

[会報誌]



×



ウィズ倶楽部

Vol. **108**

毎月発行
2024/10

「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

- 愛犬・愛猫と室内で遊ぶには？
運動不足やストレス解消にも!..... p04
- 犬と猫の健康診断
一年に一度は健康チェックを..... p08

人向け記事byウィズメディカ

- 【秋のアンチエイジング】
旬の食材を味方につけて..... p20
- 健康診断の結果が気になる中高年におすすめ!
大豆で健康になろう!..... p24

Vol. 108

[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** 愛犬・愛猫と室内で遊ぶには？
運動不足やストレス解消にも！
- P08** 犬と猫の健康診断
一年に一度は健康チェックを
- P11** 【やめさせたい人必見】
犬のうれしょんの理由と治し方
- P13** 知っておきたい！
猫が毛づくろいをする4つの理由と基礎知識
- P15** 犬の病気辞典
犬の拡張型心筋症について
- P17** 猫の病気辞典
猫の水晶体脱臼について
- 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** 【秋のアンチエイジング】
旬の食材を味方につけて
- P24** 健康診断の結果が気になる中高年におすすめ！
大豆で健康になろう！
- P26** 食後のだるさは血糖値の乱高下が原因！？
今すぐできる対策とは？

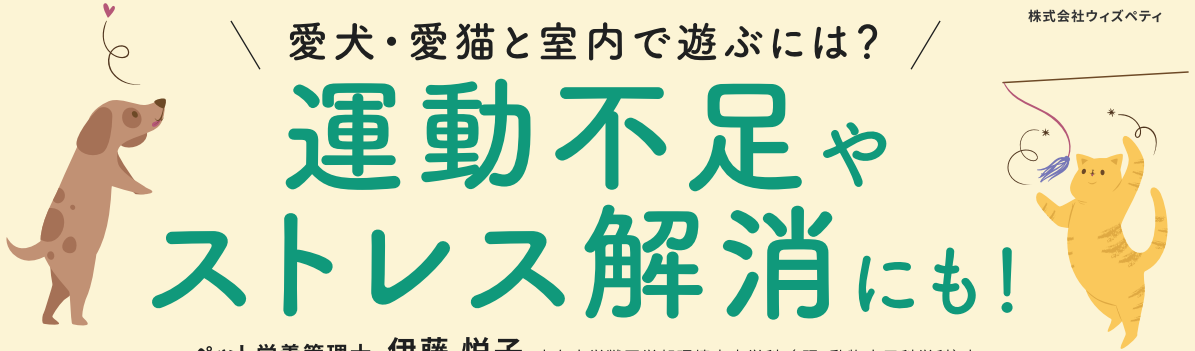


ウィズペティ犬猫病気辞典
YouTubeチャンネル
開始のお知らせ

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・愛猫と室内で遊ぶには？

運動不足や ストレス解消にも！

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

室内で愛犬・愛猫と遊ぶメリットはたくさんあります。

愛犬・愛猫と室内で遊ぶメリット

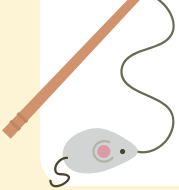
1 メリット 天気が悪くても安心

室内での遊びなら天気が悪くても安心です。特に愛犬は台風や豪雨などで散歩に行けなくても体を動かせるので、ストレス解消になるでしょう。愛猫も、室内遊びで満足すれば外に出たがることも少なくなるはずですよ。



2 メリット シニアの子の刺激にも

シニアの愛犬・愛猫にとっても室内遊びは刺激になります。たとえばおもちゃを目で追うだけでも十分です。オーナー様と触れ合うことで、絆が深まるのもメリットです。愛犬・愛猫にも人間の認知症に似た病気があります。室内遊びによる刺激は、病気の進行を遅らせることも期待できるのです。



3 メリット 運動不足や ストレスを解消できる

室内遊びをすることで、愛犬・愛猫の運動不足やストレスも解消できます。ニオイを嗅ぎまわったり、おもちゃを探し回ったりする遊びによって動き回ることになるためです。

ワンちゃんの本能である「探したい」「嗅ぎたい」という欲求を満たせます。愛猫も、室内遊びによって狩猟本能が満たされるようになります。ネコちゃんは本来単独で狩りをする動物。しかし普段は狩りをする必要もなく、いつも好きなだけフードが食べられる生活をしています。

つまり「狩りたい」という本能が満たされないままなのです。室内で狩りに似た遊びをすると、本能が満たされてストレス解消に繋がるのです。



4

メリット

危険が少ない

室内遊びなら虫に刺されたり、感染症にかかったりする危険が少なくなります。子犬や子猫、シニアの子などは免疫力も弱いため、室内で遊ぶ方が安心です。車や自転車にひかれたり野生動物に襲われたりなどの危険もありません。外に愛猫を出していた方は、この機会に完全室内飼いにすることをおすすめします。

5

メリット

慣れた環境で
落ち着いて遊べる

室内なら他の動物や見知らぬ人に遭遇することがありません。そのため、気が散ることもなく落ち着いて遊べるのです。オーナー様も、自宅ならリラックスして愛犬・愛猫と接することができるよう。

ワンちゃんにおすすめの室内遊びをご紹介します。かくれんぼや、フード探しゲームで遊びましょう。

愛犬とのおすすめ室内遊び

1

室内遊び

フードが入った
紙コップ選び

フードが入った紙コップを選ぶゲームです。

紙コップは透明ではないタイプを2、3個用意します。テーブルの上などに紙コップを伏せ、1つの紙コップだけにフードを入れてください。愛犬はフードが入っている紙コップを選びます。フードを入れたあと、伏せたまま動かすと少し難しくなりますよ。



愛犬が慣れてきたら、紙コップを増やすのもいいですね。

愛犬にはオスワリをさせてマテで待機させます。その間に、オーナー様が隠れて愛犬の名前を呼んであげましょう。愛犬が見つけれられたら、たくさんほめてあげます。

2

室内遊び

オーナー様との
かくれんぼ

オーナー様をワンちゃんが探すかくれんぼです。

ニオイを嗅ぎながら探すので、「探したい」本能が満たされます。カーテンやドアの後ろなどに隠ればいいので、特に道具も必要がありません。

ワンちゃん用ロープを使って、オーナー様とひっぱりっこをします。安全のためにも、必ずワンちゃん専用のおもちゃを使ってください。

3

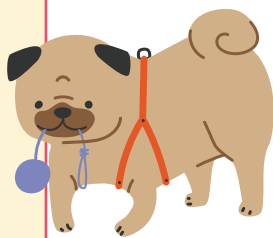
室内遊び

ひっぱりっこ

特に若い愛犬は遊ぶ喜びです。ただしあまりに激しく行くと興奮し過ぎてしまいます。

最後は「離せ」とコマンドを出して、おやつと交換することがポイント。

交換は、誤飲や誤食をしそうになった際に役立ちます。



隠れたり、狭い場所を用意したりするだけでもネコちゃんは喜びます。
また、ネコちゃんの狩猟本能を室内遊びで満たしてあげましょう。空腹時に行うのがコツです。

愛猫とのおすすめ室内遊び



1

室内遊び

フード探し

小皿にフードを小分けして、お部屋のあちこちに置いてあげましょう。

愛猫はフードを探しては食べ、探しては食べと繰り返すので狩りに出ている気分を味わえます。

キャットタワーの上に置いておくのもいいですね。

2

室内遊び

紙袋やダンボールでトンネル遊び



ネコちゃんは狭いところや隠れるのが好き。

いろいろな紙袋やダンボールでトンネルを作ると喜びます。

紙袋は底を切りガムテープなどでつなげるだけです。

ダンボールをいくつか繋いでもいいでしょう。

中にフードを置いておくと、自ら入っていきます。

紙袋の手提げひもは首にひっかかる恐れがあるので、必ず切りとって捨ててくださいね。

3

室内遊び

ペットボトルで知育おもちゃ

不要になったペットボトルに、カッターで1センチ角程度の穴を開けます。中にフードをいくつか入れたらふたを閉めて転がしてみせましょう。

愛猫はフードを食べようと一生懸命ペットボトルを転がします。「獲物を前足で転がして食べる」行動に似ているので、狩猟本能が満たされます。

カッターで穴を開ける際は、手を切らないように十分気を付けてください。

切りとった穴の周囲は、マスキングテープなどで覆っておくと安心です。



愛犬・愛猫と室内で遊ぶ時は、いくつか注意点があります。

愛犬・愛猫と室内で遊ぶ時の**注意点**

1 注意点

遊びは1回につき

5分程度



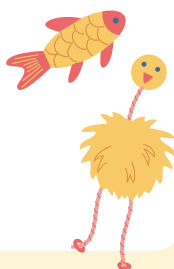
遊ぶ時間は、1回につき5分程度がおおすすめです。年齢や状況に応じて、1日数回遊んでもいいでしょう。あまりダラダラと遊んでいると、愛犬・愛猫の方が先に飽きてしまいます。

「もう少し遊びたい」と思っている段階で、切り上げるといいでしょう。

2 注意点

おもちゃは

片付ける



遊びが終わったらおもちゃは必ず片付けてください。メリハリをつけるため、飽きさせないためです。

愛猫の場合、紐状のおもちゃや飾りがついた猫じゃらしなどは、一人で遊ぶと誤飲の危険があります。愛猫が開けられない引き出しなどにしまってください。

3 メリット

人間の手や足は

おもちゃにしない



人間の手や足で愛犬・愛猫を遊ばせるのは絶対にやめましょう。

子犬や子猫が手や足にじゃれる姿はかわいいですよね。しかし、やらせたままにすると人を咬む癖がついてしまいます。特に子猫は人間の手足にじゃれて咬みつきながら「狩りの練習」をしているということを知っておきましょう。成猫になった時、本気で咬んでくるようになる恐れもあり大変危険です。

4 注意点

無理強いしない



愛犬も愛猫も気分が乗らず遊びたくない時もあります。そんな時は無理強いせずそっとしておきましょう。お腹がいっぱいか眠たいのかもしれない。あまりに元気がない場合は、動物病院を受診してくださいね。

まとめ

愛犬・愛猫との室内遊びは運動不足やストレスを解消にも役立ちます。シニアの愛犬・愛猫にも、適度な刺激を与えられますよ。天候に左右されず、外部の刺激や危険が少ないのもメリットです。かくれんぼやフード探しなど、手間もかからずすぐに楽しめます。無理強いせず5分程度を目安に遊ぶのがおすすめです。





犬と猫の健康診断。 一年に一度は健康チェックを。

健康診断はペット達の健康管理にとっても役立ちます。

若くて病気がなさそうな元気な犬猫でも先天性疾患が見つかったり、将来的に注意が必要な病気の検出につながる場合がありますので、できれば一年に一度は検査を受けることをお勧めします。

獣医師 齋藤厚子

皆さんが愛犬・愛猫を動物病院に連れて行くのはどんな時でしょうか？多くの場合は、具合が悪い時や怪我をした時に治療を受けるために、または予防接種を受ける時かと思います。

ですが、動物病院は病気の時にだけ行く場所ではありません。

一見元気そうに見える時でも、健康診断を受けに行きペットの健康管理に役立てましょう。

そうはいつでも健康診断で何をどこまで調べればいいのかからない事もあるかと思えます。

今回は健康診断ではどんなことがわかるのか、病院ではどんな検査ができるのかなどについて簡単に解説していきたいと思えます。

健康診断をお勧めするワケとは？

飼い主さんの多くは、動物病院を受診した際や病院からのお知らせで愛犬・愛猫の健康診断の案内を目にしたことがあるのではないのでしょうか。

動物病院では飼い主さんが希望すればいつでも健康診断を受けられますし、できれば一年に一回は健康診断を受けておくことをお勧めしています。

どうしてそんなに健康診断を勧めるのでしょうか？

健康診断の最大のメリットは、現在の体の状態を把握・記録できるといことです。

例えば若くて元気な犬猫であっても、検査をしてみたら症状が出ない程度の血液検査値の異常が見つかることがあったり、先天的な疾患が見つかることがあったりします。つまり病気の早期発見につながるのです。

また、結果的に大きな異常がなかったとしてもその検査記録が残ることには大きな意味があります。

何年後かに病気が見つかった場合、その発症時期がわかりやすくなりますし、病気と関連のある体の変化（体重や尿の性状の変化など）も把握しやすくなります。

例えば心臓病を発症した時にいつ

から異常が出始めたのか進行するスピードは速いのか、同時に現れた血液検査の異常値がその病気と関連しているのかなど、いろいろな利点があります。

愛犬・愛猫が年をとってくる、そろそろ健康状態をチェックしてもらおうかな、と考えて来院される飼い主さんが比較的多いですが、元気に見える若い時にも一年に一度は健康診断を受けておくことをお勧めします。

健康診断のタイミング

健康診断を受ける時期は特に決まてはいませんが、ほとんどの病院では希望すればいつでも健康診断を受けることができます。

おススメのタイミングとしては、予防接種などで病院を受診する際です。犬や猫にとっては病院へ連れていかれるのはあまり嬉しいことではありませんので、病院に行ったときに一緒に検査をしてもらえば、病院に何度も行くことかかかる動

物へのストレスを減らしてあげられます。

予防接種の前には簡単な健康チェックをすることがほとんどです。で、それと合わせて血液検査などを実施してもらうと良いでしょう。犬であれば、春・秋にかけて行うフィリア感染症の予防の前に採血をして感染の有無を調べる機会があると思いますので、その際に少し血液を多くとってもらうと1回の採血で必要な検査と健康診断を両方できます。

特に健康診断をしておいた方がいいケースとしては、新しく犬や猫をお迎えする時です。環境が変わることで食欲不振や下痢などといった体調不良が起こることがあるのですが、実は何らかの疾患が隠れているケースもありますので、その可能性を除外するためにも健康診断を受けておくとうまいでしょう。保護猫や保護犬などを先住動物のいる家庭に引き取る場合などは、感染症にかかっている可能性を考慮して、便検査やウイルスチ

エック、ノミ・ダニ・耳ダニなども付着していないかどうか見てもらうようにしましょう。

健康診断の内容は？

健康診断として実施する項目は動物病院によって多少異なりますが、基本的には以下のような項目をチェックすることが多いでしょう。

●問診

自宅での様子(食欲や元気さ、咳やくしゃみなどの有無、飲水量の変化、その他気になる症状の有無等)を飼い主さんから聴取します

●体重測定

来院時の体重をチェックし、太り気味、標準、痩せ気味などを評価します。

●視診

毛並みや皮膚、怪我などの異常、目や耳、鼻周囲の汚れ、歩き方、動き方などを見て、調子の悪そうなどころがないかどうかを見ます。

●触診

体を触ることで、嫌がる・痛がる部分がないかどうか、体表面やお腹

の中にしこりなどが触知されないかどうか、関節の動きなどに痛みやぎこちなさがないかどうか、四肢の筋肉の付き具合に左右差がないかどうかなどを見ます。

●聴診

主に胸に聴診器を当て、心臓の音や肺の音に異常がないかどうかを聴きます。先天性の心疾患がある場合、若い時から心雑音が聞こえることがあり、病気の早期発見につながります。

●尿検査

膀胱炎や糖尿病の所見が見られないかどうか、尿中に結晶等ができていないかどうか、尿を作る腎臓の機能に問題がないかどうかなどを検査します。

●便検査

便の色や形状、寄生虫の感染の有無を調べます。

●血液検査

貧血など血液自体に異常がないかどうかを調べる血球計算と、内臓の働きの問題がないかどうかを調べる生化学検査を行い、異常がな

いかどうかを調べます。

これらの検査で特定の疾患が疑われる場合や、高齢で疾患のリスクが上がっている場合には下記の様な検査を必要に応じて追加します。

●レントゲン検査

胸部や腹部をはじめ、その他異常が疑われる場合には頸頸部や四肢なども撮影します。臓器の形や大きさ、結石の有無、骨の異常などを検出できます。

●ウイルスチェック

猫エイズウイルスや猫白血病ウイルスのチェックなどを行います(血液検査)。初めて検査を受ける場合や感染動物と接触したことが疑われる場合に行います。

●ホルモン検査

甲状腺ホルモンなど、中々高齢期に起こりやすいホルモン分泌の異常を検査します。

●超音波検査

胸部、腹部の臓器の内部構造などを調べます。

●心電図検査

不整脈の有無などを調べます。

●血圧測定

主に高血圧が疑われる場合に検査しますが、病院にいると緊張で血圧が高めになる傾向があるため、あまりルーチンでは行われません。

これらの検査を初めから全て行っても良いですが、検査の費用や動物にかかる負担なども考慮してあげる必要があります。

そのため多くの場合、若い犬猫ではまずは血液検査まで(あるいはレントゲン検査まで)を行い、体に変化が起こりやすい中々高齢期の犬猫ではホルモンチェックや胸腹部のレントゲン、超音波検査などもご提案します。それらの検査をしたうえで、必要に応じてさらに心電図検査、血圧測定なども加えることがあります。

健康診断としてのこの検査がセットになっているかは病院によって異なりますので、事前に電話や受付で費用なども含めて確認しておくとうれしいでしょう。

健康診断の注意点

健康診断では様々な情報が得られます。

血液検査では、内臓の働きに問題がないかがわかりますし、尿検査では糖尿病の有無、腎臓の機能、結晶尿の有無などもわかります。レントゲン検査では内臓の大きさや形に異常がないかどうかや、体内にある結石(胆石、腎結石、膀胱結石など)、加齢に伴う骨の変化などがわかります。

ただし、検査を受けるうえで気を付けなくてはならないこともあります。

まず血液検査について、検査の項目によっては食事の影響によって数値が高めに出てしまう項目があるため、検査当日の絶食が推奨されているものがあります。

また尿検査については採尿してから非常に長い時間が経過したもので中は菌が増殖して性状が変化してしまったり、結晶が析出しやすくなってしまうことがあ

ります。

尿検査に提出する尿はできるだけ検査当日に採尿し、冷暗所で保管するようにしましょう。

もう一つ頭に入れておいてほしいことがあります。

それは、健康診断でもなかなか検出できない異常もあるということです。

例えば脳や脊髄に生じた異常などの場合は、レントゲン検査や血液検査では検出することが難しく、麻酔をかけてMRI検査などを実施しなければわかりません。健康診断を受けて大きな異常がないと言われた後でも、神経症状や何かいつもと違う様子が見られた場合には様子を見ず、必ず病院を受診するようにしましょう。

終わりに

健康診断が必要なのは、年をとった動物だけではありません。

先天性の疾患を持っている犬や猫の場合は、若い時の健康診断(聴診や血液検査、レントゲン検査など)

で異常が見つかり、そこから精密検査をすることで病気を早期発見することにつながります。

先天性疾患の多くは根治が難しい疾患が多いですが、早期に発見して早めに対処することで将来的にも負担の少ない生活をする事ができるでしょう。

そのため、できれば若くても一年に一回は検査を受けて体に異常が起こっていないかどうか見ておきたいところです。

たとえ一度の検査で異常が見られなくても、次の年、また次の年と検査を重ねていく中で、軽微な血液検査値の上昇などが見つかることもあり、それが病気の早期発見・早期治療につながります。

健康状態をチェックすることで日頃の健康に対する意識も高まり、不調が起った時にいち早く気づいてあげられるようになりますので、是非、動物病院で相談してみてください。

【やめさせたい人必見】

犬の「うれしょん」の理由と治し方

犬がうれしょんをする理由や治し方、飼い主さんができる対策について紹介しています。犬がうれしょんをする仕組みやうれしょんをしやすい犬の特徴についてもまとめています。

愛犬飼育スペシャリスト 有川 莉保

「ちょっと外出をしたただけなのに帰ったらうれしょんしてしまう」「毎回洋服とか部屋を汚されて大変」といったように、犬のうれしょんは多いと思います。今回は犬がうれしょんをしてしまう理由や治し方、飼い主さんができる対策について紹介します。愛犬のうれしょんで困っているという飼い主さんは、ぜひ参考にしてみてくださいね。

犬がうれしょんする理由

犬がうれしょんする理由は、嬉しく興奮しすぎているからだけではありません。飼い主さんに服従しているということを表現したり、ストレスや恐怖でもうれしょんをすることがあるのです。興奮しているときのおしっこは、興奮性排尿と呼ばれます。また服従していることをアピールするうれしょんは服従性排尿と呼ばれます。興奮性排尿の場合には、気持ちが高たかぶることによって膀胱の筋肉

が緩んでしまい、うれしょんしてしまうことがあるのです。服従性排尿は、犬にもともと備わっている習性のため、しつけなどで治すことは難しいと言われています。服従しているときには、目を逸らしたり、お腹を出すような仕草を見せることもあるので観察してみるとよいでしょう。粗相とうれしょんは何が違うのか？と疑問に思う人もいるかもしれませんが、この2つには大きな違いがあります。粗相は「ここでおしっこをしちゃうぞー」という意志があります。一方で、うれしょんは気づかないうちに出てしまっているのです。

犬がうれしょんする理由

うれしょんをしやすい犬には特徴があります。主に下記のような特徴を持っている犬はうれしょんをしやすいと言われています。

- 子犬
- 室内飼育の小型犬
- 臆病な性格
- 病気を持っている

【子犬】

子犬は、まだ感情をコントロールすることができないため、興奮しすぎてうれしょんをすることがあります。また、膀胱の筋肉が成犬に比べると未発達であることもうれしょんしやすい理由としてあげられるのです。子犬の場合には、成長とともに改善していくことがあり、見守ってあげるようにしましょう。

【室内飼育の小型犬】

室内飼育の小型犬の場合には、飼い主さんとともに過ごす時間が長くなります。依存心が強くなることでうれしょんをしやすくなることがあります。また、小型犬のほうに服従する機会が多くあるため、服従性排尿が起こりやすいため、言われているのです。



【臆病な性格】

臆病な性格の犬は、大きな音や飼い主に叱られることによってうれしんをしてしまうことがあります。また、ストレスや不安を感じ取りやすく、精神が不安定なこともうれしんの要因の一つとしてあげられるでしょう。今までうれしんをしていなかったのに、急にうれしんをするようになったらストレスや不安などの大きな負担がかかっている可能性がありますので、注意する必要があります。

【病気を持っている】

膀胱や泌尿器などの病気を患っている場合にも、うれしんのような少量のおしっこをもらってしまうことがあります。特に女の子の場合には、肛門が泌尿器が近いため膀胱炎などになりやすいと言われるのです。特に興奮した様子でもないのに、無意識におしっこをもらっているようであれば、病院で診てもらおうようにしましょう。

犬のうれしんの対策と治し方

犬のうれしんは嬉しいからだけでなく、さまざまな要因で引き起こされるのが理解していただけたと思います。犬のうれしんはしつけなどで治すことはできませんが、飼い主さんの対応で改善することはできます。どのような対策があるのか以下にまとめてみました。

- 興奮させない
- 冷静に対応する
- マナーパンツなどを着用する
- 事前にトイレをさせる

【興奮させない】

興奮性排尿の場合には、とにかく興奮させないようにすることが大切です。買い物などから帰宅した後に、犬の身体に触れてしまったら、抱っこをすることによって興奮してうれしんをしてしまいます。帰宅したときや来客があるときなどは、落ち着くまで無視するといった対応をとることでうれしんを防ぐことができます。

【冷静に対応する】

うれしんをしてしまうと、衣類が汚れたり部屋が汚れてしまうので騒いでしまう飼い主さんも少なくないと思います。しかし、騒いでしまうことによって「構ってもらえない」と勘違いしてしまったり、より興奮を高めてしまう可能性があります。うれしんをしてしまっても、飼い主さんは冷静に対応するよう心がけましょう。

【マナーパンツなどを着用する】

うれしんはしつけをして治るものではありません。しかし、毎回部屋が汚れてしまうのは大変だと思います。愛犬にマナーパンツを着用するのも一つの方法です。家にいるときにずっとマナーパンツをつけ続けると、皮膚がかぶれてしまうことがあるので、こまめに変えたり、出かける前に着用するのがおすすめです。また、マナーパンツだけでなく自分で外してしまいます場合には、マナーパンツの上からマナーベルトと呼ばれる布製のベルトをつけてあげ

るとよいでしょう。

【事前にトイレをさせる】

来客がある場合などには、事前にトイレを済ませておくとうれしんをする可能性が低くなります。ただし、確実にうれしんをしないわけではないので、ほかの対策とあわせて行うとよいでしょう。

犬のうれしんは

しつけでは治らない！

今回は犬がうれしんをしてしまう理由や対策について紹介しました。嬉しいだけでなく、ストレスや恐怖でもおしっこをもらしてしまうことがあるということや病気が潜んでいる可能性もあるということを頭に入れておきましょう。無意識に出てしまううれしんはしつけで治すことは難しいです。飼い主さんが正しい対応をすることが重要です。うれしんをしたからといって叱ったり、罰を加えるようなことはしないようにしてくださいね。



知っておきたい！ 猫が毛づくろいをする 4つの理由と基礎知識

「猫はなぜ毛づくろいをするのか？」今回はそんな疑問にお答えしながら、毛づくろいの基礎知識を紹介しします。また、注意してほしい点についても紹介していますので、ぜひ参考にしてください。

ペットフード／ペットマナー検定 北村 満保

猫は、なぜ毛づくろいをするのでしょうか？「被毛をきれいにするため」も正解ですが、実はそれだけではないのです。そこで、今回は猫が毛づくろいをする理由を中心に毛づくろいの基礎知識を紹介しします。

1日に毛づくろいに 費やす時間

猫は1日の3分の2を寝て過ごします。そして、残りの3分の1でさまざまな活動をししますが、そのうち毛づくろいをしている時間は「10〜30%」といわれています（「30〜50%」という説も）。

被毛の長さや毛質によっても毛づくろいの時間は異なり、短毛種よりも長毛種のほうが毛づくろいに多くの時間を割いているようです。

猫が毛づくろいをする 4つの理由

猫が毛づくろいをするのは、狩猟動物であることが関係しています。猫は、狩りの際に獲物に気づかれないように被毛を舐めて自分の

おいを消していました。また、獲物の血液で汚れた体を舐めてきれいにしていたとも言われています。これらの行動は「狩猟本能」に基づくもので、人といっしょに暮らすようになり、狩りが不要になった今も消えることなく残っています。では、なぜ狩りをする必要がなくなっても猫は毛づくろいをやめなかったのでしょうか？実は、毛づくろいには、ほかにさまざまな理由があったのです。

■理由1: 体をきれいにする

猫の舌には「糸状乳頭」と呼ばれるザラザラした突起がたくさん生えています。この糸状乳頭があるため、体を舐めることで抜け毛や被毛に付着した汚れを取り除き、体を清潔に保つことができます。

もし、猫のにおいや汚れが気になるようでしたら、病気などで毛づくろいができていない可能性があります。必要に応じて動物病院を受診しましょう。

■理由2: 体温調節

猫は肉球と鼻にしか汗腺がないため、人間のように汗をかいて体温調節をすることができません。

その代わりに、暑い季節には被毛を舐めることで唾液を気化させて体温を下げています。また、寒い季節には毛づくろいをすることで被毛をふんわりさせて空気を含ませ熱を逃がさないようにしているのです。

■理由3: 気持ちを落ち着かせるため

猫は驚いたときや不安を感じたとき、緊張したときにストレスを感じます。すると、気持ちを落ち着かせようとして毛づくろいをはじめます。たとえば、高い場所に登ろうとして足を踏み外した直後に毛づくろいをする場合がありますが、これは気持ちを落ち着かせるための行動です。また、母猫は子猫に安心してもらったために毛づくろいをすると言います。猫は、このときの感覚を大人になっても覚えており、ストレスを感じたときに自分で毛づくろいをするのだと考えられています。

■理由4:コミュニケーション

猫は、猫同士でお互いの体を舐め合つることがあります。信頼関係が築かれている猫同士で見られるアログルーミングと呼ばれる行動です。また、猫同士だけでなく、飼い主さんの手や顔などを舐めてくることもあります。愛猫に舐められたときは、お返しに自分では舐めることのできない頭やあごの下などを撫でてあげると喜んでくれるでしょう。

毛づくろいには決まった順番がある

- 1 前足を舐めて顔をきれいにする
- 2 頭を後ろに回して背中の中毛をきれいにする
- 3 おなかや陰部のあたりを被毛を整える
- 4 後ろ足、尻尾の被毛をきれいに整えて終了

猫が毛づくろいをしなくなったら注意

猫が毛づくろいをしなくなったときは、なんらかの問題が生じている可能性があります。おもな原因には以下のことが考えられます。

- 高齢になると関節炎や痴呆などが原因になる
- 病気で毛づくろいをする元気がない

● 口内炎などの口腔疾患

高齢になると関節炎などの痛みで動けない、痴呆で毛づくろいをしなといったことがおこります。また、若い猫の場合は病気が原因になることが多いようです。もし、被毛が汚れている、においが気になるといった場合は、毛づくろいができていない可能性があります。また、逆に毛づくろいを過剰にするような場合も注意が必要です。ストレスや皮膚病の疑いがあります。毛づくろいの頻度に変化が見られるようなときは、動物病院を受診することをおすすめします。

ブラッシングも大事

猫は自分で被毛のお手入れをしますが、ブラッシングが不要なわけではありません。長毛種は、毛のもつれや毛玉防止のためにこまめにブラッシングが必要です。また、短毛種も換毛期には週に2回程ブラッシングをしてあげましょう。猫は自分で被毛のお手入れをしますが、ブラッシングが不要なわけではありません。長毛種は、毛のもつれや毛玉防止のためにこまめにブラッシングが必要です。また、短毛種も換毛期には週に2回程ブラッシングをしてあげましょう。

● 毛づくろいが原因で毛球症になる

多くの毛が抜ける換毛期は、毛づくろいの際に大量の毛を飲み込んでしまう可能性があります。毛球症の原因になることがあります。毛球症とは、飲み込んだ毛が胃や腸で毛玉になり問題を引き起こす病気です。腸閉塞の原因になることもあるため油断ができません。

とくに長毛種や毛量が多い猫は毛球症になりやすいとされていますので注意が必要でしょう。毛球症を防ぐためには、こまめなブラッシングで少しでも飲み込む抜け毛を減らしてあげることが重要です。

● 愛猫とのスキンシップになる

ブラッシングは、愛猫とのスキンシップにも最適です。ブラッシングをしてあげることで、リラックス効果や信頼関係を築くなどアログルーミングの効果も期待できます。また、ブラッシングをしながら体に異常がないか確認することで、病気の早期発見にもつながります。ブラッシングは愛猫との絆を深める良い機会です。ぜひ、日課にしましょう。

まとめ

毛づくろいは、愛猫の健康状態を知る手がかりにもなります。毛づくろいの様子を観察し、異常があればすぐに対処できるようにしましょう。

犬の病気辞典

犬の 拡張型心筋症 について

葛野 宗 先生



犬の拡張型心筋症とは

大型犬に多い心臓病であり、心筋が薄くなります。

犬の後天性の心疾患の中では僧帽弁閉鎖不全症の次に多いとされています。

心臓の筋肉である心筋の厚みが薄くなる疾患です。主に左心室が拡大してしまい、心室の収縮力が低下し、心肺の機能不全が引き起こされます。

拡張型心筋症では初期は症状は見られませんが、進行しますと運動したがいらない、すぐに疲れてし

まうなどの運動不耐性、呼吸が浅く速い、開口呼吸をするなどの呼吸器症状、チアノーゼ、胸水・腹水、不整脈による突然死などの症状がみられます。

犬の拡張型心筋症の 症状とは

運動不耐性、呼吸器症状、腹水、不整脈による突然死がみられます。

心筋の働きが低下することで、心臓から全身や肺に対して十分な血液量が拍出されなくなります。その結果、全身の酸素量が低下し、運動不耐性、時に失神を引き起こします。

また、血液の拍出量が減ることによって全身や肺から心臓に戻る血液が減り、うっ血性心不全が引き起こされます。うっ血性心不全により血管より水分が漏れでてしまい、肺水腫を引き起こし、頻呼吸(ひんこきゅこ)や呼吸困難などの症状が見られるようになります。

また、心室期外収縮、心室頻拍、心房細動などの不整脈が見られることが多いとされています。不整脈によって引き起こされる失神、虚脱、突然死などが見られることもあります。心房細動が見られる症例では、胸水貯留、腹水貯留が認められることもあります。

犬の拡張型心筋症の 原因とは

遺伝的要因と栄養的要因があると言われています。

遺伝的要因、タウリン欠乏、自己免疫性疾患などの可能性が示唆されていますが、明らかな原因は不明です。

犬の拡張型心筋症の 好発品種について

以下の犬種で好発がみられます。

- アメリカンコッカースパニエル
- グレートデーン
- ゴールデンレトリバー
- ドーベルマン
- ボクサー
- ラブラドルレトリバー

ドーベルマン、ボクサー、ゴールデン・レトリバー、ラブラドル・レトリバー、グレート・デーン、アメリカン・コッカー・スパニエルなどが好発犬種と呼ばれており、雄の純血種大型犬で多発することから遺伝病の側面があると示唆されています。

発症年齢は3〜10歳と幅はありますが、診断時の年齢は6〜8歳が多いとされています。



犬の拡張型心筋症の 予防方法について

総合栄養食を正しく与えます。

タウリン欠乏などの栄養性原因が示唆されていますが、これに関しては食餌の栄養バランスを適正に保つことにより、栄養性に発症する拡張型心筋症のある程度の予防効果を期待出来るかもしれません。

市販のペットフードには総合栄養食といわれる区分があり、犬がペトフードと水のみで生活できる栄養価が含まれた餌と定義されています。本症に限らず、栄養性の疾患では栄養価の偏った手作りのペトフードが原因になる場合があります。総合栄養食を基本にした食事管理を行うか、栄養価について十二分に考慮した上で、ペトフードを手作りしましょう。

犬の拡張型心筋症の 治療方法について

内科的な維持療法を行います。

拡張型心筋症の治療では外科的な整備を行いません。

内科的に心臓の機能を補助する、心肺不全の症状を緩和することを目的に治療を行います。

内科の治療では利尿薬、強心薬、血管拡張薬を投与します。

胸水、腹水、肺水腫などが見られる場合、利尿薬が使用されます。

慢性的なうっ血性心不全、浮腫をコントロールするためにも使用されます。

強心薬は薄く弱くなってしまうた心筋の力を増強させる薬です。

呼吸状態が悪い急性の症状が見られる場合は、内服薬を飲ませるのが難しいため注射薬が使用されます。

血管拡張薬は血管を広げることによって血液の流れをスムーズにし、心臓への負担を低下させます。

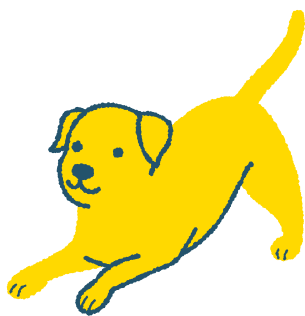
拡張型心筋症が進行した場合、心房細動などの不整脈が見られることが多いため、抗不整脈薬を使用することもあります。

ドーベルマンとボクサーは突然死の発生率が高いと言われてい

ます。そのため、これらの犬種で失神歴がある場合は積極的な抗不整脈薬の投与が推奨されています。

症状が見られない初期の段階から治療を始めることが進行を遅らせたり、発症を止める助けになると考えられています。

血管拡張薬や強心薬を使い始め、症状が見られなくても不整脈が認められる場合は、抗不整脈薬を使います。



おすすめ商品

毎日健心

コエンザイムQ10 & フランス海岸松



犬用 チキン味(錠剤) 犬猫兼用 ミルク味(粉末)

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」は心臓の健康のために7種類の成分(還元型コエンザイムQ10・フランス海岸松・L-シトルリン・L-カルニチン・ルンブルクス末・ゴマエキス・タウリン)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。全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 水晶体脱臼 について

齋藤厚子先生



猫の水晶体脱臼とは

水晶体が脱臼し眼内に炎症が起こります。

眼の中にはカメラでいうレンズの役割をする「水晶体」という透明な組織がありますが、眼の炎症や眼圧の異常などがあると、本来の位置から外れて前方あるいは後方に脱臼してしまうことがあります。

水晶体脱臼が起こると眼球内に炎症が起こり、眼の痛みや角膜障害、眼圧の上昇などがみられます。

特に前方に脱臼した場合は症状が強く、治療には外科手術が必要になります。

猫の水晶体脱臼の 症状とは

水晶体前方脱臼は症状が強く現れます。

眼の前側に脱臼した水晶体が落ちた場合（水晶体前方脱臼）は、眼を見ると水晶体がずれて落ちているのがわかります。

前眼房内は狭く、脱臼した水晶体が角膜内皮に接触していると、強い眼疼痛、角膜浮腫や炎症、緑内障などを起こし、角膜が白く濁る、瞳の色が変わる、虹彩が小刻みに震える、眼が充血する、などの症状がでます。

また、強い疼痛によって食欲振や元氣消失などを示し、眼をしょぼしょぼさせるようになります。

水晶体後方脱臼は症状が比較的軽度です。

水晶体が後ろに落ちた場合（水晶体後方脱臼）、眼を見ると瞳孔の奥にずれて落ちた水晶体の一部が見えることがあります。前方脱臼に比べると症状が軽いことが多いですが、中には眼内出血、眼圧上昇（緑内障）、網膜や視神経に炎症を起こすことによる網膜剥離を起こすことがあります。

緑内障が起こっている場合は、眼の充血や角膜の浮腫（眼の表面が白く濁る）、食欲不振、元氣消失などが起こります。

猫の水晶体脱臼の 原因とは

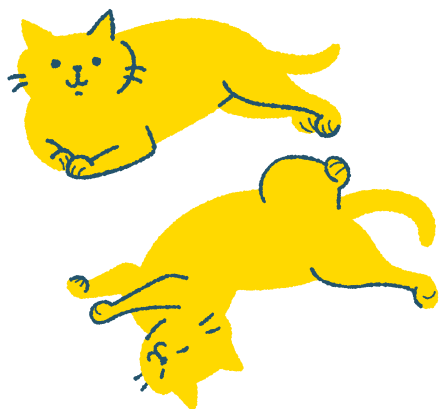
先天性および他の眼疾患に伴って起こります。

水晶体はチン小帯という線維状の組織で毛様体に固定されています。このチン小帯が部分的に断裂して少し水晶体がずれている場合は水晶体亜脱臼、全周断裂して水晶体が完全に可動する状態になっている場合を水晶体脱臼といいます。

チン小帯が断裂する原因には以下のようなものがあります。

- 先天性の異常
- 慢性的な炎症疾患（ブドウ膜炎など）
- 緑内障
- 眼の外傷による炎症
- 眼内腫瘍

先天的にチン小帯に形成不全がある、または水晶体が小さい（小水晶体症）場合は、チン小帯の断裂が起こりやすくなります。



発症時に片目であっても、将来的に反対の眼も水晶体脱臼が起る可能性が高く、注意が必要です。

その他には、ブドウ膜炎、緑内障、眼の外傷、眼内腫瘍などがあると、チン小帯に異常な圧がかかり、水晶体脱臼が起りやすくなってしまいます。

猫の水晶体脱臼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。

猫の水晶体脱臼の予防方法について

眼疾患を適切に治療することが予防になります。

脱臼を起こしうる眼の病気を適切に治療・管理することで、二次的な脱臼を予防できます。

猫の水晶体脱臼の治療方法について

保存療法で経過観察する場合もあります。

水晶体の垂脱臼や後方脱臼で、眼圧の上昇がない場合は、縮瞳剤（瞳孔を小さくする目薬）を点眼して水晶体が前方に出てこないように予防しながら、経過を観察します。

経過観察中は激しい運動は避け、安静に過ごすようにしましょう。

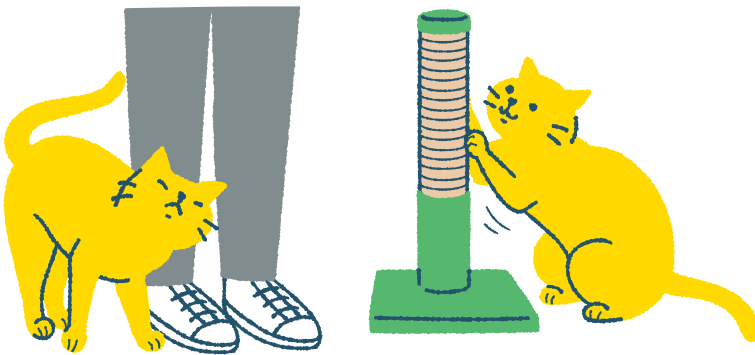
水晶体摘出術を行います。

水晶体が前方に脱臼している場合や眼圧が上昇している場合は、痛みが強く、網膜剥離などを起す場合もあるため、脱臼した水晶体を外科的に摘出します。

原因疾患の治療が同時に必要です。

併せて、脱臼の原因となった原疾患に対する治療も必要です。

ブドウ膜炎などでは点眼薬や内服薬で消炎剤を投与し、緑内障では眼圧をコントロールする点眼薬を継続して使用します。眼内腫瘍が原因の場合には、眼球摘出などを検討しなくてはなりません。



おすすめ商品

毎日愛眼

ブルーベリー&ルテイン



猫用
カツオ味(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。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

2024
10/1~
10/31

幸せを呼ぶペット占い

Aries

牡羊座

3 / 21 ~ 4 / 19

今月は「ストレス解消」がポイント。普段よりも少し長めに散歩する、一緒に遊ぶ時間を少し増やすなどで心も体もすっきりします。オーナー様の優しい声もペットの元気につながります。



Taurus

牡牛座

4 / 20 ~ 5 / 20

今月のラッキーポイントは「お片付け」。特にペットが過ごすスペースは念入りに整理整頓を。古くなったグッズは思い切って処分してしまいましょう。迷子札を新調すると吉を呼びます。



Gemini

双子座

5 / 21 ~ 6 / 21

今月のペットは人気運が上がっています。公園やドッグラン、動物病院などで注目的になりそう。愛猫はSNSなどに写真を出すとたくさんさんの反応があるかも。歯ブラシはラッキーグッズ。



Cancer

蟹座

6 / 22 ~ 7 / 22

オーナー様がいつもよりペットにたくさん話しかけて、たくさん撫でてあげると運氣アップ。悪い気を追い払うことができます。今月は動物病院での健康診断や健康相談がおすすです。



Leo

獅子座

7 / 23 ~ 8 / 22

オーナー様とペットのきずながよりいっそう深まる月です。オーナー仲間であるお友達とも楽しく過ごせそう。愛犬愛猫のベッドや敷物をお日さまに干すことが運氣アップのカギです。



Virgo

乙女座

8 / 23 ~ 9 / 22

ペットとオーナー様にな新しく素敵な出会いがありそうです。公園や動物病院などで知り合いろいろな情報交換ができそう。食欲が旺盛になっているので、おやつを食べ過ぎには注意して。



Libra

天秤座

9 / 23 ~ 10 / 23

今月はお部屋の掃除をこまめにすることが、運氣アップのカギになるでしょう。すっきりしたところで過ごす悪い気を寄せ付けません。オーナー様もパワーあふれる月になりそうです。



Scorpio

蠍座

10 / 24 ~ 11 / 21

今月は、やや不安定だった運氣が安定していきそう。ワンちゃんのお散歩はいつもとルートを変えようと思いがけない素敵な出会いが。ネコちゃんには敷物を新しくすると吉を呼ぶでしょう。



Sagittarius

射手座

11 / 22 ~ 12 / 21

ピンチに見えたこともチャンスにできる月。アンラッキーだと思った出来事も、ラッキーに変わるでしょう。ペットたちの飲み水をこまめに取り換えてあげると、悪い気を寄せ付けません。



Capricorn

山羊座

12 / 22 ~ 1 / 19

ペットたちの気持ちが穏やかに落ち着いている月。心配事も今月は好転していくか解決できそう。オーナー様がペットたちに明るく声をかけると、運氣がさらにアップしていくでしょう。



Aquarius

水瓶座

1 / 20 ~ 2 / 18

今月のペットはお日さまのパワーをもらいたい月。敷物やベッドは洗って天日干しにするのがおすすめ。朝日の中をお散歩して、やわらかい日差しの中でお昼寝すると吉を呼ぶでしょう。



Pisces

魚座

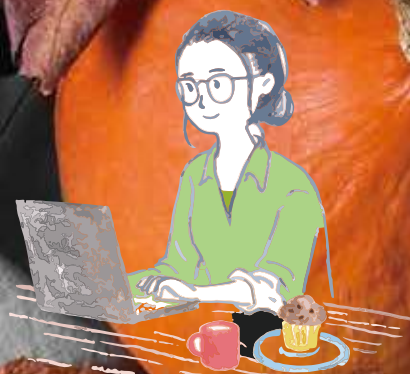
2 / 19 ~ 3 / 20

月後半に、ペットの運氣がアップしそうです。前半は静かに過ごすことを心がけて、力をためておいて。オーナー様はペットショップにお出かけすると素敵なペットグッズと出会えそう。



教えて!橘田先生

秋のアンチエイジング
旬の食材を
味方につけて



健康の基本は食事から!ヒトの体は日々の食事から作られるものですが、その時期その時期で、旬の食材を意識していくことが特に大切なポイントとなります。秋は豊富な栄養素を含む食材が多く出回る季節で、アンチエイジング目線でも絶好の機会です。肌を若々しく保つのみならず、全身の健康も基本は食事から!

今月は秋のアンチエイジングにおすすめの食材とその効果について詳しく解説します。

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。



「さつまいも」

さつまいもは食物繊維が豊富であるのみならず、むくみを予防するカリウムが豊富で、先出のカロテンノイドのお仲間、βカロテンも見逃せない成分です。

皮にはこれまた抗酸化作用のあるポリフェノールが含まれています。

炭水化物率が高めではあるので、摂取しすぎに気をつけながら、美味しくいただくことで、腸内環境を整え、便秘の予防に役立つことにより、老化の予防につながります。

おすすめの食べ方

蒸したり焼いたりしてそのまま食べるもよし、スープやサラダ、デザートにも利用できるさつまいも、ポイントには皮を残すこと！
ポイントは皮を残すこと！
ぜひ皮ごと食べてくださいね。



「きのこ」

きのこは食物繊維、βグルカンが豊富に含まれており、過食による肥満の予防効果抜群の食材です。βグルカンは先出のカロテンノイドやポリフェノールとともに「ファイトケミカル」と呼ばれ、老化の予防や健康の維持に大変役に立つ成分です。

各種ビタミンやミネラルも豊富で、免疫力の向上や骨の健康維持に効果があります。

おすすめの食べ方

きのこは炒め物、煮物、スープ、パスタ、リゾット、お鍋…多彩な料理に使えますよね。
秋の味覚としては、きのこを使った炊き込みご飯もいいですが、お鍋にたっぷり放り込むのも時短レシピとして最高です。





「かぼちゃ」

緑黄色野菜のカボチャはカラダの老化・ストレス物質を除去する効果Ⅱ抗酸化作用のあるビタミンAの仲間Ⅱカロテノイドが豊富に含まれています。

強力な抗酸化作用があり、細胞の老化を防ぐことで、視力の保護や免疫力の向上といった効果も見込めます。

おすすめの食べ方

スープ、サラダ、煮物、スイーツなど、さまざまな料理に使えるのがカボチャの良いところ。
暖かいスープやグラタンといった形で取り込むと、体を温める効果もあり、冷え性対策にもなりますよ！



「柿」

柿には先出のカリウム、β-カロテン、食物繊維といった成分の他、ポリフェノールの一種であるタンニン、そしてビタミンCが豊富です。ビタミンCは強力な抗酸化作用を持ち、肌の老化を防ぎますが、干し柿にすると失われてしまうので注意が必要です。

おすすめの食べ方

生柿と干し柿では食感のみならず、その成分にも違いがあります。保存性も高まり、長期間楽しむことができる干し柿は、生柿の栄養成分が凝縮されており、生柿よりも効率よく栄養をとれる一方で、ビタミンCは損なわれてしまいますのでそこには注意が必要です。そのまま食べるのがみならず、サラダやヨーグルトに入れても楽しめますよ！





「りんご」

果物のなかで、栄養源としてはトップクラスのりんご。海外では「1日1つ食べると医者を選ばない」といわれるくらいです。抗酸化力のあるポリフェノール、そして食物繊維が豊富で、ビタミンC、食物繊維、ポリフェノールが含まれているほか、ビタミンCと、あと注目すべきはリンゴ酸。高血圧の予防や、疲労回復に一役買ってくれますよ……！

おすすめの食べ方

りんごはそのまま食べるのみならず、サラダ・スムージー、焼きりんごなど、多彩な料理に利用できます。焼きりんごなんて、温かくて甘いデザートとして秋にぴったりです。スイーツとして摂られる場合は糖分の取りすぎにご注意くださいね。



「ナッツ類」

8月〜10月に収穫され、寒い冬に備えて、古くから食べられてきたナッツ類には、ビタミンやミネラル、食物繊維と、アンチエイジングに有効なさまざまな栄養素が含まれています。特におすすめはアーモンドとクルミ、でしょうかね。アーモンドにはたんぱく質と食物繊維、抗酸化作用をもつビタミンEが豊富に含まれています。たんぱく質は炭水化物・脂質と並び体のエネルギー源になる栄養素で、筋肉・臓器・皮膚・毛髪などの体の組織、ホルモン・酵素・抗体などの体内ではたらく成分を構成して、生命の維持に欠かせない物質です。

クルミは他のナッツ類と比較しても、体に良い油分や多価不飽和脂肪酸をたっぷり含んでいるのが特徴です。多価不飽和脂肪酸は体内で合成できず、食事から摂取しなくてはならない成分で、脂は脂でも、血圧を下げたり悪玉コレステロールを減らしたりする作用を持ち、高血圧や悪玉コレステロールの増加によって引き起こされる生活習慣病に対抗してくれる成分で、予防効果も期待できます。

おすすめの食べ方

ナッツはそのままスナックとして食べるのが簡単おすすめです。袋菓子のスナックを食べたくなったら、ナッツに置き換えて食べるのがいいと思います。



おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 08 | 納豆キナーゼ&フランス海岸松

さらさら健康生活にナットウキナーゼ 5500FU



「ナンバーサプリ08 ナットウキナーゼ&フランス海岸松」は、さらさら健康生活をサポートする為に9種類の成分を配合しています。配合成分はナットウキナーゼ、フランス海岸松、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、イワシペプチド、ビタミンB6、ビタミンB12となります。配合しているナットウキナーゼの5500FU(2粒あたり)は業界トップクラスの高配合量になります。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粒目安)。

健康診断の結果が気になる 中高年におすすめ！ 大豆で健康になろう！



日本人にとって身近な食材である大豆。大豆には様々な栄養素が含まれているのを知っていますか？例えば、食物繊維やたんぱく質、サポニン、イソフラボンなどがあります。ぜひ栄養豊富な大豆を活用し、健康的な身体を作っていきましょう！

管理栄養士 八代七海

① 身体の材料になる たんぱく質を豊富に含む

大豆は「畑の肉」とよく呼ばれるほど、たんぱく質を豊富に含んでいます。

たんぱく質は、筋肉や内臓などの臓器、髪の毛や爪など全身の組織の材料となる栄養素です。

このため、たんぱく質を毎日欠かさず摂取することは、健康な身体を作るために重要になってきます。

たんぱく質で出来た組織の例として、爪があります。

爪は永遠に伸び続けず、古いものを切ると、新しく生えてきますよね。

このように人の身体の各組織は、新陳代謝を繰り返しています。このため、材料であるたんぱく質は、日々摂取していくことが必要です。

たんぱく質は、主に肉や魚などの動物性の食品に多く含まれる栄養素です。ところが、大豆は植物性の食品でありながらも、肉や魚に負けない量のたんぱく質を含んでいます。ここで豚の肩ロース肉と、鶏のもも肉、大豆のたんぱく質量を比較してみましょう。

◎ 国産 黄大豆

ゆで：176kcal
たんぱく質14.8g/脂質9.8g

◎ 豚 肩ロース

生：253kcal
たんぱく質17.1g/脂質14.8g

◎ 鶏 もも

生：204kcal
たんぱく質16.6g/脂質14.2g

※各100gあたり 食品栄養成分表より

100gあたりのたんぱく質量を比較すると、豚肩ロース肉と鶏もも肉と大豆はほぼ同量のたんぱく質を含むことがわかります。大豆が「畑の肉」と呼ばれることにも納得ですね！

② 肉よりも低脂質で、 低カロリー

大豆はたんぱく質を豊富に含むだけでなく、カロリーや脂質量が少ないのも特徴です。

脂質は身体を動かすエネルギー源として働く栄養素で、摂りすぎると体脂肪になります。このため、摂りすぎには気を付けたい栄養素です。大豆の100gあたりの脂質量を、豚肩ロース肉や鶏もも肉と比較し

てみると、大豆の方が5gほど脂質が少なくなります。

また、肉などの動物性の食品の脂質には、「飽和脂肪酸」という脂質が含まれています。

この飽和脂肪酸は摂りすぎると悪玉コレステロールと呼ばれるLDLコレステロールを上昇させます。これに対して大豆の脂質は植物性のため、この飽和脂肪酸を含んでいません。この面でも大豆は健康的で、優れた食品だと言えます。

加えて、大豆は肉よりも低カロリーです。100gあたりで比較すると、肩ロースよりも約80kcal、鶏もも肉よりも約40kcal、大豆の方が低カロリーです。このため、大豆はお腹周りの脂肪や、体重が気になる人にもおすすめの食材になります。

③ 不足しがちな 食物繊維がたっぷり

大豆は食物繊維を豊富に含んでいます。食物繊維は、血糖値やコレステロール値の上昇を抑える栄養素として重要です。健康診断の結果が気になる人は、しっかりと摂り

たい栄養素と言えます。また、食物繊維の多い食材は噛み応えがあるのも特徴です。

人の脳は、満腹を感じるまでに時間がかかります。このため、早食いは過食の原因の一つになります。食物繊維が多い食材を摂取すると、自然と噛む回数が多くなり早食いの対策にも有効です。

食物繊維は、平均的に不足している人が多い栄養素の一つです。

現在厚生労働省が定めている食物繊維の目標摂取量は、男性20g／日、女性18g／日です。

これに対して平均の摂取量は14g程度で、性別別で見ると、男性なら6g、女性は4gほど不足しているということになりました。

茹でた大豆100gには、食物繊維が8.5gも含まれています。つまり大豆をプラスすることで、不足している食物繊維をカバーすることが出来ます。

大豆は手軽に取り入れることが出来る食材です。

例えば、生野菜に茹でた大豆を乗せて、大豆サラダにしたり、朝食に

納豆を追加。他には高野豆腐や豆腐を、味噌汁に入れるのもおすすめです。

また最近、肉の代用品として開発された「大豆ミート」という食材がスーパーで流通しています。

炒める・煮る・焼くなど、肉とほぼ同様の調理方法で、大豆を手軽に食べることが出来ます。ぜひ食物繊維の不足が気になる人は、取り入れてみてください。

④ 抗酸化作用がある サポニンを含む

活性酸素は、身体にある酸素が活性化された状態のものを言います。この活性酸素は適量の場合は免疫機能を担うなどの働きをしています。が、過剰になると、様々な症状や病気を引き起こす原因となります。

例えば、動脈効果や、お肌の老化、がんの元になる、免疫機能を低下させるなどです。大豆に含まれるサポニンは、ポリフェノールの一種で抗酸化作用があります。

活性酸素の産生や、活性酸素によって起こる動脈硬化や、がん、老化

の予防を抑えるなどの働きをしてくれます。動脈硬化は、悪玉と呼ばれるLDLコレステロールが、「酸化」されることによって起こります。このLDLコレステロール値を低下させてくれるのが、サポニンです。動脈硬化が進むと、血液がどろどろになり血管が詰まりやすくなります。進行すると場所によって、大きな病気の原因に。心臓で起これば心筋梗塞、脳で起これば脳梗塞などが起こります。

大豆を積極的に摂取することで、LDLコレステロール値の上昇を抑えていきましょう！

⑤ 更年期の女性に嬉しい！ 大豆イソフラボンを含む

大豆イソフラボンは、サポニンと同様にポリフェノールの一種です。国が特定保健用食品に認定している「骨の健康に役立つ」成分になります。ここで骨について、少し解説していきます。骨には古い骨を壊す働きをする破骨細胞と、新しく作る働きをする骨芽細胞が存在しています。

この2つの細胞のバランスを保つ

ことが、骨の健康には重要です。女性は更年期頃から、女性ホルモンの分泌が大きく減ってきます。そうすると、この2つの細胞のバランスが変化して、破骨細胞が優位になります。結果、骨を壊す働きが進むことから、骨密度の低下が起こりやすくなります。

このため、40〜50代を過ぎると女性は骨粗鬆症のリスクが高まるのです。イソフラボンは、女性ホルモンと似た働きをしているため、40〜50代以降の骨の健康のために積極的に摂りたい栄養素です。ぜひ日々大豆を取り入れることで、骨粗鬆症への対策をしていきましょう。

いかがでしたでしょうか。大豆は、たんぱく質や食物繊維をはじめ、健康作りに役立つ栄養素を豊富に含んでいることがわかりました。

これからの人生を、健康で生き生きと暮らしていくため、食生活に大豆を取り入れることから始めてみませんか。



食後のだるさは血糖値の乱高下が原因!?

今すぐできる対策とは?

食事をした後や甘い物を食べた後ものすごく眠くなる、身体がだるくて仕方ない、訳もなくイライラする。このような症状を経験した事のある方は多いのでは無いでしょうか？これは、食べた後に血糖値の乱高下が起こっている事が大きな原因なのです。

管理栄養士 山田 あゆみ

食事をした後や甘い物を食べた後ものすごく眠くなる、身体がだるくて仕方ない、訳もなくイライラする。このような症状を経験した事のある方は多いのでは無いでしょうか？これは、食べた後に血糖値の乱高下が起こっている事が大きな原因なのです。ランチ後の会議が眠くて集中できなくなってしまうのは辛いですよ。休日、楽しい食事の時間を過ごし、その後身体が台無しです。また、だるくなるだけならまだ良いのですが、血糖値の乱高下は、繰り返すと重大な病気を引き起こす可能性もあるのです。そうならない為に、今回の記事は血糖値の乱高下が起こってしまう原因と、その対策についてお話しします。

血糖値とは

まず初めに、「血糖値」とは一体何なのでしょう？端的に言うと、血液中のブドウ糖の濃度です。私達が毎日の食事である炭水化物は、体の中で消化されてブドウ糖となり、主に小腸で吸収され、血

液の中へと運ばれていきます。

その為、何か食べた後は一時的に血液の中のブドウ糖が増え、血糖値は上がります。そして、一時的に増えた血液の中のブドウ糖は、脾臓から出る「インスリン」と言うホルモン作用によりエネルギー源として使われたり、肝臓や筋肉に蓄えられたり、中性脂肪として蓄えられたりが必要に応じて様々な所で使われます。

この食後の血糖値の上昇から元の値までに戻る時間は、ゆっくり2時間ほど時間をかけて行われるのが理想とされています。

血糖値の乱高下による低血糖が食後の身体をだるくする

食後にゆっくりと血糖値が上下する事は、私達が生きる上で必要な働きであり、正常な反応です。しかし、急に血糖値を乱高下させてしまう事があると、身体には大きな負担となります。

急激に血糖値が上昇すると、身体は慌てて正常値に戻そうとインスリンを大量に出してしまいます。

すると、必要以上に大量に出たインスリンの作用により血糖値は正常値よりも下がってしまい

今度は血糖値が低い状態、「低血糖」状態になってしまいます。

一気に上がった血糖値が、一気に下がる、血糖値の乱高下が起きるのです。すると今度は血中のブドウ糖が少なくなってしまう為、これ以上減る事のないようにと各臓器への供給を減らし、脳や筋肉へのエネルギー供給も急に滞ってしまいます。その結果、急激な強い眠気や身体のだるさなどの不調が症状として出てしまうのです。

血糖値の乱高下は重大な病気を引き起こす事もある

食後にだるくなるだけならまだ良いのですが、血糖値の乱高下は、血管に大きな負担がかかります。その為、繰り返し血管に負担をかけているとやがてポロポロになり知らず知らずのうちに動脈硬化が進行しやすくなります。

そして、心筋梗塞や脳梗塞、認知症、糖尿病、癌など、重大な病気を引き起こすリスクが高まります。

大きな病気に繋がってしまう前に、日々の生活から原因を見つけ、改善していきましょう。

原因と対策

血糖値の乱高下を引き起こす主な要因は以下の3点が挙げられます。

- 炭水化物の多い食事
- 早食い
- 運動不足

この3つを意識して気をつけるだけで、大きな改善へと繋がります。

《炭水化物ばかりの食事を控える》

タンパク質や脂質、食物繊維は消化に時間がかかる為、これらを含む食材も一緒に食べる事で、消化吸収がゆっくりになります。

お肉、お魚、豆、野菜、海藻類など、できるだけ色々な食材を取り入れる事を心がけていきましょう。

パンやおにぎり、麺類だけの食事は炭水化物に偏った食事となり、吸収速度が速く、血糖値の急上昇を招きます。

又、白米や食パン、白砂糖など精製された食材は食物繊維がとて少ない為、血糖値急上昇のリスク

が高まります。白砂糖まみれの甘いジュースは、血糖値を一気に上げる飲み物です。甘い物は中毒性があり、飲めば飲むほど欲求が高まりますので、注意が必要です。

炭水化物の食材を選ぶ際、お米は玄米や分づき米、五穀米にする。パンは全粒粉パンに。お砂糖はきび糖にするなど、できるだけ精製されていない食材を選ぶ事で大きな改善へと繋がります。

精製されていない食材は、食物繊維やビタミンミネラルを多く含む事で栄養価も上がり、満腹感も得やすく食べすぎを防ぎます。又消化がゆっくりな為、すぐお腹が空いてしまう事もなくメリットがとて多いですよ。

《ゆっくり食べる》

脳の満腹中枢は、食事を初めて15分程経過してから働き始めると言われています。

その為、早食いは満腹感を感じ始めるまでに必要以上に食べてしまうリスクが高まります。その結果食べ過ぎによる血糖値の急上昇につながるのです。

《無理なく続けられる運動を取り入れる》

食後に身体を動かす事で、糖の吸収を和らげる事ができます。ランチ後、すぐに仕事を始めるのではなく、ウォーキングなど身体が気持ち良いと思える程度の運動を取り入れてみましょう。又、筋肉量が多いと、糖を消費しやすい身体になる為、日々継続的な運動で筋肉を増やしておく事も大切です。

まとめ

血糖値の乱高下は、身体がだるくなるだけでなく、重大な病気も引き起こすリスクのある恐ろしい身体への反応です。しかし日々の些細な心がけで簡単に解決する事ができますので、毎日の健康の為に、1つでも継続してできる事から始めてみましょう。



おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 03 | オリーブ&サラシア

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}



「ナンバーサプリ03 オリーブ&サラシア」にはオリーブ由来ヒドロキシチロソールが含まれます。オリーブ由来ヒドロキシチロソールは抗酸化作用を持ち、血中のLDLコレステロール（悪玉コレステロール）の酸化を抑制させることが報告されています。本品にはサラシア由来サラシノールが含まれます。サラシア由来サラシノールには、食事から摂取した糖の吸収を抑え、食後血糖値の上昇をゆるやかにする機能が報告されています。*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
ウイズメディカ独自の追加栄養補助成分として「イヌリン」「茶カテキン」「桑の葉」「難消化デキストリン」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認定工場にて製造しています。

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

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



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)

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



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)

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



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)

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



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)

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



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)

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



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)

「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
ウイ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(ゆうパケットは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「ゆうパケット」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 / プラセクタ

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

ウラジロガシ&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

※ウラジロガシ 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

ウラジロガシ(ウラジロガシエキス末) / 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

ナンバーサプリー 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(ゆうパケットは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「ゆうパケット」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 ▶ お届けはゆうパケット（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 ▶ ゆうパケット：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