

[会報誌]



×



ウィズ倶楽部

Vol. 109

毎月発行
2024/11

「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

- おいしく食べるために！
愛犬・愛猫にぴったりの食器選びのコツ..... p04
- 寒い冬もぬくぬくと。
愛犬・愛猫と暖かく冬を迎える準備..... p08

人向け記事byウィズメディカ

- 秋の夜長に睡眠の質を高める！
夜の習慣を見直してみよう..... p20
- 秋の野菜で
夏のダメージを乗り切ろう..... p24

Vol. 109

[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** 寒い冬もぬくぬくと。
愛犬・愛猫と暖かく冬を迎える準備
- P11** 原因についても解説
犬の多飲多尿は病気のサイン？
- P13** 誰でも
フレンドリーになる猫の特徴は？
- P15** 犬の病気辞典
犬の鼠径ヘルニアについて
- P17** 猫の病気辞典
猫の卵巣腫瘍について
- 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** 秋の夜長に睡眠の質を高める！
夜の習慣を見直してみよう
- P24** 秋の野菜で
夏のダメージを乗り切ろう
- P26** 血糖値が上がるとなぜ悪い？
良好な血糖コントロールにつながる食べ方



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。

意外にもワンちゃんもネコちゃんも食器にこだわります。

「食器が食べにくいなあ」「食器が臭う!」と思うと、お腹が空いているのにワンちゃんもネコちゃんも残してしまうことがあるんです。

特にネコちゃんは繊細なところがあります。

食器に悪い印象を持つとご飯を食べなくなることも。

逆に愛犬・愛猫が気に入ってくれる食器を用意すれば、ご飯もしっかり食べてくれるでしょう。愛犬・愛猫が食事の様子を観察してみてください。

次のような状況が頻繁に起こるようなら食器を見直してあげましょう。

POINT

ワンちゃん・ネコちゃんの様子をチェック!

- お腹は空いているはずなのに食べない
- 途中で食べるのをやめてしまう
- フードを前足でかき出そうとする
- 食器をひっくり返す



お腹が空いているはずなのに、なかなか食べない場合は食器を嫌がっているかもしれません。食器からフードを前足でかき出して食べている場合も、食べにくいと考えられます。

例えば鼻が低めのシーズーやエキゾチック系の猫は、深めのお皿だとうまく食べられないのです。

他にも本当に些細な理由が原因で食べたがらない場合もあります。

ネコちゃんはヒゲが食器に当たるのを嫌がります。

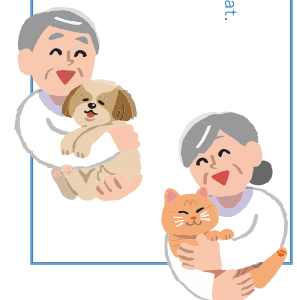
食器に汚れがついている、ニオイがあるなども嫌がる理由です。

食器が滑って動いてしまう場合も食べにくいいため、ワンちゃんは前足をひっかけて器をひっくり返すときもあります。

おいしく
食べる
ために!

愛犬・愛猫にぴったりの
食器選びのコツ

Tips for Choosing the Perfect Bowl for Your Dog and Cat.

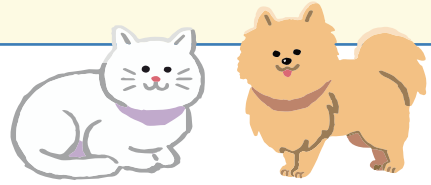


愛犬・愛猫の食器を選ぶポイント

愛犬・愛猫の食器を選ぶポイントは次の通りです。

POINT

食器をチェック!



- 素材を確認
- 食器の高さを確認
- 食器の大きさを確認
- 滑り止めがついている食器を選ぶ
- 食器の深さを確認

CHECK!

素材を確認

ワンちゃんやネコちゃんの食器の素材は、陶器・プラスチック・ステンレスなどです。おすすめは陶器製です。

ほどよい重さがあるので食べているときに動きにくく、何よりも汚れが落ちやすい点が特に優れています。ただし、落とすと割れてしまうというデメリットがあります。

プラスチックは安価で手に入りやすい点がメリットです。100円ショップなどでもすぐに見えます。ただし、使っているうちに細かい傷が付きやすいのはデメリットです。傷の中に落としかねなかった汚れが入り込み、雑菌やニオイが付きやすいのも欠点でしょう。

ステンレス製は、大変丈夫で汚れも落としやすい食器です。

ただし、冬など気温が低いときは容器が冷たくなってしまいます。

CHECK!

食器の大きさを確認

愛犬・愛猫の体の大きさに合った食器を選びます。

ワンちゃんは超大型犬や超小型犬など、体の大きさもまちまち。体のサイズにあった食器を選んであげましょう。

ネコちゃんも、体の大きさに合っているサイズの食器を選びます。

ワンちゃんとは異なる点で、ヒゲが食器に当たるのを好まないということ。小さすぎる食器はヒゲが当たるので、嫌がるでしょう。



愛犬・愛猫の食器を選ぶポイント



CHECK!

食器の深さを確認

ワンちゃんのマズル(口まわりから鼻先)が長いタイプは、ほどほどの深さがある方が食べやすいでしょう。シーズーやフレンチブルドッグなどは、浅めがおすすめです。

ネコちゃんは浅めのお皿を好みます。あまりに深すぎるお皿は、食べにくいだけでなく首の負担にも。特に、顔が平たいタイプのネコちゃんには浅いタイプを選んであげましょう。



CHECK!

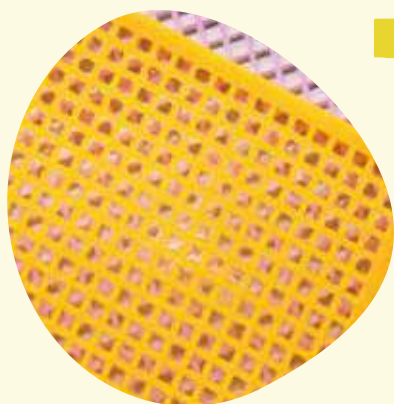
食器の高さを確認

ほどほど高さのある食器を選びましょう。

食べるときに首を下にする必要がなく首や胃腸への負担が減らせる点がメリット。

特に高齢のワンちゃんネコちゃんは、かがむ姿勢で食べることで体辛く感じます。

台などを置いて、体の高さに合わせて調整すると食べやすくなります。



CHECK!

滑り止めがついているタイプを選ぶ

食器の底に滑り止めがついているタイプを選びましょう。

愛犬・愛猫が食べるたびに動いてしまうと食べにくいですね。

勢いよく食べるワンちゃんの場合は、特に動きやすいので注意してあげましょう。

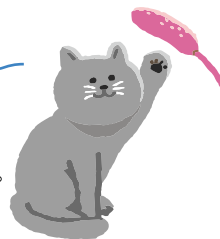
プラスチックやステンレス製は軽いので、滑り止めが必要です。

食器の注意点



食器を選んだら、置き場所やお手入れにも気配りしましょう。

置き場所は慎重に選び、落ち着いて食べられる環境を作ることが大切です。



置く場所にも配慮

食器を置く場所、つまり食事場所も考慮してあげましょう。

テレビの音が大きい部屋や人の出入りが激しい場所では落ち着いて食べられません。多頭飼いの場合も、別々の部屋で食べる方が落ち着けます。ワンちゃんの場合他の子に取られまいとガツガツするので、配慮が必要です。意外ですがネコちゃんの場合は、水入れの隣に食事を置くのは好ましくありません。

水を飲まなくなってしまうことがあります。



食器はいつも清潔に

食器は食べるたびにきれいに洗い、清潔を保ちましょう。洗剤は、ペット用の商品を使うと安心です。人間用の食器洗剤を使う場合は、赤ちゃん用などを選ぶといいですね。いずれにしても、しっかりすすぐようにしてください。スポンジは人間用と分けましょう。スペアの食器があると便利です。

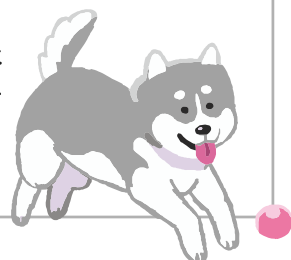
首輪が当たらないかチェック

陶器やステンレスの食器を使う場合は、首輪の金属部分や迷子札が当たらないように注意してください。

カチャカチャと音がするのを嫌がるワンちゃんやネコちゃんもいます。



愛犬・愛猫にぴったりの食器を選んであげましょう。「お腹が空いているのに食べるのをやめる」「食器をひっくり返す」などが見られたら食器を見直してあげてくださいね。こまめに洗っていつも清潔を保つことも大切ですよ。





寒い冬もぬくぬくと 愛犬・愛猫と暖かく冬を迎える 準備

季節の変わり目には何かと体調の変化が起こりやすいのですが、それらを予測してあらかじめ準備しておくことでペットたちの体にかかる負担を減らすことができます。本格的な冬が来る前に、今一度ペットの健康状態を見直し、必要な寒さ対策など準備を進めていきましょう。

獣医師 齋藤厚子

木々も紅葉して徐々に冬に近づきつつあるこの季節、ヒトが衣替えをするようにペットの暮らしにも冬支度が必要です。

これからの時期は寒さに対応して起こるペット達の体の変化や、持病がある場合に気を付けておきたいこと、暖房の使用時に注意したいことがいくつかあります。

本格的に寒くなる前に、生活環境も健康管理も冬に向けて少しずつ準備していきましょう。

換毛期のお手入れ

寒くなってくると犬も猫も寒さに対する体の準備として換毛期がやってきます。

夏の暑さに対応した夏毛が抜け、徐々に寒さに耐えるための冬毛に置き換わります。

換毛期には抜け毛がもつれて毛玉が得意やすいため、こまめにブラッシングして抜け毛を取り除いてあげましょう。

毛がたくさん抜けるだけでなく、換毛期には皮膚のトラブルも起こりやすくなります。

もともと皮膚が弱いワンちゃんネコ

ちゃんの場合はフケ、痒み、赤みなどといった皮膚の変化にも気を付けましょう。

寒い時期には服を着せる機会も増えると思いますが、服を着ていると抜け毛が落ちにくく、服の下で毛玉ができたり、服を脱がせたときに自分で毛づくろいをしてたくさん抜け毛を飲み込んでしまい、毛玉を吐いたり消化管の通過障害を起こす可能性があります。

それらを予防するためにはやはりこまめなブラッシングが大切です。ブラッシングだけでは追いつかない場合には、一度シャンプーをしてさっぱりさせるのも一つの方法です。シャンプーの好き嫌いや毛の量、毛質や肌質などによってベストな方法はその子その子によって異なりますので、愛犬・愛猫に合った方法を探してみましょう。

寒さ対策

寒さ対策には暖房をつけるだけでなくいくつか方法がありますので寒さの程度や時期によって様々なグッズを使い分けてみましょう。

①服を着せる

服は寒さがそれほど厳しくない地域では室内での防寒として、寒さの厳しい地域ではワンちゃんの散歩時の必須アイテムとしても活躍します。

寒い時期に暖房を強くしすぎると部屋が乾燥して呼吸器や皮膚の不調も増えがちですが、ヒトと同じように季節や気候に合った服を着せることで、室温や湿度を適度に保ちながら体温調整を上手にすることができるようになります。

特に、本来は温かい地域で生活する犬猫種(チワワ等)や超短毛種の犬、無毛種の猫、体温調節がうまくできない子犬や子猫、老犬や老猫では寒さへの順応に時間がかかったり、低体温気味になってしまうことがあります。

そんな場合にも服を上手に活用して寒さと付き合ひましょう。

②ベッドやブランケット

本格的に寒くなってしまえば一日中暖房をつけることも多くなりますが、寒くなり初めの時期や地域、日によっては暖房をつけるまでもな

いけれど朝晩は少し冷える、ということもありますよね。

そんな時があると重宝するのが暖かいベッドや蓄熱性のブランケットなどです。

自分で動ける犬猫であれば、これらを用意してあげれば自分で寒い時に潜り込んで暖をとることができ
ます。

秋冬にはペット用品も寒さ対策に特化したものが多くなり、ベッ
トシヨップやネットシヨップでのラインナップも冬仕様が変わりますので、その中で時期や体格に合ったものを選んであげると良いでしょう。

③ヒーターマットや湯たんぽ

特に冷える夜間だけ、あるいは留守中だけ温めてあげたいという場合には、ペット用のヒーターマットや湯たんぽなども活用してみましょ
う。

ペット用のヒーターマットは高温になりすぎない設計になっているものが多く、専用のカバーなども付属していることがほとんどです。マケドの心配もありません。

湯たんぽはお湯を入れる昔ながらのものではなく、電子レンジで温め

て長時間保温効果が持続するものが主流ですが、熱すぎないように厚めのタオルで巻いたり、寝たきりの子に使用する場合は少し距離を離して間接的に温めるようにするなど配慮が必要ですので、使い方に気を付けましょ
う。

乾燥対策

暖房を付けると室内は暖かくなりますが、空気の乾燥が問題になって
きます。

寒い季節はただでさえ空気が乾燥しがちですが、暖房をつけると室内の空気はさらに乾燥し、室内の湿度は思ったよりも低くなっています。

そんな環境下では乾燥による皮膚のトラブルや呼吸器疾患、感染症なども起こりやすくなってしまうので、加湿をして室内の湿度をある程度のレベルに保つようしましょ
う。

ペットが生活する環境の湿度は大抵は40〜60%、ネコでは50〜60%ぐらいが適しています。

ペットだけでなくヒトの健康管理にも効果的ですので、積極的に加湿するようしましょ
う。

ただし、近年は加湿器によるトラブルも増えつつあるため、多少注意が必要
です。

加湿器にも様々なタイプがありま
すが、種類によっては加湿器の内部にカビが発生したり、高温の蒸気が出るタイプの加湿器ではマケドの
危険もあります。

ペットが思わぬ健康被害や事故にあわな
ないように使用前に説明書をよく読み、久しぶりに使用する場合にはしっかりと清掃するなど機器のメンテナンスや安全管理をよく確認しておきましょ
う。

皮膚疾患があり、乾燥によって悪化してしま
う犬猫の場合、室内の加湿だけでなく保湿剤やクリーム、皮膚の健康維持に役立つサプリメントなどを加えてみることを検討してみ
るのも良いでしょう。

冬に多い病気への対策

①呼吸器疾患や感染症

空気が乾燥しやすい寒い時期には、気管支炎や喘息などの呼吸器疾患の他、ケンネルコフ、ネコ風邪などと呼ばれるような犬猫の感染症が

蔓延したり悪化しやすい傾向があります。

ヒトのインフルエンザが冬季に流行しやす
いのと同じで、乾燥した空気中にはウイルスなどが浮遊しやすいためと考
えられます。

これらの対策としては、やはり部屋の加湿をして呼吸器の粘膜が乾燥しにくい状態にすること、湿度を保つこと
でウイルスなどを空気に浮遊させにくくすることが効果的ですが、もう一つ、予防接種を受けて体
に免疫力を付けておくことも重要
です。

愛犬・愛猫の予防接種履歴を今一度確認し、接種時期が来ているようであれば忘れずに追加接種してお
くようしましょ
う。

②心臓疾患のある動物では…

寒い環境下では血管がギョツと閉まることで体温が低下するのを防ごうとする働きが起
こります。

その際の血圧の変化は心臓に負担をかけてしま
うため、心臓が悪い犬猫では暖かい部屋から寒い外に出る際などは注意が必要
です。

お散歩時の装備

ネコちゃんの場合はリードを付けてお散歩ができる子は少ないと思いますが、ワンちゃんの多くは毎日あるいは週に何回かはお散歩やお出かけをする機会があると思います。お散歩は心肺機能の維持や肥満予防、筋肉維持など健康な体を作る上でとても重要な役割を果たしますので、できれば冬になっても続けたいところです。

しかし寒くなると、ヒトも動物も外に出るのが少し億劫になりがちです。楽しくお散歩するためには快適に外を歩けるように季節に合った服や装備を準備することが欠かせません。

特に、心臓疾患や関節疾患のある子では防寒グッズは必須アイテムです。

体を冷やさない服だけでなく、雨の日や雪の日に活躍する靴や、関節を保護するサポーターなど、便利でおしゃれなアイテムがたくさんありますので、それぞれの愛犬・愛猫に合ったものを楽しみながら選んでみてはいかがでしょう？

また同時に、一緒にお散歩する飼い

主さんも寒さ対策をしつかりするようにしましょう。

気を付けたいトラブル

寒い時期には様々な種類の暖房器具で室温を調節しますが、暖房によるヤケドなどには注意が必要です。エアコンは温風で部屋を暖めるのであまり問題が起ることはありませんが、ファンヒーターやストーブ、暖炉などを使用しているお宅ではヤケドの危険があるため、予防策を講じるようにしましょう。

特に危険なのはやんちゃで怖いもの知らずな子犬や子猫、また新しく迎えた犬猫などです。

元気に走り回って遊んでいる時や新しく迎えた犬や猫がパニックを起した際にうっかりストーブにぶつかったり熱くなった金属部分に触れてしまう可能性があります。

またある程度生活環境に慣れた犬猫であっても、ファンヒーターやストーブの真ん前などで長時間同じ部分を熱源に当たって寝てしまう場合は注意が必要です。

温風や熱源に長時間あたっていいことで皮膚が乾燥し、ヤケドまでい

かなくとも痒みなどの皮膚トラブルに発展してしまうことがある他、程度によっては低温ヤケドによって後になってから皮膚の変色や壊死などといった皮膚障害が現れることがあります。

元気な成犬・成猫であれば暖房との距離などもある程度自分で調節できますが、高齢あるいは麻痺や持病などによって寝たきり状態になっている動物は自力で移動や寝返りができないため、ストーブに近いところで長時間過ごしてしまったり、同じ面をヒーターマットに直に長時間あててしまうことにならないようにこまめに体位変換をしてあげましょう。蒸気が出るタイプの加湿器でもヤケドの危険性があります。

高温の蒸気が出るものはできれば使用しないか、設置する場所を工夫してペットの手が届かないように配置しましょう。

トラブルを回避するためには、ストーブなどの熱源の周りには柵を設置して近づけないようにすること、寝たきりの動物はこまめに寝返りをさせ、ヒーターマットなどは低温に設定し、直に熱源にあたらさないよ



うに配慮すること、暖房と共に室内の加湿を心がけ、皮膚の弱い子には皮膚自体に保湿作用のあるクリームなどを塗るなど保湿ケアをすること、などが対策として挙げられます。寒い時期にもペットとの暮らしを楽しむためには事前の準備が大切です。ペットの健康を守りつつめくめくと暖かに冬を乗り越えるために、愛犬・愛猫の健康状態をチェックしてもらい、どんなケアや準備が必要か見直してみましょ。



犬の多飲多尿は病気のサイン？原因についても解説

本記事では犬の多飲多尿の判断基準、多飲多尿の原因、多飲多尿で考えられる病気について解説しています。

動物看護師 武田 みすず

水分は私たち人間にとっても、犬にとっても欠かせない存在です。しかし「最近、愛犬の水を飲む量が増えた気がする」「おしっこ」の量が増えたかも「そんな様子が見られた場合は、病気のサインかもしれません。」

たくさん水を飲むことを「多飲」といい、たくさん尿をすることを「多尿」といいます。

では、どのくらいの水を飲むことが「多飲」で、どのくらいの尿をすることが「多尿」なのでしょうか。

この記事では多飲多尿の判断基準、多飲多尿の原因、多飲多尿で考えられる病気などについて解説していきます。

ぜひ参考にしてみてくださいね。

多飲多尿である判断基準は？

一般的に、24時間のうちに体重1kgあたり100mlを超える量の水を飲むことを「多飲」といい、体重1kgあたり50mlを超える量の尿をすることを「多尿」といいます。

飲む量を測るには、1日の始まりに水の入った容器の重さを測り、1日の終わりにもう1度水の入った容器の重さを測ります。

尿の量を測るには、ペットシーツの重さを測り、尿をさせた後にもう1度ペットシーツの重さを測りましょう。以下のようなことがみられた場合にも多飲多尿といえます。

● 容器に入れた水がすぐ空っぽになる

● ペットシーツを変える頻度が増えた

● 尿の色が水のように薄い

● トイレを我慢できずに粗相をしてしまう

このように多飲多尿の判断をするには、普段からの観察が大切です。何日も続くようであれば動物病院に相談しましょう。

多飲多尿の原因とは？

多飲多尿の代表的な要因はホルモンの分泌異常です。

特に膵臓、副腎、甲状腺といった内分泌器官におけるホルモンの分泌

が不足または過剰になることで発生しやすいといわれています。

そのため、多飲多尿は1つの病気から起るものではなく、その背景にはさまざまな病気が隠れている可能性があるでしょう。

多飲多尿自体が問題になるのではなく、原因疾患の管理が重要となってきます。

また、多飲多尿とは「たくさん水を飲むために尿が多く出る」よりも「たくさん尿が出るために水を欲しがること」が多いようです。

多飲多尿で考えられる病気は6つ

多飲多尿で考えられる病気は主に6つあります。

● 腎臓病

腎臓病は進行する速さにより「急性腎臓病」と「慢性腎臓病」に分けられます。急性腎臓病は、短い時間のうちに尿が作られなくなり、食欲不振、下痢、嘔吐、脱水などの症状がみられます。

慢性腎臓病は、長い時間をかけ腎臓の働きが低下していくため、初期の段階では気付けない場合が多いです。その後、飲水量が増え多飲多尿の症状が現れます。さらに体重減少や嘔吐、貧血などの症状も現れます。

●副腎皮質機能亢進症(クッシング症候群)

副腎皮質機能亢進症は、副腎から出るホルモンが出すぎてしまう病気です。初期は体重増加によって肥満傾向になりますが、進行すると飲水量が増えたり、お腹だけが膨らんでみえたりします。

また状態によっては呼吸困難を起したり、神経症状を起したり、突然死することもあります。

●子宮蓄膿症

子宮蓄膿症は、細菌感染により子宮内に膿が溜まってしまう病気です。未婚のメスでよくみられ、10歳以上で発症することが多いようです。症状としては多飲多尿、食欲不振や元気消失、お腹が張っている、陰部から膿や出血がみられることもあります。

●副腎皮質機能低下症(アジソン病)

副腎皮質機能低下症は、副腎から出るホルモンが少なくなってしまう病気です。初期段階では特徴的な症状はなく、少し元気がない、少し体重が減ってきているなどの変化がほとんどです。しかし何らかのストレスをきっかけに重症化すると、虚脱、ショック状態、多飲多尿、痙攣、吐血、血便などの症状がみられます。

●糖尿病

糖尿病は、膵臓で分泌されているインスリンというホルモンが何らかの理由で機能しなくなり、血糖値が高くなってしまいます。病気です。

初期症状としては多飲多尿、食欲はあるのに体重が減ってしまうなどがあります。症状が進行すると食欲や元気の低下、嘔吐や下痢などの症状を引き起こします。

さらに重症化すると、神経障害や昏睡などを起こし死に至ることもあります。

●尿崩症

尿崩症は、抗利尿ホルモンであるバソプレリンがうまく働かないこ

とで、薄い尿が多量に排泄される病気です。初期段階では元気や食欲がありますが、多飲多尿の症状がみられます。慢性化すると脱水症状を起こして元気がなくなり、体重が減少することがあります。

病気以外で考えられる多飲多尿の原因は3つ

病気以外にも多飲多尿になる原因は主に3つあります。

●フードの変化

普段の食事で缶詰めやウェットフードを食べている場合、フード自体に水分が含まれているため、飲水量は減ります。逆に、缶詰めやウェットフードからドライフードに切り替えた場合、飲水量は増える傾向にあります。また、塩分などが多く含まれているフードは余計に喉が渇き、心臓や腎臓への負担にもなるので注意しましょう。

●ストレス

長時間のお留守番や身の回りの騒音など、環境の変化からストレスや緊張を感じた時に、抗ストレスホル

モンが分泌されます。

抗ストレスホルモンの影響により、飲水量が増え尿の量も増えることがあるようです。普段の生活環境に変化がないかチェックしてみましょう。

●薬の副作用や中毒

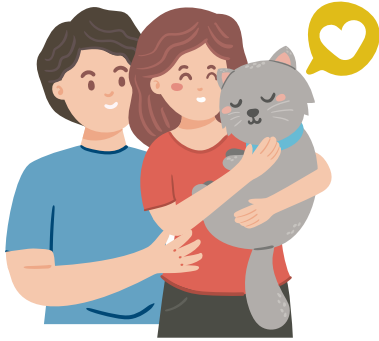
薬の副作用として、利尿剤やアレルギー対策で使われているステロイド剤は、多飲多尿を起こすことがあります。また、アルコールの誤飲やビタミンDの過剰摂取による中毒でも多飲多尿が起こります。

アルコールの誤飲やビタミンDの過剰摂取は、死亡の原因になることがあるので注意しましょう。

まとめ

多飲多尿にはさまざまな原因が考えられ、命に関わる病気もあるため注意が必要です。

日ごろから愛犬をよく観察し、いつもと違う様子があれば動物病院で診察してもらいましょう。



誰でもフレンドリーになる猫の特徴は？

猫を飼いたいと考えている方は、できるだけフレンドリーな子が良いなと考えている方もいるかもしれません。

フレンドリーになる猫の特徴を紹介します。

愛玩動物飼養管理士 國澤 莉沙

誰にでもフレンドリーな子は？

猫といえば警戒心が強く、飼い主さんや家族以外には懐きにくいイメージがあります。飼い主さんに対してはマイペースにたまに撫でようとすると、噛んできたりイヤ！と逃げてしまったりもありませんよ。かと思ったり急になでてーと甘えてきたり。そんな気まぐれな性格が猫の魅力であると言えますが、来客の多い家や小さな子供のいる家庭では、誰にでもフレンドリーに犬のように懐いてくれる猫ちゃんをお迎えしたいなと考える方もいるでしょう。猫にもさまざまな特徴があり、人懐っこい性格になる品種もいます。フレンドリーな性格であれば、初心者の方にも飼育しやすいですよ。フレンドリーな性格と言われている猫の品種について、紹介していきます。

フレンドリーな猫3選

猫にもさまざまな品種があり、種類によってある程度性格が決まっていると言われています。

フレンドリーな性格が多い品種を3種類紹介します。

●ラグドール



ラグドールとは、可愛らしい人形という意味があり、その愛らしい容姿から名付けられました。

ラグドールは、長毛種の猫であり人に対して寛容に懐深く接することができる猫です。

さらには、おおらかで猫には珍しく抱っこされることも好きなことが多いです。潤沢な長毛の毛は前側が伸びており、優美でなんとも気が

品高い美しさがあります。瞳はブルーなことが多く毛色には白、黒、茶、バイカラーになっているりと豊富です。

●スコティッシュフォールド



スコットランドで発見された変異種の猫が元になっており、最大の特徴は折れた耳です。

他の猫にはないその特徴から愛玩用として人気が高く、おとなしい性格の子が多いです。

さらには、スコティッシュフォールドは全てが折れた耳というわけではなく、立ち耳のスコティッシュフォールドも存在しています。

おおらかで感情をあまり表に出さないことが多く、見知らぬ人にも甘えに行くほどフレンドリーなことが多いです。

さらには、人と一緒にいることが好きで甘え上手な個体も多く、一緒に遊ぶことが好きな陽気な一面があります。

スコティッシュフォールドの中には、必要以上に干渉されることを嫌がり、餌が欲しいときだけ要求してくると言ったマイペースでドライな子もいますが、淡々と自分の世界を作っており、独特な魅力があります。



●アメリカンショートヘア

古くから愛玩用として親しまれており、好奇心旺盛で無邪気な遊び好きな子が多いです。

人と遊ぶことが大好きで、冒険好きでありあまり怖がらない面も初心者にも飼いやすいでしょう。明るく優しい性格の子が多いので、小さな子供のいる家庭でも一緒に遊んでくれます。

同居人とも仲良く過ごせるので、多頭飼育にも向いています。注意したいのは、好奇心旺盛でヤンチャなため小さな子供と一緒に遊んでいるときにヒートアップしすぎてしまい、引つ掻かれたりする可能性もあります。必ず大人の目の届く範囲でお子さんと遊ばせるようにしましょう。

フレンドリーな猫は環境による

猫ちゃんがフレンドリーな性格になるかどうかは、幼小期からの飼育環境によっても大きく作用します。

小さなうちからいろんな人とふれあいをすることで懐きやすくなります。また、両親の性格によりその子が人懐こい子になるかも多少影響してくるでしょう。

幼小期にさまざまな経験をさせることにより、スポンジのようによく吸収してくれるので、人に対する恐怖心などがなくなりフレンドリーな人馴れした子に育ちますよ。そのためには、毎日の飼い主さんとのコミュニケーションも重要です。コミュニケーションをとることは、ストレス発散や絆を深める他にも皮膚のチエックは痛がる箇所はないかなど健康チエックにもなります。

普段からふれあいに慣れさせておけば、いざというときにもすぐに動物病院でスムーズに診察を受けることができます。動物病院に定期的にお世話になり、診察を受けておき慣らしておくことにより、獣医さんや看護師

さんなど知らない人に保定されても落ち着いた状態で診てもらえて安全です。

しかし、もともとその子の持っている性格もあるため、これらのことをしても警戒心が強く来客があると隠れてしまいでこない子もいます。そんな時は無理やり人前に出すのはやめて、猫のペースで接するようにしましょう。

無理やり猫の嫌がることをしてしまうと、飼い主さんの絆が崩壊してしまい、今後の生活に悪影響になる可能性もあります。

どんな性格の子でも良い部分を伸ばすようにしましょう。

まとめ

フレンドリーな性格の猫を飼いたい方向けにフレンドリーな品種や育て方のポイントを紹介しました。愛猫がフレンドリーな性格になるかどうかは、その子の性質にもよりますが、環境である程度慣れさせることはできます。

犬の病気辞典

犬の鼠径ヘルニアについて

葛野 宗 先生



犬の鼠径ヘルニアとは

内腿にできるヘルニアです。

生後、精巣が腹腔から陰嚢内に移動する際に通過する穴(鼠径輪)を通して脂肪や臓器が皮膚の下に脱出している状態です。

鼠径ヘルニアには、先天的なものと後天的なものがあります。

先天的な鼠径ヘルニアの場合、生後数か月の仔犬で確認出来ませんが、必ずしも病的なものとは言い切れません。

成長とともにヘルニアが小さくなり、目立たなくなることもありま

す。

鼠径ヘルニアは、腸管などの臓器が鼠径輪で絞められてしまう状態(嵌頓)にならないように注意して観察する必要があります。

犬の鼠径ヘルニアの症状とは

ヘルニアが嵌頓していないか注意しましょう。

ヘルニアとは臓器や脂肪などが組織の隙間を通して本来のあるべき場所から脱出してしまっている状態のことを言います。

生後精巣が腹腔から陰嚢内に移動する際に通過する穴(鼠径輪)を通して脂肪や臓器が皮膚の下に脱出している状態を鼠径ヘルニアと呼びます。

生後数か月の仔犬では鼠径ヘルニアの状態は必ずしも病的なものとは言い切れず、経過観察となる場合も多いです。

鼠径ヘルニアは、腸管などの臓器が鼠径輪で絞められてしまう状態

(嵌頓)にならないように注意して観察する必要があります。

鼠径ヘルニアの内容物が脂肪のみであった場合は大きな症状が見られませんが、腸管であった場合は便秘や嘔吐などの消化器症状、時に痛みを伴うこともあります。

また、鼠径ヘルニアの内容物が膀胱であることもあり、そういった場合は排尿障害が見られることがあります。

鼠径ヘルニアにおいて最も注意すべき状態は、ヘルニア内容が鼠径輪で拘束されてしまう嵌頓の状態です。

ヘルニアが嵌頓状態になると、血流を止めてしまい、ヘルニア内容を壊死させる可能性があります。鼠径ヘルニアの様子がいとも異なり熱を持っている、赤くなっている、などの症状が見られた場合はすぐに動物病院を受診してください。

犬の鼠径ヘルニアの原因とは

先天的なものと後天的なものがあります。

先天的な鼠径ヘルニアは生後数か月の仔犬で確認できます。

仔犬の精巣は生後、鼠径輪を通じて陰嚢内へと移動します。

鼠径輪は成長とともに筋肉によって閉鎖されますが、鼠径輪の大き

さと、閉鎖の進み具合は犬によって異なり、生後数か月で鼠径輪がほぼ閉鎖されている、鼠径輪から脂肪が少し出ている、鼠径輪が大き

く腸管などの臓器が出ているなど様々な状態が見られます。

後天的な鼠径ヘルニアの場合、交通事故などの大きな衝撃、出産時における過度な腹圧、などが原因となります。

また、肥満によって腹圧がかかり鼠径ヘルニアが発症することもあります。

また、肥満によって腹圧がかかり鼠径ヘルニアが発症することもあります。

犬の鼠径ヘルニアの好発品種について

全犬種で好発します。

鼠径ヘルニアは仔犬であればどの犬種でも起こり得ますが、雄で見られることが多いです。

鼠径ヘルニアが病的なものであるか気になる、治療の必要性が気になる場合は、かかりつけの獣医師に相談してみるというでしょう。



犬の鼠径ヘルニアの予防方法について

先天的なものには予防方法はありません。

先天的な鼠径ヘルニアは予防することはできません。

後天的な鼠径ヘルニアは、避妊手術を受けて妊娠出産させないよううにする、肥満にさせないように栄養管理をおこなう、といったことが予防につながると言えます。

犬の鼠径ヘルニアの治療方法について

外科的な鼠径輪の閉鎖をおこないます。

鼠径ヘルニアが腸管などの臓器が脱出してしまふ大きさである場合は、外科的な縫合で鼠径輪を閉じることで治療を行います。緊急性がない鼠径ヘルニアでは、犬の成長による鼠径輪の閉鎖を待つ場合や、去勢手術・避妊

手術の実施のタイミングを待つと同時に鼠径ヘルニアの手術を行う場合があります。

鼠径ヘルニアが嵌頓してしまつた場合、緊急の開腹手術を行います。ヘルニア内容が腹腔内に戻し、必要であれば壊死した部分を除去します。



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 卵巢腫瘍 について

齋藤厚子先生



猫の卵巢腫瘍とは

多くは悪性腫瘍です。

卵巢腫瘍は未避妊の猫に起こります。

それほど多く見られる病気ではありませんが、猫の卵巢にできる腫瘍の半数以上は悪性腫瘍で、転移も起こります。

初期にはあまり目立った症状が出ないため、気づいたときには進行してしまっていることが多い病気です。

避妊手術をしていれば予防できる病気ですので、病気になる前に

子宮卵巢の摘出を検討してあげましょう。

猫の卵巢腫瘍の症状とは

発情の異常が見られることがあります。

腫瘍の種類によって症状は異なりますが、ホルモンが過剰に産生される腫瘍(主に顆粒膜細胞腫)では

- 持続的な発情
- 攻撃的になる
- 脱毛

などの症状が出る場合があります。

卵巢はもともと小さな臓器で、腫瘍ができても巨大になることは少なく、大きくても5cmを超えないことはほとんどありません。

そのため、触診などで早期に発見することは難しい場合が多く、避妊手術の際に偶発的に発見されることもあります。

腹腔内で腫瘍が大きくなり、腫瘍

細胞が腹膜などに播種した場合には腹水が溜まることもあり、それに伴って腹囲膨満、食欲不振、元気消失などの症状が見られます。

猫の卵巢腫瘍の原因とは

原因は不明です。

明確な原因はわかっていません。卵巢にできる腫瘍には

- 顆粒膜細胞腫
- 未分化胚細胞腫
- 卵巢腺癌

● 転移性腫瘍(リンパ腫や子宮内膜癌)などがあります。

この中で最も多いのは顆粒膜細胞腫です。

顆粒膜細胞腫の半数以上は悪性で、多くの場合は診断時に肺やリンパ節に転移が起っています。



猫の卵巣腫瘍の 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。

猫の卵巣腫瘍の 予防方法について

避妊手術で予防できます。

避妊手術をすることが最大の予防になります。猫の卵巣腫瘍はあまり多く見られる病気ではありませんが、その要因の一つは避妊手術が浸透していることによつて発生頻度が抑えられていることが挙げられます。

避妊手術は卵巣腫瘍だけでなく、発情期のストレス緩和、子宮蓄膿症、子宮の腫瘍などの予防にもなります。

繁殖の予定がないのであれば、若くて元気なうちに避妊手術をしてあげましょう。

猫の卵巣腫瘍の 治療方法について

外科手術でできるだけ早く切除することが重要です。

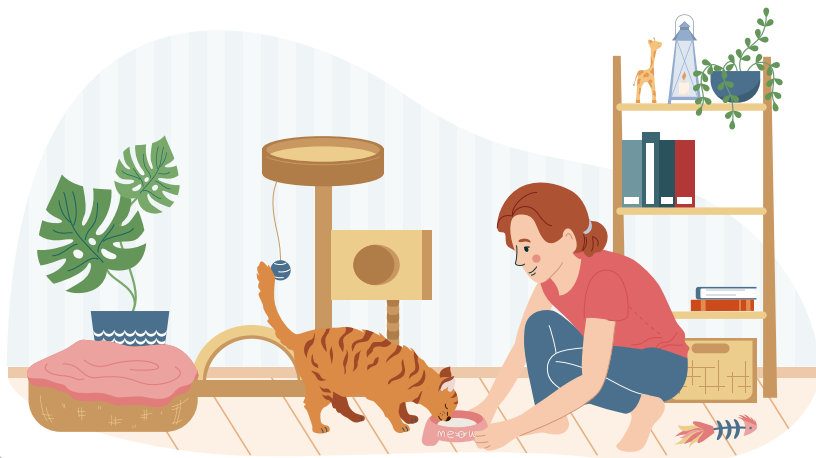
外科手術で卵巣と子宮を切除します。

卵巣腫瘍がある場合には、子宮の内膜が肥厚するなど子宮にも影響性の変化が出ていることが多いため、一緒に切除します。

転移がなく、腫瘍が破裂していなければ手術によつて予後は良好です。

しかし、猫の卵巣腫瘍の大部分は悪性腫瘍です。早期に気づきにくいということもあり、診断時には肺や肝臓、脾臓、腎臓、腹膜、リンパ節などに転移している場合も少なくありません。

転移が起きている場合には、手術後に補助療法として抗ガン剤治療が行われる場合があります。



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)

Happy Horoscope

2024
11/1~
11/30

幸せを呼ぶペット占い

Aries

牡羊座

3 / 21 ~ 4 / 19

今月は少しのんびり
過ごすのが吉を呼ぶでしょう。

愛犬のお散歩もゆっくりペースで、道端のお花を眺めたり、ベンチで休憩したり。愛猫とは日の当たったお部屋と一緒に昼寝がおすすめ。



Taurus

牡牛座

4 / 20 ~ 5 / 20

今月はペットに新しい
友達ができそうです。

愛犬ならお散歩やドッグラン、愛猫なら予防接種や健康診断で素敵な出会いがありそう。オーナー様にも飼い主仲間ができて楽しくなりそう。



Gemini

双子座

5 / 21 ~ 6 / 21

愛犬も愛猫も力が
みなぎって、元気いっぱい月。

愛犬は散歩の催促や、愛猫からは遊びのお誘いがあって嬉しい悲鳴をあげそう。元気すぎて食べ過ぎになりやすいので、おやつに注意して。



Cancer

蟹座

6 / 22 ~ 7 / 22

一見運気が停滞
しているように見える

のですが、実は少しずつ流れがよくなっています。愛犬や愛猫が新しいことを覚えるのに時間がかかっても、オーナー様は優しく見守るのが吉です。



Leo

獅子座

7 / 23 ~ 8 / 22

心配事や不安だった
ことが解決しそうな月。

オーナー様も明るい気持ちで過ごせるでしょう。愛犬との散歩は少し距離を伸ばしてみても。愛猫には転がるおもちゃが幸運を呼びそうです。



Virgo

乙女座

8 / 23 ~ 9 / 22

今月の愛犬・愛猫は
勘が冴えています。積極的に

いろいろ覚えていくので、新しい芸やしつけを教えるといいでしょう。やる気満々だからこそ、適度な休憩を入れるのがポイントです。



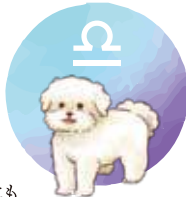
Libra

天秤座

9 / 23 ~ 10 / 23

運気が上昇していて、
ペットにもオーナー様にも

わくわくする楽しみが増えていきます。今月のオーナー様はスマートフォンを持ち歩いていると、ペットに関する有益な情報が得られそう。



Scorpio

蠍座

10 / 24 ~ 11 / 21

散歩コースやドッグラン、
動物病院などで良くも

悪くも注目を浴びそう。オーナー様は深呼吸して、愛犬・愛猫を優しくなでると落ち着くでしょう。今月は新しい首輪が運氣アップのカギ。



Sagittarius

射手座

11 / 22 ~ 12 / 21

愛犬・愛猫にとって
難しそうなことに積極的に

取り組むと開運できる月です。苦手な爪切りやシャンプーなど無理せず挑戦すると吉。動物病院にサポートをお願いするのもおすすめです。



Capricorn

山羊座

12 / 22 ~ 1 / 19

今月の愛犬・愛猫は
ちょっと頑張りすぎて

しまいそう。オーナー様の期待に応えようとして張り切りすぎてしまうようです。疲れているなと思ったら、優しく声をかけて休ませてあげましょう。



Aquarius

水瓶座

1 / 20 ~ 2 / 18

ゆっくりと行動をする
ことで、運気の流れが

よくなりそう。他のペットと競争するような場にはいかず、家でのおんぶりと控えめに過ごすほうが吉です。オーナー様との遊びが絆をふかめます。



Pisces

魚座

2 / 19 ~ 3 / 20

今月は運動より、頭を
使うゲームや遊びをして

過ごすのがラッキーです。かくれんぼやフード探しゲームで楽しむのがおすすめ。シニアの子は、おもちゃを目で追うだけでも刺激になります。



秋の夜長に
睡眠の
質を高める！

夜の習慣を 見直してみましよう

質の良い睡眠は、健康と美容、そして精神的な安定の基盤です。日々のストレスから解放され、リフレッシュした状態で新しい日を迎えるため、夜の長いこの機会に、寝る前の習慣を見直してみましよう。

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。

健康の維持には良質な睡眠が不可欠！

睡眠は「質」が大事…よく耳にしますよね。

しかし、質の良い睡眠とは、単に長い時間眠ることではありません。大事なものは「深く」、「十分に」、「規則的に」眠ること。

睡眠の長さだけではなく、その中でいかに深い眠りを確保できるかが重要です。

質の良い睡眠を得ることで、心身の疲労回復、免疫力の向上、肌の活性化、集中力や記憶力の向上など、さまざまな健康効果が期待できます。

さらに、アンチエイジングにも効果があり、健康や美しさ、そして精神的な若さを保つために不可欠なものです。

しかし、現代社会において、私たちは日々多くのストレスや情報に晒されており、睡眠の質が低下がちです。

秋の夜長は、意識的に睡眠の質を高める良いタイミング。

睡眠の質を向上させるためには「寝る前の時間」を適切に過ごし、それを「習慣化」することで、自分に合った「ナイトタイムルーティン」を確立していくことが大事です。

(※ナイトタイムルーティン＝寝る前に行う一連の活動や習慣)

睡眠不足や質の悪い睡眠は、肥満や糖尿病、心臓病などのリスクを高めるだけでなく、認知機能の低下などの精神的な問題を引き起こす可能性もあります。

この機会にぜひ毎晩の「ナイトタイムルーティン」を見直し、良質な睡眠を手に入れましょう！



01 なるべく決まった時間に寝る

睡眠の質を上げるには、体内時計（サーカディアンリズム）を乱さないことが大切です。

毎日同じ時間に寝て、同じ時間に起きるように心がけましょう。

規則的な睡眠パターンを保つことで、自然と眠くなるタイミングが体で覚え、入眠がスムーズになります。週末でも、睡眠時間を大幅にずらさないように注意したいところです。寝だめの許容範囲は2時間以内、できれば1時間以内が理想的とされています。2時間以内のズレであれば、体内時計を大きく乱すことなくリセットできます。



02 寝る2時間前に「お風呂」

就寝前の1〜2時間はリラックスする時間にしましょう。

日本人に深く浸透する習慣の一つに「温かいお風呂に浸かる」というものがありますね。

実は入浴によって体温が一時的に上昇し、その後、体温が下がっていく過程で自然と眠気が生じます。寝る直前にお風呂に入り、体温が高いままで寝つきにくかった経験はありませんか？

これは体温が下がらないとスムーズに入眠できないためです。そのため、寝る2時間前くらいにお風呂から上がり、体温が徐々に下がっていくタイミングで布団に入るのが理想的です。では、お風呂から上がった後、寝るまでの時間はどうかをぜひ試してみましょう。

03 適切な照明を選ぶ

照明は睡眠の質に大きく影響します。夜は部屋の明かりを暗くし、柔らかな暖色系の照明を使用するのがおすすめです。

明るすぎる照明は、体が「昼である」と勘違いし、覚醒を促してしまいます。

暗くすることで体に「夜である」という信号を送り、睡眠の準備を整えることができます。

余談ですが、高級ホテルでは、窓が大きく、照明が少なめで、昼は自然光を取り入れ、夜は照明が暗めに設計されていることが多いですよ。これは、こうした事実に基づいているのではないかと筆者は考えています。



04 ブルーライトの影響を避ける

照明の話に続けて、スマートフォンやパソコン、テレビなどの電子機器が発するブルーライトにも注意しましょう。

ブルーライトは、睡眠ホルモンであるメラトニンの分泌を抑制し、眠気を妨げる原因となります。

就寝前の1時間は、これらの電子機器の使用を控えるのが理想的です。

とはいえ、パソコンやスマホでの作業が日常化している方も多いかと思えます。

そんな場合は、ブルーライトカットの眼鏡を使用したり、デバイスの夜間モードを活用するのがおすすめです。

また、ブルーライトを避けるために、紙の書籍を読んだり、音楽を聴くのも効果的です。

最近では紙の書籍を手取る機会が減り、本屋さんも少なくなりましたが、筆者はあえての「紙媒体」

を意識的に活用、夜寝る前は紙媒体のテキストを使用して韓国語の勉強をするなどして、ブルーライトを回避するよう努めています。



05 軽いストレッチやヨガを行う

寝る前に軽いストレッチやヨガを行うと、筋肉の緊張をほぐし、心を落ち着かせる効果があります。リラックスした状態で布団に入れるため、スムーズな入眠が期待できます。筆者のおすすめは、深い呼吸を伴うヨガのポーズ。

座り仕事が多いため、太ももや骨盤の前側を伸ばすポーズや、股関節を開くポーズを日課にしています。



06 カフェインやアルコールの摂取を控える

カフェインは覚醒作用があり、摂取後も数時間その効果が持続します。

また、アルコールは一時的に眠気を誘発するものの、睡眠の質を低下させます。

午後以降はカフェインを含む飲み物（コーヒー、紅茶、エナジードリンクなど）の摂取をできれば控えましょう。

とはいえ、夜の会食などでお酒やカフェイン飲料を完全に避けるのは難しいこともあります。そのため、無理せず「減らす」ことを意識してみてください。



07 快適な寝室環境を整える

寝室の温度は16〜20度、湿度は50〜60%程度が理想とされています。

快適な睡眠環境を整えるために、寝る前にお部屋の温度・湿度をきっちり確認する、ということも習慣化してみましょう。「香り」を活用するのもいいですね。

アロマの香りはリラクゼーション効果を生み、睡眠の質を向上させます。寝室でアロマディフューザーを使用したり、枕に数滴垂らすことで、心地よい香りに包まれながら眠りにつくことができます。

ラベンダーやカモミール、サンダルウッドなどの香りは入眠を促進し、リラクゼーション効果が高いとされています。

同じ香りでも日によって感じ方が違うので、楽しみながら深掘りしてみるのも良いでしょう。

以上、質の良い睡眠を得るための、ナイトタイムルーティンとして、有用な手段をまとめてみました。日々のストレスから解放され、リフレッシュした状態で新しい日を迎えるため、夜の長いこの季節にぜひ、見直してみてくださいいかがでしょうか。



おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 02 | ヒハツ&ラフマ

睡眠の質の向上に役立つ / 手の冷えの軽減に / 足のむくみの軽減に



機能的関与成分のヒハツ由来ピペリン類、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。ヒハツ由来ピペリン類は、脚のむくみが気になる健常な女性の夕方の脚のむくみ（病的ではない一過性のむくみ）を軽減する機能、冷えにより低下した血流（末梢血流）を正常に整え、冷えによる末梢（手）の皮膚表面温度の低下を軽減する機能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）の向上に役立つ機能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「シナモン」「ギャバ」「トリプトファン」「イノシトール」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。



秋の野菜で 夏のダメージを乗り切ろう

日没の時間も少し早くなり、秋も近づいてきました。

しかし、まだまだ暑い日が多くて体調管理に油断ができない時期です。

今回は秋にかけて旬を迎える野菜と効能を紹介します。

美味しく栄養価も高くなる旬の野菜を食べて、暑さによるダメージから乗り越えましょう。

管理栄養士 渡邊 優佳



レタス

レタスは夏から秋にかけて旬を迎える野菜です。レタスは旬の時期になるとみずみずしさが増して美味しく食べることができます。

そんなレタスには葉酸、ビタミンKが豊富です。葉酸は赤血球の合成に関わる栄養素で貧血予防のために大切な栄養素です。

実は発汗によって失われやすい栄養素と言われています。

まだまだ暑さが続くこの時期にしっかりと摂りたい栄養素です。

ビタミンKはカルシウムと骨の結合を促進する働きを持ちます。さらに、骨の成分であるコラーゲンの合成を促進させる働きも持つため、骨の健康に欠かせない栄養素です。

またもう少し涼しくなるとリーフレタスが旬の時期になり、おすすめです。リーフレタスはレタスに比べて、ビタミンA、ビタミンE、ビタミンCを多く含む栄養価が高くなります。

レタスは水分が多いため加熱する

ことでカサが減少し多く摂りやすくなります。

ビタミンA、Eは油との相性が良く炒めることで吸収効率が良くなります。

しかし、ビタミンC、葉酸は熱に弱いいため加熱する時間はなるべく短くすることが望ましいです。



なす

夏野菜のイメージが強いナスですが、実は旬の時期は秋まで続きます。

最近の研究でナスにはコリンエステルという機能成分が豊富に含まれることが注目されています。

ナスのコリンエステルの含有量は他の野菜の約3000倍と報告されています。コリンエステルは交感神経の過剰な働きを抑えるため、血圧改善や、ストレス軽減、睡眠の質を改善する効果が期待されています。

またナスの色素成分のナスニンはポリフェノール類の一種で抗酸化作用に優れています。

動脈硬化予防や老化を抑える効果が期待されています。

さらに、ナスニンはブルーベリーの色素成分であるアントシアニンの仲間であり、目の働きを活性化させる効果も期待されています。

その他にも、糖質の吸収を抑える働きを持つポリフェノールのクロロゲン酸も含まれています。

ナスの調理をする際、アク抜きは避けることが望ましいです。コリンエステル、クロロゲン酸は水に流されやすい特徴を持ちます。切った後にすぐに調理をすればアクが出にくくなります。



青梗菜

青梗菜には抗酸化3ビタミンと呼ばれるビタミンA、ビタミンE、ビタミンCが揃っています。優れた抗酸化作用は細菌やウイルスから身体を守る効果や細胞をサビから守る効果が期待されています。また骨の健康に関わるビタミンK、カルシウムも豊富です。

青梗菜のビタミンAやビタミンE

は、油との相性が良いため炒め料理がおすすです。

ビタミンCは熱に弱く水に流れやすい特徴を持つため、お浸しにする場合は電子レンジの活用がおすすです。



ごぼう

ごぼうにはマグネシウムが豊富です。マグネシウムは発汗で失われやすい栄養素で、不足するとこむら返りを引き起こします。

汗をたくさんかくとこむら返りが起きやすくなる原因の一つは、発汗によるマグネシウムの損失が考えられます。また食物繊維が豊富で、水溶性と不溶性食物繊維をバランス良く含みます。

水溶性食物繊維は水分に溶けることで粘着性を持ち、食物の消化管の中の移動をゆっくりにします。腹持ちが良くなることや急激な血糖値の上昇を抑える効果が期待されています。不溶性食物繊維は便のカサを増して排便を促進する効果が期待されています。

その他にもクロロゲン酸やアクチゲニンといったポリフェノールも含まれます。

クロロゲン酸は糖質の吸収を抑える働きが報告されています。アクチゲニンはコレステロールの酸化を抑えて動脈硬化を予防します。

また、睡眠の質を改善する効果も報告されています。ポリフェノールや食物繊維は皮に多く含まれているため、ごぼうは皮ごと食べると良いでしょう。また、クロロゲン酸、アクチゲニンは水に流されやすい特徴を持つためアク抜きは避けることが望ましいです。



里芋

里芋はヌメリ成分のガラクトンムチンは、胃腸の粘膜を保護して胃酸から守ります。また、糖質の吸収をゆっくりにして血糖値の上昇を緩やかにする効果もあります。

さらに、里芋は芋類の中でもカリウムが豊富です。カリウムは余分

なナトリウムの排出を促し、血圧降下やむくみの改善効果が期待できます。

里芋はぬめり成分が出すぎると味が染み込みにくくなったり、煮汁が泡立ってしまいます。しかし、ぬめりを取るために下茹でをしてしまうとガラクトンやムチン、カリウムが流れてしまいます。

里芋のぬめりは塩もみで取ることがおすすです。下茹でする場合はなるべく短時間にするのが良いです。



しめじ

しめじにはビタミンDが豊富です。ビタミンDはカルシウムの吸収を促進する働きを持ちます。

最近の研究で、ビタミンDは免疫にも関わる栄養素であることが報告されています。

また、旨味成分としてグルタミン酸が豊富です。

グルタミン酸は免疫力低下や疲労の原因となる有害物質のアンモニアを排出させる働きがあります。

きのこは冷凍保存することで美味しさも栄養価も高まります。冷凍することで細胞膜が破壊され旨味成分が出やすい状態になります。

冷凍したきのこは、生のきのこに比べて旨味成分が約3倍増えると言われています。

まとめ

夏から秋にかけて旬を迎える野菜は発汗により失いやすい成分や、暑さによる乱れやすい自律神経を整える栄養素が多く含まれていて体調管理に役立ちます。

また栄養価も高く美味しく食べられる旬の野菜も、調理方法や保存方法を工夫すればより高い効果が期待できるので、今回ご紹介した方法をぜひ実践してみてください。





血糖値が上がるとなぜ悪い？ 良好な血糖コントロール につながる食べ方

症状がでないならなぜ血糖値が高いとダメなのか？と疑問に思いますよね。
今回は血糖コントロールの重要性や食生活のポイントについてご紹介します。

管理栄養士 赤井 麻里子

生活習慣病の中でも取り上げられることの多い「糖尿病」。令和元年の国民健康・栄養調査によると、日本人の5〜6人に1人が罹患しているといわれています。みなさんも一度は聞いたことがあるのではないのでしょうか。糖尿病は高い血糖値が続く病気です。ただ、自覚症状が乏しく、自覚のないままに症状が悪化してしまう、というケースも多くあります。

症状がでないならなぜ血糖値が高いとダメなのか？と疑問に思いますよね。今回は血糖コントロールの重要性や食生活のポイントについてご紹介します。

高血糖とは

通常、食べ物を食べて血糖値が上がると「インスリン」というホルモン分泌され、血糖値を正常に保っています。しかし、何らかの原因でインスリンの分泌量が低下したり（インスリン分泌低下）、効きにくくなったり（インスリン抵抗性）することで高血糖が起ります。食べ物から得たブドウ糖が体内

で有効に利用されず、血液の中に多くとどまり、血液中のブドウ糖の量が過剰になってしまう状態を高血糖というのです。

高血糖はなぜ危険なのか

血糖値が高い状態が続くことは、血管を傷めつけることにつながります。のどが渇く、疲れやすくなるなどの症状が出るほか、高血糖状態は将来的に神経障害や網膜症、腎症といった合併症につながってしまいます。

このような将来的なリスクを下げるためにも、血糖値のコントロールは重要になります。

高血糖になる原因

糖尿病には1型糖尿病、2型糖尿病、その他疾病や薬による高血糖、妊娠糖尿病があります。

ここでは生活習慣が大きく関連する2型糖尿病の原因についてご紹介します。

下記のような生活習慣が原因として挙げられます。

● 肥満

● 間食習慣

● 過食

● 早食い

● バランスの偏った食事（炭水化物中心など）

● 不規則な食事・生活リズム

● 運動不足

● ストレス

● 遺伝的要因

良好な血糖コントロールのための食習慣

2型糖尿病の原因として食事の習慣がいくつかが挙げられることから、血糖値を良好に保つには食習慣を見直すことが非常に重要です。具体的にはどのような食習慣が望ましいのでしょうか。

● 食量を守る

肥満がある場合は特に、自分に必要なエネルギーはどのくらいかを知り、1日のエネルギー量を知ることが大切です。過体重は血糖コントロールを悪化させるので注意しましょう。必要エネルギーは下記で求められます。

摂取エネルギー量(Kcal) 〓

標準体重 × 身体活動量

※標準体重(kg) 〓

身長(m) × 身長(m) × 2.2

※身体活動量 〓

・軽い労作(デスクワークが多い

職業など): 2.5~3.0

・普通の労作(立ち仕事が多い職

業など): 3.0~3.5

・重い労作(力仕事が多い職業な

ど): 3.5~

例えば適正な摂取エネルギーが1600Kcalの場合、1000Kcalの外食をしてしまうとその他の食事で全然エネルギーがとれないですよね。適正な摂取エネルギーを知ることで、外食メニューの選び方も上手に行うことができます。

●野菜やきのこ、海藻類も積極的にとる

食べたとき、血糖値の上がり方が最も急激になるのは主食のこはん、パン、麺などの炭水化物です。うどんとおにぎり、など炭水化物

中心の食事になると、血糖値は上がりやすくなります。

そこでとっていただきたいのが食物繊維です。食物繊維はほとんど消化吸収されないので食後の血糖値を上げないばかりか、血糖値の上がり方をゆるやかにしてくれます。

葉物野菜、緑黄色野菜、海藻類、こんにゃく、きのこ類などは、両手一杯分の量を1日で3杯を目指してとりましょう。

しかし、芋類、れんこん、コーンなどは野菜の中でも炭水化物が多いので、少量ずつで楽しみましょう。

●1日三食食べる

食事と食事の間を適度に空け、朝、昼、晩に分けて食べましょう。朝食を食べずに1日2食の場合たと1日3食の場合では、3食食べたほうが1日の血糖値の上がり方がゆるやかになります。朝、どうしても食欲がない、という方は、ヨーグルトや豆乳など、軽く食べられるのが良いですね。

夕食は就寝の3時間前には食べ終えましょう。

お仕事等でどうしても夜遅くなってしまう、昼食から夕食まで7時間以上空いてしまう、という場合は、夕方におにぎりなどの補食をとり、夕食は野菜など血糖値が上がりにくいものを軽く食べる、という分食がおすすです。

●食べ方を工夫する

食べる早さ、順番もポイントです。まずは血糖値がゆるやかに上がる野菜やたんぱく質のおかずから食べ始めましょう。

◎野菜を5分程度、時間をかけて食べる

◎メインおかず(たんぱく質)を半量、5分程時間をかけて食べる

◎残りのおかずと主食を食べる

このように、ごはんやパン、麺などの主食の炭水化物に進むまでに10分程度時間をかけられると理想的です。野菜やおかずを先に食べることで、血糖値の急上昇を防ぐことができます。

●間食は上手に楽しむ

食事以外に間食を食べるとその都度血糖値は上がってしまいます。

一般的に食後の血糖値は2時間程度で下がりますが、間食を挟むことで十分に血糖値が下がりにくならないまま次の食事を迎えてしまうため、どんどん血糖値が高くなってしまいます。

おやつを食べたいときは昼食後すぐのタイミングがおすすです。

食後に楽しむことでおやつのでか食いにもつながりにくく、血糖値が下がる時間も確保できます。清涼飲料水、エナジードリンク、加糖コーヒーも同様です。こまめに飲むことは控えましょう。

まとめ

血糖値は自分で異常を感じるところとはなかなか難しい検査値です。定期的に検査を受け、モニターングをすることにも、食事の工夫で健康な血液状態を保っていきましょう。

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

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
	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
	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チルシラポニン...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ノンチロソール
 ※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

内容量 18.72mg (312mg × 60粒/30日分)



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

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

内容量 29.1g (485mg×60粒/30日分)



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)

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

内容量 24g (400mg×60粒/15日分~30日分)



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)

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

内容量 36g (300mg × 120粒/30日分)



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 100 mg (4粒含有量)

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

内容量 35.4g (590mg × 60粒/15日分~30日分)



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

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 / ゴマ油 / 米油 / ゴマ抽出物 / 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

内容量 35.73g (397mg × 90粒/30日分)



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)

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。

ウィズベティお客様窓口: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)
 株式会社ウィズベティ

  **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)
 株式会社ウィズベティ

  **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