
バランスのとれた総合栄養食で健やかに!.....p08

## 人向け記事byウィズメディカ

夏休み!  
旅行先でできるアンチエイジング対策について..... p20

便秘を解消する  
「正しい」生活習慣を教えます!.....p24

# Vol. 106

[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** 健康チェックにも!愛犬・愛猫の  
ブラッシングはメリットがいっぱい!
- P08** ペットのシニア期  
バランスのとれた総合栄養食で健やかに!
- P11** 大型犬に憧れをもっている人必見!  
大型犬を飼う上での4つの必要条件
- P13** 猫のオーナーが  
注意すべき観葉植物について
- P15** 犬の病気辞典  
犬の慢性腎不全について
- P17** 猫の病気辞典  
猫の緑内障について
- 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** 夏休み!旅行先でできる  
アンチエイジング対策について
- P24** 便秘を解消する  
「正しい」生活習慣を教えます!
- P26** カルシウムで本当に骨は丈夫になるのか?  
正しい知識で骨折予防!



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・愛猫の



# ブラッシング



健康  
チェック  
にも!!

## メリットがいっぱい!

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

### 《 愛犬・愛猫のブラッシングのメリット 》

ブラッシングは、ワンちゃんやネコちゃんの抜け毛を取る他にもメリットがたくさんあります。

オーナー様にとっても、メリットがありますよ。

Brushing Point

## 1

### 抜け毛が取れてすっきり

ブラッシングによって、抜け毛を取り除けます。

特に柴犬など、ダブルコートのワンちゃんの抜け毛は大量です。こまめに取り除くことで、見た目がすっきりするだけでなく風通しもよくなります。

ネコちゃんの場合は、毛を飲み込む量を減らせる点もメリットです。ネコちゃんは自分の舌で被毛のお手入れをするため、どうしても抜け毛を飲み込んでしまいます。

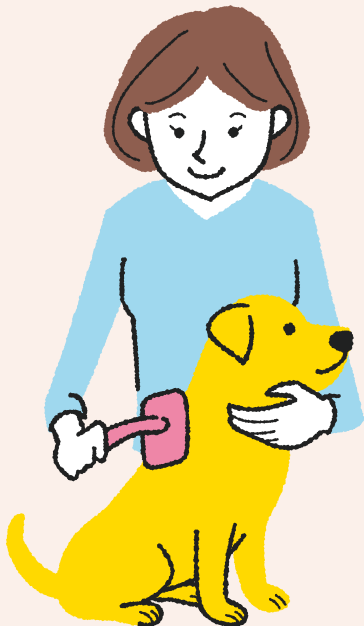
ほとんどの場合は便で排泄されるものの、飲み込んだ毛の量が多いと毛玉で吐くこともあ

るでしょう。猫はよく吐くといわれていますが、頻繁に吐くことは体の負担になります。

シニアや体調不良のネコちゃんは、吐き出す力も弱っている

ので胃に毛が溜まって「毛球症(もつきゅうじょう)」になる恐れも。ブラッシングでトラブルから守ってあげられますよ。

特にシニアのネコちゃんはお手入れする回数が減っていき



Brushing Point

## 2

### もつれや毛玉の予防

もつれや毛玉の予防にもブラッシングは役立ちます。長毛種のワンちゃんやネコちゃんは、被毛がからまりやすく、もつれや毛玉ができてしまうので、まめなお手入れがおすすです。仕上げは、ペット用のクシで、ていねいにとくとくしますね。

Brushing Point

## 3

### 被毛の汚れを落とす

ブラッシングは被毛の汚れを落とせる点もメリット。シャンプーができないときなど、ぬるま湯につけて絞ったタオルで拭いてからブラッシングするのもおすすです。最後は獣毛ブラシでブラッシングすると、ツヤツヤになります。

Brushing Point

## 4

### 皮膚の血行がよくなる

適度なブラッシングは、ワンちゃんやネコちゃんの皮膚の血行もよくしてくれます。マッサージの効果も期待できますよ。

Brushing Point

## 5

### 健康状態のチェックができる

ブラッシングをすると健康状態の確認ができるのもメリット。被毛がパサついていないか、皮膚に傷やできものがないかがわかります。フケが増えれば、「皮膚トラブルかも」といって早く気づけるでしょう。ノミやダニに発見にもつながります。毎日行っていれば、いつもと違うことにもすぐ気づけますよ。異変があったら動物病院を受診してくださいね。

Brushing Point

## 6

### オーナー様とのコミュニケーションにも

愛犬・愛猫とオーナー様とのコミュニケーションにもブラッシングは役立ちます。声をかけたり撫でたりすることで、愛犬・愛猫との触れ合い時間になるのです。ブラッシングは、猫同士のグルーミングにも似ていますね。オーナー様自身も愛犬・愛猫の温もりを手に感じることで、心が落ち着く効果もあります。



After



Before



愛犬・愛猫の



# ブラッシング



健康  
チェック  
にも!!

## メリットがいっぱい!

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

### 《 ブラッシングのコツや注意点 》

手軽にできるブラッシングですが、いくつかコツや注意点もあります。

愛犬・愛猫がケガをしないためにもチェックしておきましょう。

Brushing Point

# 7

## ペット用ブラシやクシを注意する

必ずペット用のブラシやクシを  
用意してください。

人間のブラシやクシでは、皮膚  
に刺激が強すぎるなどトラブ  
ルの元になる恐れがあります。  
全体にざっくり整えるなら「ピ  
ンブラシ」、抜け毛を取り除い  
て、マッサージ効果も期待する  
なら「ラバーブラシ」がおすす  
めです。

ブラシを怖がる愛犬・愛猫には、  
グローブのように手にはめるブ  
ラシがいいでしょう。

スリッカーブラシは毛玉取り  
に向いていますが、ピンが金属  
製なので皮膚を傷つけやすい  
点がデメリットです。

仕上げには、獣毛ブラシを使っ  
と被毛がツヤツヤになります。  
抜け毛はとれませんが当たり

がやわらかいのが特徴です。  
ブラッシングが初めての子犬や  
子猫に使ってもいいですね。

クシ(コーム)は、長毛種のワンチ  
ゃん・ネコちゃんのもつれ取りに  
活躍します。短毛種の子にも、仕  
上げで使えます。

ブラシやクシは、ペットシヨップ  
やホームセンターで実際に手に  
とって選ぶといいでしょう。

サンプルがあったら、手に持って  
ご自分の皮膚に当ててみると使  
用感がわかります。



Brushing Point

# 8

## いきなりの ブラッシング は禁物

突然、全身をゴシゴシブラッシングすると、ワンちゃんやネコちゃんはびっくりします。

ブラッシングが嫌いになる恐れがあるので、ブラッシングに慣れていない愛犬・愛猫は、少しずつ始めることが大切です。

見慣れないブラシヤクシを警戒することもあります。

愛犬・愛猫がくつろぐスペースに置いて、ブラシヤクシの存在に慣れさせるところから始めるといいでしょう。

「頭だけ」「首の後ろだけ」と少しずつブラシをかけていきます。

毛先から始めて、根元までかけていきますしょう。

Brushing Point

# 9

## 無理強い しない

無理強いしないようにしてください。

いやがるのに無理にブラシをかけた時、叱ったりするとブラッシングが嫌いになってしまいます。

ブラッシングが苦手な愛犬・愛猫には、ブラシをかけるたびにおやつなど、ご褒美を与えるのも手です。

「ブラッシングII おやつがもらえてうれしい」と認識するようになるでしょう。ただしおやつをあげた分、

食事は調整してください。

「少しブラシをかけただけで痛がる」などの場合は、皮膚に傷などがあるかもしれません。

早めに動物病院を受診してくださいね。

Brushing Point

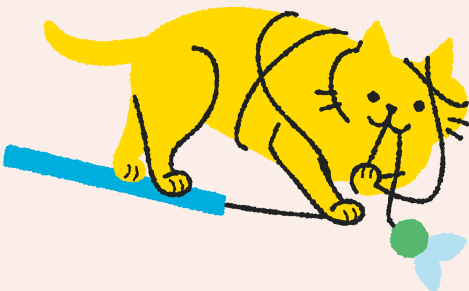
# 10

## ゴシゴシ こすらない・ 引っ張らない

力まかせにゴシゴシとブラッシングをすると、皮膚を傷つけることも。

無理に引っ張ると毛が抜ける恐れもあるので、毛がからんでいたらそこでストップしましょう。

ほどけないもつれやからみは、トリミングサロンや動物病院にお願いする方が安全です。





# ペットのシニア期、 バランスのとれた 総合栄養食で健やかに！

愛犬・愛猫のシニア期は7歳ごろから始まり、緩やかに加齢に伴う体の変化が進みます。大切な家族がシニア期に突入しても長く元気でいてもらうために、良質な食事を与えることはとても大きな意味を持ちます。

バランスのよくとれた総合栄養食でペット達の健康を守りましょう。

獣医師 齋藤厚子

私たちよりもはるかに速いスピードで年をとっていくペット達、まだまだ元気と思っていたらいつの間にかシニア期に突入していた、なんてことはないでしょうか？

犬や猫では品種や大型犬・小型犬による差は多少ありますが、7歳を過ぎた頃からはもうシニア期に突入しつつあると考えましょう。

この頃からは、見た目は元気でも見えないところで体には少しずつ加齢性の変化が起こり始めます。

そんなシニア期の健やかなエイジングを手助けするためには、体の変化にも対応できるような良質な食事を選んであげることが大切です。

年をとってもできるだけ長く元気でいてもらうために、愛犬・愛猫のシニア期に起こる変化について理解を深め、栄養バランスのよくとれた最適な食事を選んであげましょう。

## 犬と猫の加齢とシニア期

犬や猫は私たち人間に比べるとはるかに速いスピードで年をとっていきます。

小型犬と大型犬、犬と猫、品種によってもそのスピードには多少差がありますが、生後1年前後で多くの犬猫が成犬・成猫となり、その後は1年で大体4歳くらいずつ年をとっていくとされています。

見た目にはあまり変化がなくても7歳を過ぎたあたりから体の中では加齢による変化が起こり始め、1歳前後で徐々にそれが顕著になり、15歳にもなると見た目に明らかな変化がみられるようになることが多くなるでしょう。

近年は20歳近くまで生きる長寿の犬猫も増えてきてはいますが、7歳を過ぎたらシニア期に突入しつつあることを意識し、体の状態を把握するためにも定期的に健康診断を受けることをお勧めします。





## シニア期に起こりやすい 体の変化

見た目には元気で健康そうに見えてもシニア期に突入すると少しずつ加齢性の変化が起こり始めます。

加齢に伴って変化が出やすい部分として、以下のような点が挙げられます。

- 関節の負担(動きのぎこちなさ)
- 皮膚や被毛の変化
- 目や耳の変化
- 腎臓、心臓などの内臓機能の低下
- 消化機能の低下
- 代謝の低下
- 免疫力の低下
- 脳の機能低下 など

シニア期に突入した7歳前後では、はっきりとした変化が見られないことの方が多いですが、代謝が少しずつ低下することで太りやすくなったり、運動量が少し減って若い時に比べると落ち着いたように見えることがあります。11〜12歳頃になると加齢性

の変化が少し目に見えてくるようになり、運動量の低下による筋肉量の低下や、関節疾患による動きのぎこちなさ、尿検査や血液検査で軽度の異常がみられたりすることも増えてきます。

さらに15歳を過ぎるころには加齢性の変化はより顕著になります。

筋肉量の低下により歩行がゆっくりになる、寝ていることが多くなる、毛艶が低下する、白い毛が増える、目が白くなる、耳が遠くなる、消化機能が低下してお腹を壊しやすくなる、食欲が減る、免疫力が低下して病気になるやすくなる、などといった様々な変化が見られます。

さらには心臓や腎臓、肝臓などの内臓機能が低下して、何らかの治療が必要になることも増えてくるほか、中には認知機能低下によってしつけを忘れてしまったり、夜鳴きや徘徊などといった問題が起こってしまうこともあります。

## シニア期に向けた食事管理

シニア期の初期は緩やかにわすかずつ加齢性の変化が進んでいくため、飼い主さんも、おそらく動物自身もそのような変化が起こっていることに気づかずに過ごしていることがほとんどでしょう。

では、このように目に見えない様々な変化が起こりがちなシニア期をできるだけ健やかに過ごすためにはどうしたらいいのでしょうか？

動物の健康に最も大きく影響するのは日々の食事です。健康診断を受けて内臓機能に大きな異常がなければ、年齢ステージに合ったバランスの取れた良質な食事を与えることが健康維持に大きく貢献します。

必要な栄養成分が十分に含まれており、さらには負担のかかりやすい関節や内臓のケアにも配慮されたフードで健康状態を維持できれば、将来的に痛みや苦しさを

を感じたり、たくさんのお薬の投薬によってストレスを感じることもなく、穏やかな老後を過ごすことができるでしょう。

## バランスのとれた総合栄養食

シニアに限らず、動物の健康のためには食事管理が非常に重要です。その中でシニアの体に合った食事とはどのようなものなのでしょうか？

シニア期の食事としては、

● 消化機能の低下したシニアでも消化しやすい高消化性の組成であること

● 代謝が低下して太りやすくなりがちな点を考慮して脂質を制限してある

● 筋肉量を維持するために必要なタンパク質を適度に含んでいるというようなものが推奨されます。そこでお勧めしたいのは、必要な栄養素が十分に含まれ、脂質やタンパク質のバランスがとれた『総合栄養食』です。

タンパク質は中高齢期に増える腎臓病にはあまり良くないようにも思えますが、体を維持するため、特に筋肉の維持には適度なタンパク質の摂取が必要です。

良質なタンパク源を使用することで内臓にかかる負担を軽減しつつ、腎臓の負担となるリンの含有量が低く設計されているフードが増えています。

その他、総合栄養食には体に必要なビタミンやミネラルなどもバランスよく含まれており、ビタミンの欠乏症などが起こる心配もありません。

加えて、関節のケア成分が配合されているもの、心臓疾患を配慮してナトリウムが制限されているもの、腎臓疾患や尿路疾患に配慮してリンやマグネシウムの量を制限してあるものなども多く見られます。

シニア犬・シニア猫の中には食欲が低下して今までのフードを食べなくなってしまうケースもあります。そのため嗜好性が高い、つま

りおいしくて食いつきが良いという点も重要なポイントになってきます。

ウイズペティの『毎日美食』は国産鶏肉をはじめ国産の素材を多く使用した安心・安全な総合栄養食です。

嗜好性を高めるためにうまみ成分を豊富に含み、腸内環境を整える食物繊維やがんの予防など健康維持に役立つキノコの成分、アンチエイジング効果もある抗酸化物質(ビタミンCやビタミンE、ポリフェノールなど)、目の健康維持や皮膚・被毛の健康維持、脳の機能維持に役立つ成分も配合されているため、シニア期の健康管理にもおすすめの総合栄養食です。

多くの総合栄養食が販売されていますが、それぞれシニア期に起こる体的変化を考慮して様々な特色がありますので、嗜好性も含めて、愛犬・愛猫にピッタリな食事を選んであげましょう。

## 終わりに

時期や程度の差はありますが、中高齢になると体のいろいろな部分に加齢に伴う変化が開始めます。

それら一つ一つに対応してケアをすることは難しく思えますが、栄養のバランスが良くとれた総合栄養食を食べていけば、そのような変化を緩やかにしたり、治療のサポートができる可能性もあります。

毎日の食事が健康を増進してくれるのであれば、飼い主さんにとってもペット自身にとってもこれ以上負担の少ない健康法はありません。

愛犬・愛猫達に健やかなシニア期を過ごしてもらうためにも、定期的に健康診断を受け、バランスの取れた良質な総合栄養食を選んであげましょう。

### おすすめ商品

## 毎日美食

鶏肉 & 海と山の幸の贅沢コース



成犬用総合栄養食 (ドライフード)

## 美食と健康を追求した 国産無添加のプレミアムドッグフード

『美食を愛犬に』健康・食材・美味しさ・品質を徹底して追求し、成犬からシニア犬向けの成犬用総合栄養食です。「低たんぱく&低リン&低ナトリウム」設計で、心臓・腎臓の健康維持にもおすすめのドッグフードです。「毎日美食 鶏肉&海と山の幸の贅沢コース」はペットフード公正取引協議会が定める分析試験の結果、成犬用総合栄養食基準を満たすことが証明されています。「美味しさへのこだわり」生肉100%の国産の「若鶏」と「親鶏」をベースにうま味を引き出す「鶏ガラ(胸ガラ)」も配合しました。「関節」「まぐろ」「タラ」「アジ」も使用することで香りだけでなく高齢に必要なDHA・EPAなどの必須脂肪酸も摂れます。使用する食材は国産&ヒューマングレードです。※ビタミン、ミネラル類の一部は海外産を使用します。「品質へのこだわり」人間の食品と同様にHACCPの管理手法に基づいた製造工程管理を行う国内(九州)工場で製造します。アレルギーでも安心の小麦グルテンフリーです。合成酸化防止剤無添加・着色料・香料・オイルコーティングを不使用です。



# 大型犬に憧れをもっている人必見! 大型犬を飼う上での 4つの必要条件

大型犬を飼う上で満たしておきたい4つの必要条件について

獣医師 西岡優子

一度は飼ってみたいと、憧れをもっている人が多い大型犬ですが、一方、飼育が大変そうというイメージもあります。今回は、そんな大型犬を飼う上での4つの必要条件について解説しますので、是非参考にしてください。

## 飼い自身が大型犬の飼育に必要な条件を満たしているか

大型犬は運動量が多いため、散歩時間を小型犬より多くとる必要があります。朝晩それぞれ1時間以上の散歩をしてあげるのが理想的です。また、自由に運動する機会を与えてあげることも大切なため、休日にはドッグランなど運動できる場所に連れて行く必要があります。さらに、大型犬は力が強いので、興味があるものに寄っていきこうとリードをグイグイと強い力で引いたり、パニックになって暴れたりなどいざという時に、飼い主自身や周りの人が怪我をしないよう、飼い主自身に制御できる体力が必要です。このように、大型犬を飼うために

は、飼い主が散歩の時間を捻出できるか、体力に自信があるかはかなり重要なポイントとなります。

## 適切な飼育環境を準備できるか

大型犬は体が大きいため、一緒に暮らすにはそれなりのスペースが準備できるかも重要なポイントの一つです。

大体、大型犬が自由にウターンや方向転換ができる広い空間を作るとなると、1部屋分の広さのスペースを準備する必要があります。

また、大型犬は不意に人や物にぶつかるだけでも、周りの人に怪我をさせたり、物を倒して壊してしまったり危険があるため、生活動線の周囲にもかなりの余裕が必要です。さらに、食事やトイレ、寝る場所は分け、それぞれの場所で大型犬がリラックスして過ごせるよう十分なスペースを確保しましょう。

このように、大型犬と暮らすには、犬が心地よく過ごせる広いスペースが必要になってくるのです。



## 飼育に必要なコストや 労力を考慮しているか

大型犬は小型犬と比べて、コストや労力の面で飼い主の負担がより大きくなります。

大型犬の平均的な飼育コストは、1カ月あたり1万5,000円〜3万円といわれており、食費や日用品代、医療費、トリミングやペットホテル、ドッグランなどの利用料も小型犬に比べ高額になります。

また、高齢で足腰が弱り、寝たきりになってしまった場合、床ずれを起さないよう、体勢をこまめに変えるなどの介護が必要になります。また、大型犬は体重が重いためかなりの労力が必要です。

さらに、体調を崩して病院に連れて行く際には、体を持ち上げて移動させるなど、小型犬に比べ力を要する場面が多くなります。

このように、大型犬の飼育に必要なコストや、看病や介護の際の飼い主の労力の負担は小型犬とは比較になりません。



## 大型犬種の

## 特徴と飼育に必要な知識を 習得しているか

全体的に利口で、温厚な性格といわれている大型犬ですが、それぞれの犬種の性格や気質を理解した上で、自分に合った犬種を選ぶことが大切です。また、短毛や長毛、毛量が多いなど外貌の特徴によってもお手入れにかかる時間や労力が異なったり、必要な運動量も犬種によって違ってくるため、飼育に関する知識の習得も事前が必要となります。

## まとめ

今回は、大型犬を飼う上での必要条件について解説しました。

大型犬を飼うのは大変なイメージがありますが、飼い主自身が必要条件を満たし、適切な環境を準備できるのであれば、自分に合った犬種を迎え、いいパートナーとなってくれるでしょう。

この記事が、大型犬を迎えることを検討する上で参考になれば幸いです。



## 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)

## 目の健康維持に

「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)

# 猫のオーナーが 注意すべき観葉植物について



猫ちゃんと一緒に暮らす上で、どのような植物が猫ちゃんに有害なのかを知っておくことは非常に重要です。

そこで今回は、猫ちゃんにとって毒となる植物と、誤って食べてしまったときの対処法について解説します。

獣医師 増山綾乃

## 猫にとって危険な観葉植物

猫ちゃんが誤って食べてしまったり、場合によっては舐めただけでも中毒を引き起こすような有害な植物が存在します。以下では一般的にご家庭に飾られる観葉植物で、猫ちゃんにとって注意が必要なものをいくつか紹介します。

### ！ユリ科植物

ユリ科の植物は、その美しさからインテリアに広く使われ、贈り物としても人気が高い植物ですが、実は猫ちゃんにとっては非常に危険な植物の代表格です。葉っぱや花びらはもちろんのこと、少量の花粉や花瓶の水を舐めただけでも中毒を引き起こすことがあります。

ユリ科の植物を口にしたら、最も影響を受けやすいのは腎臓です。最悪の場合、急性腎不全を引き起こしてそのまま亡くなってしまいう可能性もあります。たとえ助かったとしても、腎臓が受けたダメージはそのまま後遺症として一生残ってしまいます。身近な植物としては、チューリップもユリ科植物の仲間です。ガーデニ

ングでお庭にチューリップを植えている場合も猫ちゃんがお庭に出ないようにするのはもちろんのこと、

花粉などを室内に持ち込まないように細心の注意を払いましょう。ユリ科の植物による中毒症状として、以下のようなものが挙げられます。

- 食欲不振
- 元気がない
- 嘔吐
- 下痢
- 頻尿
- 乏尿(おしっこの量が少ない)

### ！サトイモ科植物

アロカシア、ダイフエンバキア、カラジウムなど、観葉植物として人気のサトイモ科植物も猫ちゃんにとっては危険な植物です。サトイモ科の植物にはシュウ酸カルシウム結晶が多く含まれており、これが猫ちゃんの口や喉、消化管を刺激することで以下のような症状を引き起こします。

- 食欲不振
- 唾液分泌の増加
- 口内や唇の腫れ
- 嘔吐

### ！ドラセナ

キジカクシ科に分類される常緑性の植物であり、「幸福の木」と呼ばれ、観葉植物として人気の高い植物です。葉っぱの部分に強い毒性があり、猫ちゃんが口にすると以下のような症状を引き起こします。

- 食欲不振
- 嘔吐
- 下痢
- 麻痺

### ！アロエ

アロエは観葉植物として人気があり、葉から取れるジェルには私たち人間にとってさまざまな健康効果があるとされています。しかし、猫ちゃんにとっては有毒であり、誤って摂取した場合にはさまざまな症状を引き起こします。アロエの葉には「バーバロイン」と呼ばれる猫ちゃんにとって有毒な成分が含まれており、これにより以下のような症状を引き起こされます。

- 食欲不振
- 元気がない
- 嘔吐
- 下痢

## ●震え ●血尿

このほかにも、ナス科やツツジ科の植物、スズランなど、猫ちゃんが誤って食べると中毒を起こしてしまう植物はたくさん存在します。植物を新しく取り入れる際はそれが猫ちゃんにとって安全かどうかを確認することが重要です。

## 猫ちゃんが観葉植物を食べてしまった場合

もしも猫ちゃんが誤って観葉植物を口にしてしまった場合、どのように対処したらよいのでしょうか。

猫ちゃんが植物を食べてしまったことに気づいた際は、慌てずにはまず動物病院へ相談しましょう。その際、食べたしまった植物の名前や食べた量、食べた時間などをメモし、獣医さんにしつかり伝えておきましょう。中毒物質を食べてしまった場合、症状が出ていないからといって安心はできません。

むしろ症状がないうちに対応することで、重症化するのを防げる場合があります。誤食からそれほど時間が経っていない場合、催吐剤により食べ

たものを吐き出させたり、胃洗浄を行うことで毒物が体に吸収されるのを防ぐことができる場合があります。

また、毒物を吸着させるお薬を飲ませ、毒物を便と一緒に排泄させることもあります。すでに症状が出ている場合、むやみに下痢や嘔吐を止めてしまつのは、毒物の排出を遅らせることに繋がりが、かえって危険です。症状が出てしまつている場合、毒物はすでに体に吸収されてしまつています。

この場合は、点滴を行なって血液中の毒素の濃度を薄め、毒物の影響で荒れてしまつた胃腸を整えるお薬を使います。また、毒物の影響で腎臓や肝臓がダメージを受けていないか、血液検査で確認します。

## 猫ちゃんに優しい植物とは？

猫ちゃんにとって安全な植物はあるのでしょうか？中毒物質にはまだまだわかっていないことも多く、猫ちゃんの個体差もあるので一概には言えませんが、中でも比較的安心と言われている植物をご紹介します。

### 🌿 猫草(えん麦など)

ホームセンターなどに売られている

猫草ですが、実は「猫草」という名前の植物は存在しません。多くの猫草の正体は、えん麦と呼ばれるイネ科の植物で、猫ちゃんにとって安全な植物であると言われています。猫ちゃん

は胃の中にたまった毛玉を吐き出すために、わざと先の細い植物を食べ、胃を刺激するのだと言われています。猫ちゃんが他の有毒な植物を食べてしまつのを防ぐためにも、猫草を準備してあげるとよいでしょう。

### 🌿 パキラ

観葉植物の中で比較的毒性が低いとされている植物です。葉が大きく、幹も太いため、猫がかじりにくいたずらしにくい植物です。

### 🌿 アジアンタム(ホウライシダ)

小さい葉が特徴の植物です。毒性はありませんが、ゆらゆら揺れる葉が猫ちゃんの興味を惹きやすいため、ちよっかいを出されないように注意が必要です。

### 🌿 エバーフレッシュ(エバグリーン)

明るいグリーン色の葉と華奢な幹が人気の観葉植物です。昼間は葉を広げ、夜になると葉を閉じるといった特徴があります。アジアンタムと同

様に、葉がゆらゆら揺れて猫ちゃんがいたずらしやすいので注意が必要です。

### 🌿 ヤシ科植物

日当たりが悪い部屋でも育てやすく、南国感のある見た目から人気の観葉植物ですが、猫ちゃんにとっても比較的安心な植物です。ただし葉が細いものは猫ちゃんが好んで食べる場合があります。比較的安全とはいえ個体差もあるため、あまりに食べるようなら猫ちゃんに近づけない方が無難です。

## まとめ

一般的によく飾られている観葉植物の中にも、猫ちゃんが食べてしまうと危険なものが数多く存在します。また比較的安心であるとされているものでも、食べ過ぎてしまつと猫ちゃんによっては体調を崩してしまつこともあるので注意が必要です。ご自宅に観葉植物を飾る際は、猫ちゃんが食べても大丈夫なものが事前に確認し、なるべく猫ちゃんの手の届きにくいところに置くようにしましょう。

# 犬の病気辞典 犬の慢性腎不全 について

葛野 宗 先生



## 犬の慢性腎不全とは

慢性的で進行性の腎機能障害です。

さまざまな腎臓の疾患が原因となり、慢性的な腎機能の障害が見られる疾患です。

慢性腎不全は不可逆性の変化であり、腎臓のろ過機能の低下により中毒症状が引き起こされ、犬を死に至らしめます。

慢性腎不全は、悪性腫瘍、心臓病に次いで多い犬の死因になります。

## 犬の慢性腎不全の症状とは

多飲・多尿、乏尿・欠尿、嘔吐、神経症状などがみられます。

慢性腎不全では腎臓のろ過、再吸収機能が機能しなくなっていく、体内の水分を保持できなくなり、そのため、多飲・多尿が引き起こされます。

さらに末期の慢性腎不全では腎臓が機能しなくなり、乏尿・欠尿がみられます。

血液に含まれる老廃物を体外に排出できなくなることで、蛋白質の代謝物である尿素窒素による中毒症状である尿毒症が引き起こされます。

尿毒症とは、腎不全で起きる症状の全てを指します。尿毒症では全身の臓器が障害され、嘔吐や食欲低下などの消化器症状や、意識障害、沈鬱、痙攣などの神経症状が見られることがあります。

さらに、腎臓から産生されていた造血ホルモンが産生されなくなる

ことで、貧血(腎性貧血)が見られるようになります。

## 犬の慢性腎不全の原因とは

様々な腎機能障害が原因となり慢性腎不全は引き起こされます。

免疫複合体性糸球体腎炎、非免疫複合体性糸球体腎症、腎アミロイドシス、尿細管間質障害などの様々な疾患により慢性腎不全に至ります。

糸球体疾患をもつ場合、重度の蛋白尿を示すことが多いとされています。

## 犬の慢性腎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。

- ケアンテリア
- サモエド
- シーズー
- ジャーマンシェパード
- チャウチャウ

● バセンジー

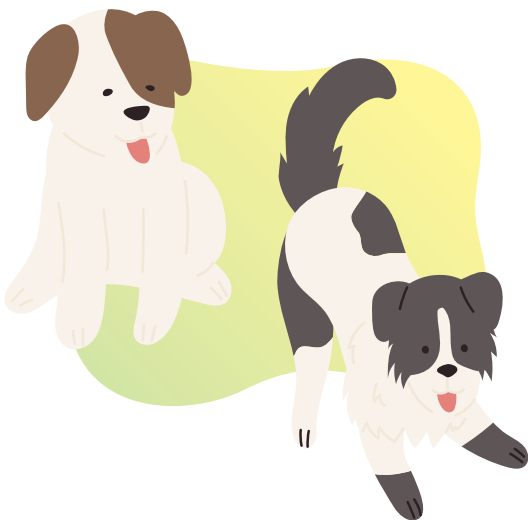
● ビーグル

● ブルテリア

● ラサアプソ

多発的な要因で引き起こされる疾患であり、好発犬種を列挙するのが難しい疾患です。

ただし、慢性腎不全の中に家族性腎症とよばれる遺伝的要因が原因となる種類があり、ジャーマン・シェパード、サモエド、ブル・テリア、ケアン・テリア、シーズー、ラサ・アプソ、バセンジー、ビーグル、チャウ・チャウなどが好発犬種です。



## 犬の慢性腎不全の 予防方法について

原因疾患の予防、早期発見治療をおこないます。

まず、栄養バランスのとれた食餌を与えることは大切です。

また、慢性腎不全を続発させる可能性のある基礎疾患、併発疾患、進行リスクの管理が重要になります。糖尿病、心疾患、膵炎が基礎疾患あるいは併発疾患として存在していることが多いとされています。尿石症、細菌性膀胱炎も併発していることが多いです。歯肉炎は進行リスクとなることがあります。

これらの疾患を治療、管理することで、慢性腎不全の予防および症状の進行を遅らせることが出来る可能性があります。



## 犬の慢性腎不全の 治療方法について

### 代償性腎不全期

慢性腎不全の進行の具合により治療方針が異なります。

### 代償性腎不全期

↓腎不全を身体が補助できなくなり、具体的な症状がみられはじめの状態

正常な腎組織の保護を目的に治療を行います。

腎不全用の食事療法食により腎臓の負担や、尿毒素の発生を抑える。

水分を十分にとらせ、また数日おきの輸液により血液中の老廃物の排出を助ける。

骨の保護のためにビタミンD製剤の投与。貧血改善のためにエリスロポエチン製剤の投与。

腎臓保護作用のあるその他製剤の投与（ACE阻害薬等）を行います。

### 非代償性腎不全期

↓症状がある程度進行している状態

代償性腎不全期の治療を元にさらに進んだ治療を行います。輸液の頻度を連日に変更する。

嘔吐・下痢に対する治療。

腹膜透析の開始などを行います。

### 尿毒症期

↓尿毒素による中毒が引き起こされている状態

腹膜透析に加え、血液透析を行う。中心静脈栄養や胃や食道に直接チューブを設置し、栄養を補給するなどの治療を加えておこないます。

尿毒症による中毒からできる限りの延命を行う期間です。



## おすすめ商品

### 毎日腎活

活性炭&ウラジロガシ



犬用 チキン味(錠剤)



犬猫兼用 ミルク味(粉末)

## 腎臓の健康維持

「毎日腎活 活性炭&ウラジロガシ」は腎臓の健康維持に必要な7種類の成分(ヤシ殻活性炭・ウラジロガシ・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)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 緑内障 について

齋藤厚子先生



### 猫の緑内障とは

**眼圧上昇から失明につながる病気です。**

緑内障は、眼球の中の圧(眼圧)が高くなり、眼に痛みや視覚障害を起す病気です。

発症すると眼の痛みから食欲や元気もなくなってしまう。

眼圧が高い状態が続くと、網膜や視神経に致命的な障害が起り失明してしまうため、緊急治療が必要。

視力を維持することができるかどうかは、早期発見・早期治療にかかっています。

### 猫の緑内障の症状とは

**眼に現れる変化と痛みによる全身症状が見られます。**

緑内障を発症した時の症状は以下のようなものです。

- 片目だけ瞳孔が開いている
- 眼の痛み(眼をしょぼしょぼする、流涙)

- 眼の表面が白く濁る(角膜浮腫)
- 白目が充血している

- 視覚喪失(ものにぶつかって歩く)
- 眼球が大きくなる(牛眼)

- 食欲不振
- 元気消失

- 頭や顔を触られるのを嫌がる

多くの場合は片側の眼だけが発症するため、瞳孔の大きさが明らかに左右で異なるなど、反対側の眼と比較することで異常に気が付きます。

眼の圧が高い状態が続くと眼の中の炎症によって眼の色が変わったり、眼の表面がむくんで白く

濁ってしまうこともあります。

また、痛みが強く出るために、食欲や元気もなくなり、重度の場合には吐き気が出る場合もあります。眼を気にしてこすってしまうことが多いため、傷つけないようにエリザベスカラーなどで保護し、できるだけ早く病院を受診しましょう。

### 猫の緑内障の原因とは

**先天性のものと続発性のものがあります。**

眼の中には眼房水という液体が循環していますが、緑内障はこの眼房水が何らかの原因でうまく循環しなくなることによって起こります。

眼房水は眼の毛様体という部分で作られ、前眼房(角膜と瞳孔の間の透き通った部分)に流れこんだ後、隅角という部分から排出され、眼は常に一定の圧を保っています。

緑内障は主に隅角が狭くなり、眼房水がうまく排出されなくなることによって起こります。

- 隅角が狭くなる原因には、
- 先天性のもの(原発性緑内障)
- 他の疾患によって起こるもの(続発性緑内障)

などがあります。

猫では続発性がほとんどで、外傷、感染症、ブドウ膜炎などの炎症、水晶体の脱臼、眼内出血、眼球内の腫瘍などによって、隅角の構造が変化してしまうことによって起こります。

### 猫の緑内障の 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。



## 猫の緑内障の 予防方法について

**ケンカや病気に気を付けましょう。**  
緑内障を効果的に予防する方法は  
ありません。

ただし、猫では続発性に起こるものがほとんどなので、室内飼育にすることで外猫とのケンカや感染症のリスクは下げられるかもしれません。また、緑内障を起しうる基礎疾患をしつかり治療・管理してあげることが、緑内障の発症を抑えることができます。

## 猫の緑内障の 治療方法について

**視力回復が望める場合には積極的な治療を行います。**

治療は視力が保たれているかいないかによって、大きく2つの方針に分けられます。

●視力の回復・維持を目的とする治療

●眼疼痛を取り除くことを目的とする治療  
発症後あまり時間が経過してお

らず、視力が残っているまたは視覚の回復が望める場合は、迅速に眼圧を下げる治療を行います。

眼圧を下げる点眼薬を使用し、内服薬、または点滴で浸透圧利尿をかけることで眼圧を下げます。

緊急的に眼圧を下げた後は、再上昇を防ぐために、眼圧を下げる点眼薬の継続で維持します。

併せて、緑内障の原因となっているブドウ膜炎や感染症などの基礎疾患に対してもしつかり治療を行うことが必要です。

状況に応じて毛様体凝固術、緑内障ろ過手術などの外科処置も行われます。

毛様体凝固術は、レーザーで毛様体を焼いて凝固させ、眼房水の産生を減らす処置です。

ろ過手術には、レーザーで穴をあけて眼房水を目の外に逃がす管錐術という方法や、シャントチューブやバルブという小さな器具を装着して眼房水の排出経路を新たに作る方法などがあります。

外科処置をした後も緑内障の治療は継続して行う必要があります。

定期的に眼圧を測りながら、点眼薬の種類や点眼回数を調整し、基本的には治療を途中でやめることはできず、生涯点眼が必要になります。

猫ではあまり多くありませんが、原発性緑内障では両側の眼が罹患するので、反対側の眼も経過に注意が必要です。

**視力が失われてしまった場合には眼の痛みをとる治療を行います。**

既に視力が失われている場合は、眼疼痛を取り除く治療として以下のような治療を行います。

●眼球摘出術

●眼球内薬液注入

●義眼挿入

眼球内薬液注入は、眼房水を作っている毛様体を破壊するお薬を眼球内に入れる方法です。

処置後は徐々に眼が萎縮して小さくなります。

眼球が小さくなることで眼の周りの毛が眼窩内に入り込み、目ヤニなどで汚れやすくなるので、洗浄などで清潔に保ってあげましょう。

### おすすめ商品

## 毎日愛眼

ブルーベリー&ルテイン



猫用

犬猫兼用

カツオ味(錠剤) 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。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

幸せを呼ぶペット占い

2024  
8/1~  
8/31

Aries

## 牡羊座

3 / 21 ~ 4 / 19



先月からの好調な運勢は今月も続いています。ラッキーポイントは「体を動かす」ことなので、お散歩や遊びは積極的に。シニアなど体を動かせない子は、外の風景を見せるだけでも効果的。

Taurus

## 牡牛座

4 / 20 ~ 5 / 20



首輪やリード、お洋服などペットに触れるグッズのチェックが、運氣アップのカギ。汚れやほころびがないか確認してみてください。健康運は良いため、活発に過ごせそうです。食べ過ぎには注意。

Gemini

## 双子座

5 / 21 ~ 6 / 21



今月はおうち遊びを充実させるのがラッキーポイント。かくれんぼやおやつ探索ゲームなどで、ペットの知的好奇心をくすぐる遊びがおすすです。上手にできたら、ごほうぎをあげて。

Cancer

## 蟹座

6 / 22 ~ 7 / 22



今月は新鮮なお水がラッキーアイテム。おうちのあちこちにお水を置いたり、水入れを新調したりするのもよいでしょう。暑さに負けないよう、こまめにお水を取り替えると運勢も好調に。

Leo

## 獅子座

7 / 23 ~ 8 / 22



ペットとオーナー様に素敵な出会いがありそうです。お散歩で行った公園や動物病院、ペットグッズのお店などで楽しい話題を提供してくれる人に注目して。夜寝る前のマッサージは吉。

Virgo

## 乙女座

8 / 23 ~ 9 / 22

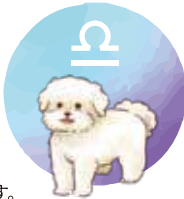


今月はおもちゃ遊びがラッキーを呼ぶでしょう。元気いっぱいペットはボール遊びやフリスビーがおすす。転がすとフードが出てくるような知育おもちゃは、ペットの心を刺激します。

Libra

## 天秤座

9 / 23 ~ 10 / 23



ペットへのこまめな声かけが吉を呼ぶ月です。不安そうな時はもちろん、楽しく遊んでいる時も優しい声で名前を呼んだり褒めたりしてあげて。歯のお手入れは悪い運気を寄せ付けません。

Scorpio

## 蠍座

10 / 24 ~ 11 / 21



今月はペットたちの寝床の見直し、運勢アップにつながります。ベッドや敷物に汚れやほつれなどがなければチェックしてみてください。寝床に涼しい風が通りぬけるようにすると吉です。

Sagittarius

## 射手座

11 / 22 ~ 12 / 21



今月は穏やかな運気がペットたちを包み込んでくれます。1日のうちに10分でもペットとオーナー様でゆったりと過ごす時間を作るといいでしょう。特にお昼寝タイムは絆が深まります。

Capricorn

## 山羊座

12 / 22 ~ 1 / 19



早朝の行動がペットに吉を呼びそう。ワンちゃんのお散歩は早い時間に行くといいでしょう。ネコちゃんとは5分でもいいので一緒に遊んでみて。夜は静かに過ごすのがおすすです。

Aquarius

## 水瓶座

1 / 20 ~ 2 / 18



今月のペットたちはなんだかマイペース。お散歩から帰りがたがらなかつたり、いつまでもおもちゃで遊びたがったり。オーナー様は叱らず危険や疲れがないなら、満足するまで見守ると吉。

Pisces

## 魚座

2 / 19 ~ 3 / 20



シャンプークット、爪切り、耳掃除などペットたちの体のケアがラッキーを呼びます。トリミングサロンに行くのもおすすです。フードの悩みが出てきたら、獣医さんに相談してみてください。



夏休み

教えて!橘田先生

旅行先でできる

# アンチエイジング対策

今年も夏がやってまいりました!夏のご予定はお決まりでしょうか?

今回、取り上げるのは「旅行先でのアンチエイジング」。

旅先という「特別な環境」下において、効果的にアンチエイジングを実践する方法について掘り下げて参りましょう。

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。

## まずは紫外線対策

心身をリフレッシュする絶好の機会である夏の旅行ですが、美容と健康を保つためのアンチエイジングケアも忘れてくれないですね。旅先で、普段より紫外線への曝露が増える方もいらっしゃるかと思います。

紫外線はシミやシワを筆頭とした肌の老化現象を生じさせる主要因です。

が、その影響は肌のみならず！紫外線は体内に活性酸素を発生させ、ストレスや疲れの要因にもなってしまい、全身の老化を引き起こす因子にもなりうるというところ、ご存知でしたか？

紫外線予防は

- 日焼け止めを塗る
- 日焼け止めを飲む（※塗る日焼け止めとの併用が原則です）
- 物理的遮光（帽子やサングラス、日傘、UVカット効果のある衣類の着用）
- 日差しそのものを避ける（日陰

で過ごす、朝方や夕方以降に外出する、など）

といった手法が代表的ですが、それを羅列するのみでは、わざわざこちらをお読みいただいている意味がないというものですよね。

筆者の私がここで強調したいポイントは塗る日焼け止めももう一つ以上の手段を組み合わせていただくということですよ。

日焼け止めを塗らずに他の手段で、というオプションは、ありません。笑

一歩でも外に出るのであれば、SPF30以上、PA+++以上の日焼け止めを塗る、というのは必須中の必須です。

問題の焦点となるのはこれだけで済みますか、それとも…ということですよ。

日焼け止めは、たとえこまめに塗り直していたとしても、汗で落ちてしまったりで、効果が減ってしまいうリスクのあるもの。

ですので「バックアップ手段」と言

いますか。

塗る日焼け止めに加え、他の手段併用することで、より強い効果を得ることができます。

一番お手軽なパターンが塗る日焼け止め＋物理的遮光でございますよ。

私は沖縄に赴任していた1年間、こちらの手段でシミ1つ作ることもなく乗り越えることができました。ぜひお試しください！と思います。



日焼け止めを塗る



日差しを避ける



物理的遮光



日焼け止めを飲む

## 旅行は 適度な運動のチャンス！

日頃どうも運動不足がちでも、旅行中は適度な運動をするチャンスです。なんといっても、観光地を歩き回ることで自然と運動量を増やす機会があるわけですから。ポイントは100%体力を使い切るのではなく、「もうちょっと動けなく」ことです。

宿泊先でエクササイズプログラムに参加する機会もあるかもしれませんが、以前「アクティブレスト」について書かせていただいたことがあるのですが、いつもと違う環境で簡単なストレッチや体操をすることで、むしろ疲れが取れやすくなる効果も期待できます。



## 旅行中も苦にならない、 お手軽なお肌ケア

夏の旅行先において、実は普段より、飛行機内の乾燥、外気と室内の気温の変化によって、肌が汗で湿っているものの、お肌内部は乾燥しているという状態になりやすい状況にあります。

ここで保湿ケアを徹底したいところ、ではあるのですが、ただでさえ楽しいイベントが目白押しで、お肌のケアに時間を割くことが難しくなったりする局面も、あるかもしれません。

筆者がまさにそうです(笑)。ここで大事なことは「確実に押さえないといけないところをモノにする」ということ。

### ●日焼け止めやメイクは絶対落とすとして寝る！

まず何よりコレです。クレンジングをしないで寝るのは歯を磨かないで寝るのと同じくらい、と考えられてください。

今のこの時世、潤い成分を落とす

ぎず、メイクや汚れをしつかり落とす製剤は世にたくさん出ております。

最悪、落とすだけ落として、そのまま何もせずでも、落とさないで寝るよりましかも！？

なレベルです。ぜひ押さえておきたいポイントです。

### ●ローションパックの活用

旅行中のお肌に一番大切なのが「肌に水分を入れること」。

肌に水分が十分入ってこそ、乳液やクリームなどの油分で「フタをする」この意味が出てきます。

夜のスキンケアにシートタイプのパック製剤を取り入れると「何か他のことをしながら」集中保湿が可能で、一石二鳥です。

シートタイプのパック製剤には化粧水がマスクになったローションパックと、美容液がマスクになったシートマスクがあるので、筆者のおすすめは化粧水が染み込ませてあるタイプの製品です。



洗顔後、何もしていない状態のお肌パックをつけて15分。製品によってはこれだけでも十分潤ってしまうものも(！)。

旅行先ごとに「ご当地パック」販売している有名メーカーさんもあり、その地でしか手に入らないパックを楽しむのもいいですね。ぜひ活用してみてください。

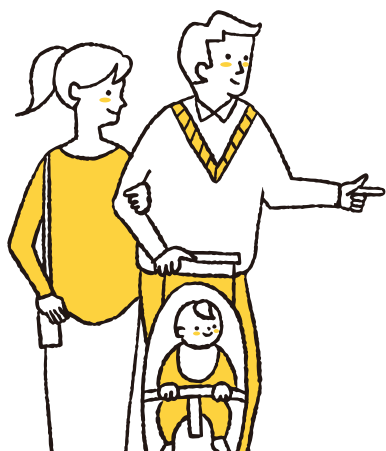
## 温泉旅行じゃなくても！ 入浴でリフレッシュ

温泉地やスパリゾートでリラククスとリフレッシュを計る場合はもちろん、それ以外の旅行地でも、入浴によるリフレッシュ効果を得ることは可能です。筆者は旅先のホテルを選ぶ際、バスタブを備えているホテルを優先して選びます。バスタブにお湯を貯められる環境さえあれば、自宅からお気に入りの入浴剤を持参したり、ホテルの備品を利用してバブルバスにしても、もうそこらがスパタイム！  
夏の暑い時期でも、シャワーのみで済まらず、バスタブと取り入れることで、アンチエイジングにグッと近づくと間違いなしです。



## 何よりリラククスと ストレス解消！

そもそも旅行することそのものがリラククスしてストレスを解消し、アンチエイジングを実践する絶好の機会です。日常のこまごましたことはぜひ手放していただいて、目の前の非日常に集中するだけでも、アンチエイジングに繋がるというもの。あとは適度に動いて地元の新鮮な食材を楽しむ、これが何よりのアンチエイジング。皆様もぜひ、旅先だからこそ可能な方法で、アンチエイジングを実践してみてくださいね！



### NUMBER SUPPLEMENT 10 | 高純度生ローヤルゼリー&イソフラボン

おすすめ商品

#### いつまでも美しく若々しく輝きたい元気な毎日に生ローヤルゼリー 3000 デセン酸 9%規格



「ナンバーサプリメント10 高純度生ローヤルゼリー&イソフラボン」は、「いつまでも美しく若々しく」「輝きたい元気な毎日をごしたい」そんな方をサポートする為に10種類の成分を配合しています。配合成分は高純度生ローヤルゼリー/デセン酸9%、大豆イソフラボン（アグリコン型）、レッドクローバー、ごま抽出物、高麗人参、DNA-Na、植物発酵エキス末、ギャバ、葉酸、ビタミンCとなります。配合している高純度生ローヤルゼリー-250mg/デセン酸9%規格（1粒あたり）は業界トップクラスの高配合量となります。ウイズメディカのサプリメントは安心安全の国産品質、GMP認定工場製造で、香料・着色料・保存料を使用せずに製造しています。（1袋60粒入り/1日2粒から4粒目安/体調に合わせて飲む量をご調整ください）



# 便秘を解消する「正しい」生活習慣を教えます!

便秘は日常でよくある症状のひとつです。

たかが便秘、されど便秘。

若者から高齢者まで便秘に苦しみながら何度も病院に通っている方は大勢います。

今回は誰にでもすぐに始めることができる、便秘の「正しい」生活習慣改善療法について解説します。

消化器内科医 永田健

**すぐに始めよう!  
便秘を解消する生活習慣。**

排便は誰にでもみられる生理現象であり、快適に排便できない状態は毎日の生活の質をいちじるしく低下させてしまいます。

実際に多くの日本人は便秘に苦しんでおり、その割合は27%とも。近年、便秘患者さんは寿命が短くなるという大規模な研究結果も報告されました。具体的には腎臓病や心血管疾患の発症リスクが高まるということが明らかになっています。たかが便秘とあなどっていると寿命が短くなるなんておそろしいですよ。

便秘治療の基本は生活習慣の見直しですが、間違った方法を行っている患者さんは多くおられます。実際にわたしが外来患者さんにお教えします。生活習慣の見直しは誰にでもすぐに始められますのでぜひすぐに始めましょう!

**水分摂取は自分の  
生活スタイルに合わせた  
量を適切に!**

排便しやすい普通便の組成のうち、約7割は水分できています。そのうちたった1割の水分が足りなくなるだけで排便しにくい固い便となってしまう。一般的な成人の水分摂取目安は1.5リットル/日とされていますが、気候やその人の活動度、汗のかきやすさによって必要量は異なります。漫然と一定量の水分を摂取し続けるのではなく、自分の生活スタイルに合わせ、ちくいち便の性状を確認しながら自分にあつた水分量を摂取する事が大切です。

**1日3食、とくに朝食は  
忘れず食べる!**

「便がでないからご飯を食べないようにしています」と病院を受診される方がいますが、これは大きな間違いです。大前提として、食べ物を食べないと排便はうまくいきません。ダイエットのため食事制限している人

に便秘が多いのはこのためです。食事をして胃に食べ物が入ると胃から腸へ信号が送られます。これをきっかけにして大腸の動きが促され排便へとつながります。食事は排便のスイッチの役割があると覚えておきましょう。とくに朝起床時には、排便に直結する腸の大蠕動が起きるため、このタイミングで朝食をとることがなにより大切です。うまく排便するチャンスタイムは「朝」なのです!

**食物繊維は  
とりすぎてもだめ!**

「便がなかなか出ないから、3食生野菜をたっぷりとっています」よくある便秘患者さまの声ですが、これも大きな間違いです。食物繊維には水溶性食物繊維と不溶性食物繊維に分類され、性質が異なります。それぞれに、便の形状を整える作用や、不要な脂肪分を運ぶ作用、便の水分を保ち運びやすくする作用などがあります。本来、食物繊維は水溶性と不溶性をバランスよく摂取することで排



便促進にとっても有効です。

しかし食物繊維を過剰に摂取すると便の体積が大きくなりすぎて、逆に大腸が便を運びづらくなり便秘を悪化させてしまいます。生野菜などは繊維が強くそもそも消化されにくいいため、大腸までそのままの形で到達し便を大きくしてしまふのです。便秘対策として、食物繊維約20g以上の摂取が推奨されていますが、これも人それぞれ便の性状をみながら調整することが大切です。

生野菜を摂取するときは、細かく刻んだり、やわらかく調理したりして食べるようにしましょう。

### 規則正しい生活リズム、睡眠はしっかりとる！

排便と睡眠は密接に関わっています。腸の動きは、副交感神経系の迷走神経と骨盤内臓系によって促進するように調整されています。逆に交感神経系の興奮は腸の動きを抑えるように作用します。これら自律神経によって腸の動きは調整されているのです。

わたしたち人間は日中、交感神経が優位な状態で活動をしています。そして夜にかけて休もうとするときに、副交感神経が優位になり眠りにつきます。

自律神経の正常なリズムを維持するためには、生活リズムのなかでもとくに睡眠が重要です。睡眠不足による自律神経系の乱れは、排便習慣の乱れに直結します。毎日の睡眠リズムを整えて、排便リズムも整えましょう。

### 適度なエクササイズをしよう！

自律神経を整える方法として適度なエクササイズが有効です。適度なエクササイズで交感神経が刺激されたあとに、十分な休息を取ることによって副交感神経がより活性化します。このときに大腸の動きも活発になり、排便を促進します。ポイントは、運動のあとの十分な休息です。逆に強度が高すぎる運動は、交感神経が極端に優位となり腸の動きを抑制してしまふので注意してくださいね。

### 便意を感じたらがまんしないこと！

便意は、便が直腸に到達したときの刺激が神経を介し脳に伝達することで感じます。そして排便しようと直腸が収縮、肛門筋が弛緩することで一連の排便が完了します。これを排便反射といいます。

このとき、意図的に排便反射の流れを止めてしまうことをくり返していると、直腸の感覚がどんどん鈍くなってしまいます。その結果、便が直腸に到達しても排便反射が起こらず便秘を引き起こします。したがって、便意を感じたらがまんせずトイレに行き排便することが快適な排便習慣にとっても大切です。

### まとめ

便秘治療において生活習慣の改善はもつとも重要です。今回解説した生活習慣の改善点はすぐにでも始められます。いきなり全てを実践することは難しいと思いますので、できそうなものからトライしてみてくださいね。

おすすめ商品

## NUMBER SUPPLEMENT 05 | 有胞子性乳酸菌&セラミド

### 便通の改善に / 肌の潤いを守る / 保湿力を高める



機能性関与成分の有胞子性乳酸菌 (Bacillus coagulans SANK70258) が含まれます。有胞子性乳酸菌 (B.coagulans SANK70258) は便秘傾向の方の便通を改善する機能が報告されています。またパイナップル由来グルコシルセラミドが含まれます。パイナップル由来グルコシルセラミドには、肌が乾燥しがちな方の肌のバリア機能 (保湿力) を高め、肌の潤いを守るのを助けることが報告されています。また、ウィズメдика独自の追加栄養補助成分として「ヒアルロン酸」「コラーゲン」「ビタミンB6」「プラセンタ」を追加配合しています。ウィズメдикаの製品はすべて国内のGMP認定工場で製造しています。

カルシウムで本当に骨は  
丈夫になるのか？

## 正しい知識で 骨折予防！

骨折予防は先手必勝です。

最新のエビデンスに基づき、骨折予防に対しての正しい知識を身につけ普段の生活にお役立てください。

薬剤師 山本 悠太

### カルシウムの役割とは？

カルシウムはカリウムやリンと同様に、ミネラルと総称される生体機能の維持に不可欠な栄養素です。カルシウムは体内で多くがリン酸カルシウムとして存在し、歯や骨を構成する役割を担っています。また、カルシウムイオンは電位依存性のカルシウムイオンチャネルを介して心筋収縮や腓β細胞からのインスリン放出、肥満細胞からのヒスタミン放出等その役割は多岐にわたります。そんな生体機能の維持のため必要不可欠な成分であるカルシウムですが、明確な必要量が設定されているわけではありません。

厚生労働省の「日本人の食事摂取基準（2020年版）」によると、成人1日当たりの推奨量は男性で700〜800mg、女性で650mgと設定されています。※1このように、骨とカルシウムには密接な関係があることは疑うべくもなく、実臨床においても骨粗鬆症予防のためカルシウムの積極的摂取が推奨されています。

### カルシウムが本当に骨折予防の役に立つのか？

カルシウムがいかに骨にとって重要な成分か述べましたが、本当にカルシウムの積極的摂取は必要なのでは

うか？

やや古いレビューとはなってしまうが、過去にこれまでの常識を覆すような記事が掲載されたことがあり、その一部紹介します。2015年9月、英国医師会により出版されている医学誌「BMJ」に「Calcium intake and risk of fracture: systematic review」と言った記事が掲載され波紋を呼びました。※2

この記事の著者であるオークランド大学（ニュージーランド）医学・健康科学部准教授であるMark J Bollandらによりますと、カルシウムと骨折予防効果について以下のような結果が得られたとされています。

※対象者：2013年7月から2014年9月までに公表された50歳以上の参加者（男女問わない）  
●食事によるカルシウム摂取では、骨折との相関が認められなかった。（牛乳やその他乳製品に限定しても結果は変わらなかった）

●サプリメントによるカルシウム摂取では、全骨折で1.1%、椎体骨折で1.4%の骨折リスク減少が認められたが、大腿骨近位部骨折と前腕骨折では骨折リスクの減少は認められなかった。

以上の結果から、Mark J Bollandら

はこう結論付けました。

●食事によるカルシウム摂取は骨折リスクと関連しておらず、食事からのカルシウム摂取を増加しても骨折を予防するという臨床試験の証拠はない。

●カルシウム関連サプリメントが骨折を予防するという証拠は弱く、かつ一貫性がない。

なんと衝撃的な記事でしょうか。薬剤師2年目の時に、たまたまこの記事を読んで啞然としたことを今でも覚えています。今まで一生懸命骨粗鬆症の患者さんに対して、栄養士と協力しながら「なるべくカルシウムを摂取する食生活を心がけてください」と指導してきたのは間違いだったのだろうかと思いをめぐらして受けました。

この記事の結果だけ見ると、カルシウムをいくら頑張って摂取しても骨は別に丈夫になっていくわけではないということになりませう。

### 日本人は カルシウム貧困国？

先ほど紹介した記事はやや悲観的な内容だったかもしれませんが、これはカルシウム摂取を否定するものではありません。あくまでカルシウムを多く摂れば摂るほど骨が丈夫になるわけではな



い」と結論付けたものです。

実際に今でも骨粗鬆症の患者さんの多くにはカルシウムの積極的摂取を促しています。そもそも日本と海外では推奨量の基準値が異なるため、一括りに検討することはできません。最初に紹介しましたが日本におけるカルシウムの成人1日当たりの推奨量は、前述の通り男性で700～800mg、女性で650mgとされています。これに対して、米國を例に挙げると1000～1200mg程度が推奨されています。厚生労働省の令和元年国民健康・栄養調査によると、現在日本におけるカルシウムの成人1日当たりの平均摂取量は、540～550mg程度と推定されています。※3)

## 骨折予防の観点から見た本当に必要な栄養素とは？

もちろん、カルシウムだけを積極的に摂っていいはいいいというものではありません。

ません。現在、骨折や骨粗鬆症のために必要な栄養素は以下のようなものがあると言われています。

- ① カルシウム
- ② ビタミンD
- ③ ビタミンK
- ④ ビタミンB
- ⑤ タンパク質(アミノ酸)

### ①カルシウム

骨の主な栄養素です。カルシウムは牛乳というイメージの人も多いのではないのでしょうか？実際これは間違っていないです。牛乳やヨーグルト、チーズ、バター等の乳製品には多くのカルシウムが含まれています。他にもカルシウムを多く含む食べ物があります。大豆製品、海藻、魚貝類等がその代表です。

### ②ビタミンD

ビタミンDはカルシウムと同じくらい重要な栄養素で、体内で活性型ビタミンDとなることでその真価を発揮します。活性型ビタミンDは小腸からのカルシウムの吸収を促進し、骨への沈着を誘導するため、カルシウムと一緒に摂取することが望ましいとされています。魚(特に鮭)やキノコ類(特に干しシイタケ)に多く含まれています。

### ③ビタミンK

ビタミンKには骨吸収(骨が破壊される)抑制作用と、骨量改善作用があることが知られています。

ビタミンKを多く含む食品として、納豆やホウレン草、卵などが挙げられます。

### ④ビタミンB

特にビタミンB6、ビタミンB12、葉酸は、骨量改善効果が見られています。肉や魚に多く含まれていますが、生成されていない穀物にも多く含まれています。

### ⑤タンパク質(アミノ酸)

骨の材料はカルシウムだけではありません。コラーゲンも重要な材料です。そのコラーゲンの材料となるのがたんぱく質です。肉、魚、卵、豆類に多く含まれています。

## まとめ

いかがでしたでしょうか？

結局のところ、カルシウムだけに捉われずバランスのとれた食生活が最適解と言えるでしょう。

様々な食品から様々な栄養素を万遍なく摂るのはなかなか難しいことかもしれません。

まずはスーパーやコンビニで食品を購入する際に栄養成分表示に目をや

## 出典

- ※1) 厚生労働省—「日本人の食事摂取基準」(2020年度版)  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/eiyuu/syokuji\\_kijyun.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/eiyuu/syokuji_kijyun.html)
- ※2) BMJ—「Calcium intake and risk of fracture: systematic review」  
<https://www.bmj.com/content/351/bmj.h4580>
- ※3) 厚生労働省—「令和元年国民健康・栄養調査報告」  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/eiyuu/r1-houkoku\\_00002.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/eiyuu/r1-houkoku_00002.html)

り、どの食材にどのような栄養がどのくらい含まれているのか確かめてみることははじめしてみるのもいいかもしれません。

今回紹介した、

- ① カルシウム
- ② ビタミンD
- ③ ビタミンK
- ④ ビタミンB
- ⑤ タンパク質(アミノ酸)

これらを特に意識して摂取しながら、骨粗鬆症予防に努めていきましょう。

2024年  
7月11日(木)  
から販売開始

# 毎日美食

まいにちびしょく



株式会社ウィズペティ

## 鶏肉&海と山の幸の贅沢コース

### ドッグフード: 成犬用総合栄養食 (ドライフード)

Concept  
「美食を愛犬に」

健康・食材・美味しさ・品質を徹底して追求し、成犬からシニア犬向けの成犬用総合栄養食です。「低たんぱく&低リン&低ナトリウム」設計で、心臓・腎臓の健康維持にもおすすめのドッグフードです。

1kg 本製品

定価 **5,480円**



50g  
お試しセット

3袋定価 **990円**

#### 1日の給与目安

下記1日あたりの給与量目安を参考に、体質や体重、運動量、便の状態などを観察しながら適宜量を加減し、1日2~4回に分けて与えてください。

体重	成犬期 (ライフステージ別)			成犬期 (活動量別)		
	1~2歳	3~6歳	7歳以上	低活動	適度な活動	肥満傾向
1~3kg	35~79g	29~67g	25~58g	25~58g	29~67g	24~55g
4~6kg	98~133g	83~113g	72~97g	72~97g	83~113g	68~92g
7~9kg	150~181g	127~153g	109~132g	109~132g	127~153g	104~125g
10~12kg	195~224g	165~190g	143~164g	143~164g	165~190g	135~155g

【商品名】毎日美食 鶏肉&海と山の幸の贅沢コース

【内容量】1kg

【対象】対象 成犬用総合栄養食

【栄養成分表示】代謝エネルギー.....374kcal/100g / たんぱく質.....

17.8%以上 / 脂質.....12.9%以上 / 粗繊維.....1.1%以下 / 灰分.....4.4%以下 / 水分.....10.0%以下

【原材料】鶏肉、大麦、玄米、鰹節、ビール酵母、大麦めか、米油、まぐろ、タラ、アジ、ごま油、甜菜繊維、卵黄粉末、黒米、さつまいも、にんじん、りんご、むらさき芋、かぼちゃ、大麦若葉、わかめ、昆布、国産キノコミックス粉末(鹿角菌、霊芝、アガリクス、山伏茸、シイタケ、ハナピラタケ、タモギタケ、クロキクラゲ)、セレン酵母、ミネラル類(貝殻末焼成カルシウム、塩化カリウム、グルコン酸亜鉛、ピロリン酸第二鉄、グルコン酸銅)、ビタミン類(ビタミンA、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンB2、ビタミンB12、パントテン酸カルシウム)、酸化防止剤(ローズマリー抽出物、ミックストコフェロール)

#### 1kg本製品 通常 購入おまとめ割引 【1袋内容量】1kg

コース (税込価格)	通常1袋	5%OFF 通常2袋	8%OFF 通常3袋	11%OFF 通常4袋
	5,480円	10,412円	15,123円	19,508円
	1袋当たり 5,480円	1袋当たり 5,206円	1袋当たり 5,041円	1袋当たり 4,877円

#### 1kg本製品 定期 購入おまとめ割引 【1袋内容量】1kg

##### 定期コース について

定期コースの割引はお届けサイクルではなく袋数によって異なります。お届けサイクルは最短20日毎から10日間隔で最大60日毎の設定が可能です。

コース (税込価格)	5%OFF 定期1袋	10%OFF 定期2袋	13%OFF 定期3袋	16%OFF 定期4袋
	5,206円	9,864円	14,301円	18,416円
	1袋当たり 5,206円	1袋当たり 4,932円	1袋当たり 4,767円	1袋当たり 4,604円

#### 50gお試しセット 【1袋内容量】50g

お試しセット (税込) ※お試しセット は何度でも ご注文頂けます。	3袋セット (計150g)	3袋セット×2 (計6袋 300g)
	990円	1,870円
	1袋当たり 330円	1袋当たり 312円

## 関節の健康維持に「毎日散歩」 グルコサミン&イミダゾールペプチド

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



チキン味(錠剤)

ミルク味(粉末)

カツオ味(錠剤)

## 目の健康維持に「毎日愛眼」 ブルーベリー&ルテイン

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



チキン味(錠剤)

ミルク味(粉末)

カツオ味(錠剤)

## 腸の健康維持に「毎日爽快」 植物酵素&乳酸菌

主要成分

植物発酵エキス、有孢子性乳酸菌、ビフィズス菌、ビタミンB2、ビタミンB6、ビタミンC



チキン味(錠剤)

ミルク味(粉末)

カツオ味(錠剤)

## シニアの健康維持に「毎日一緒」 DHA&EPA

主要成分

DHA、EPA、フェルラ酸、亜麻仁油、イチヨウ葉、ビタミンE、ビタミンB12



チキン味(錠剤)

ミルク味(粉末)

カツオ味(錠剤)

## 腎臓の健康維持に「毎日腎活」 活性炭&ウラジロガン

主要成分

ヤシ殻活性炭、ウラジロガシエキス、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



チキン味(錠剤)

ミルク味(粉末)

カツオ味(錠剤)

## 心臓の健康維持に「毎日健心」 コエンザイムQ10&フランス海岸松

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



チキン味(錠剤)

ミルク味(粉末)

カツオ味(錠剤)

「初回限定半額キャンペーン」と  
「定期初回 998 円」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)

「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。

## 皮膚・毛艶の健康維持に「毎日美肌」コラーゲンペプチド&ローヤルゼリー

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



チキン味(錠剤)      ミルク味(粉末)      カツオ味(錠剤)

## 肝臓の健康維持に「毎日良肝」肝臓エキス&プラセンタ

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



チキン味(錠剤)      ミルク味(粉末)      カツオ味(錠剤)

## 体重・血糖値の健康維持に「毎日習慣」サラシア&イヌリン

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



チキン味(錠剤)      ミルク味(粉末)      カツオ味(錠剤)

## 免疫の健康維持に「毎日免活」冬虫夏草&L-リジン

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



チキン味(錠剤)      ミルク味(粉末)      カツオ味(錠剤)

## お口の健康維持に「毎日口健」ラクトフェリン&KT-11

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



ミルク味(粉末)

### 1日当たりの給与目安[全サプリメント共通]

「犬用錠剤:チキン味」 「猫用錠剤:カツオ味」		体 重	5kg未満	5kg~10kg	10kg~20kg	20kg以上	30kg以上
		給 与 量	2 粒	3 粒	4 粒	5 粒	6 粒
「犬猫兼用:粉末ミルク味」 ※付属スプーンをご使用ください		体 重	5kg未満	5kg~10kg	10kg~20kg	20kg以上	30kg以上
		給 与 量	2 杯	3 杯	4 杯	5 杯	6 杯

## 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」をご確認ください。 ※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。



01

ブラックジンジャー&ラフマ

機能性表示食品



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

02

ヒハツ&ラフマ

機能性表示食品



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 ヒハツ由来ヒペリン類...冷えにより低下した血流(末梢血流)を正常に整える ※3 ヒハツ由来ヒペリン類...健康な女性の病的ではない過性の夕方むくみ

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

03

オリーブ&サラシア

機能性表示食品



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

04

ルテオリン&ギャバ

機能性表示食品



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

インフラボン / ゴマペプチド /  
 アンセリン / 田七人參

05

有孢子性乳酸菌&セラミド

機能性表示食品



便秘の改善に※1  
 肌の潤いを守る※2  
 保湿力を高める※2

※1 有孢子性乳酸菌...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

有孢子性乳酸菌 / 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

06

イチョウ葉エキス

機能性表示食品



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

07

ルテイン&ゼアキサンチン

機能性表示食品



光のストレスの軽減※1  
 ほやけ・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



# 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)

08

## 納豆キナーゼ&フランス海岸松

高含有健康食品



さらさら健康生活に  
ナットウキナーゼ  
5500FU

※2粒あたりの配合量 ナットウキナーゼ含有納豆菌培養エキスは納豆臭を取り除いてサラサラに精製した成分

内容量 18.72mg (312mg × 60粒/30日分)

成分

ナットウキナーゼ(納豆菌培養エキス末) / フランス海岸松(フランス海岸松樹皮抽出物) / ごま抽出物 / ケルセチン(タマネギ外皮抽出物) / 桑葉末 / ギムネマ(ギムネマエキス末) / イワシペプチド(イワシ抽出ペプチド) / ビタミンB6 / ビタミンB12

09

## ノコギリヤシ&シーベリーエキス

高含有健康食品



水分をとると夜中に何度も  
近さに悩んでいる方  
安心して外出したい

※ノコギリヤシ 9900mg / シーベリー 900mg (1袋含有量)

内容量 29.1g (485mg × 60粒/30日分)

成分

ノコギリヤシ(ノコギリヤシオイル) / シーベリーエキス(シーベリー果実油) / ペポカボチャ(カボチャ種子油) / クランベリーエキス / トマト色素 / γトコフェロール / ビタミンE / ビタミンA

10

## 高純度生ローヤルゼリー&イソフラボン

高含有健康食品



いつまでも美しく若々しく  
輝きたい元気な毎日に  
生ローヤルゼリー 3000  
デセン酸 9%規格

※高純度生ローヤルゼリー(生換算 3000mg / デセン酸 9%/4粒あたり)

内容量 24g (400mg × 60粒/15日分~30日分)

成分

高純度生ローヤルゼリー/デセン酸9%(ローヤルゼリー末) / 大豆イソフラボン/アグリコン型(大豆イソフラボン抽出物) / レッドクローバー(レッドクローバーエキス末) / ごま抽出物 / 高麗人参(高麗人参末) / DNA-Na(さけ白子抽出物) / 植物発酵エキス末(植物発酵エキス) / ギャバ(大麦乳酸発酵液ギャバ末) / 葉酸 / ビタミンC

11

## ウラジログシ&ヤシ殻活性炭

高含有健康食品



身体にいいこと  
炭で始める  
健康習慣

※ウラジログシ 250mg (4粒含有量)  
ヤシ殻活性炭 100mg (4粒含有量)

内容量 36g (300mg × 120粒/30日分)

成分

ウラジログシ(ウラジログシエキス末) / ヤシ殻活性炭 / キトサン / 田七人参(田七人参末) / アルギン酸ナトリウム / クマザサ(クマザサ末) / ハトムギ(ハトムギ末) / 未焼成カルシウム / 葉酸 / ビタミンB6

12

## 熟成黒酢&すっぽん

高含有健康食品



年齢に負けない  
健康な体作りを支える  
日々の活力に

※鹿児島県福山町産熟成黒酢もろみ使用  
熊本県産スッポン、青森県産福地ホワイト6片使用

内容量 35.4g (590mg × 60粒/15日分~30日分)

成分

熟成黒酢(黒酢粉末) / 黒酢もろみ(黒酢もろみ末) / すっぽん粉末 / 発酵黒ニンニク(発酵黒ニンニクパウダー) / 金時生姜(金時生姜末) / 大豆ペプチド / ごま油 / 米油 / ごま抽出物 / 酪酸菌 / ビフィズス菌 / 亜鉛 / 葉酸

13

## アナゲイン&ケラチン

高含有健康食品



大地の恵みから  
内側から健やかに育む  
ハリのある毎日に

※アナゲイン(エンドウ芽エキス) 4023mg  
ケラチン(ケラチン加水分解物) 8019mg (1袋含有量)

内容量 35.73g (397mg × 90粒/30日分)

成分

アナゲイン(エンドウ芽エキス) / ケラチン(ケラチン加水分解物) / イソフラボン(大豆イソフラボン抽出物) / カプサイシン(香辛料抽出物) / シスチン(L-シスチン) / ツバキ種子エキス(ツバキ種子エキス末) / 亜鉛 / ビタミンA / ビタミンB6 / ビタミンB2

ナンバーサプリ 販売サイト



いつまでも健康に



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 au Wowma!

※各販売サイトで値段が異なる場合がございます。

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」をご確認下さい。

※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「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い方法は、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 ▶ お届けはゆうパック（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 ▶ ゆうパック：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