

[会報誌]



×



ウィズ倶楽部

Vol. **115**

毎月発行
2025/05

「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

- 愛犬と愛猫、ほめ方の違いはある？
共通点も知って上手にほめたい!..... p04
- うちの子が認知症に!?ペットの認知症との付き合い方
ペットの認知症との付き合い方..... p08

人向け記事byウィズメディカ

- 近年ますます注目されている「腸内細菌」
健康長寿と腸内細菌について..... p20
- 対処法について解説
腰痛のときにはどのように対処すればいい?..... p24

Vol. 115

[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** 愛犬と愛猫、ほめ方の違いはある？
共通点も知って上手にほめたい！
- P08** うちの子が認知症に！？
ペットの認知症との付き合い方
- P11** 対処法を紹介
子犬の甘噛み対策
- P13** 愛玩動物飼養管理士より
猫の放し飼いのデメリット
- P15** 犬の病気辞典
犬の急性肝炎について
- P17** 猫の病気辞典
猫の腸の腫瘍について
- 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** 近年ますます注目されている「腸内細菌」
健康長寿と腸内細菌について
- P24** 対処法について解説
腰痛のときにはどのように対処すればいい？
- P26** なぜ太りやすくなる？
中年期の代謝低下と食生活の見直しについて



ウィズペティ犬猫病気辞典
YouTubeチャンネル
開始のお知らせ

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



チャンネル
登録よろしく
お願いします。

\\ 愛犬と愛猫、ほめ方の違いはある? //

共通点も知って上手に

ワンちゃんとネコちゃんではほめ方に違いはあるものの、共通点がいくつかあります。まずは「同じポイント」をチェックしておきましょう。

ほめたい!

01

まずはほめ言葉の意味を教える

オーナー様の「いい子!」などほめ言葉を教えてあげる必要があります。そもそもワンちゃんもネコちゃんもほめ言葉の意味が最初はわかりません。言葉で「ミニニケーションをとらないので当然ですね。特にワンちゃんの場合わかりやすくほめてもうれしそうにしていなければ意味がわかっていないことになります。教え方は、簡単。例えばオスワリができた瞬間に「いい子!」といって「ほっぴのおやつを与えるのです。繰り返しているうちにオスワリをすると「いい子」と言われて大好きなおやつがもらえてうれしい」とがあるかと理解するようになります。最終的に「いい子」と言われて愛犬が尻尾を振ったり、愛猫がスリスリしてきたりすれば、ほめられているとわかってくれたといえるでしょう。

02

いいことができた瞬間にほめる

タイミングがずれると、愛犬も愛猫の何でほめられたのかがわかりません。できた瞬間にその場でほめることがポイントです。

ワンちゃんネコちゃん
どちらも当てはまる
ほめ方



ごほうびのおやつは 量と与えるタイミングに注意！

ごほうびにおやつが過剰になりすぎないように注意しましょう。ほめる際にはおやつは欠かせません。実際、「ほめられた」と思わせるには非常に効果的です。しかしいつも与えていると、カロリーオーバーになる恐れも。



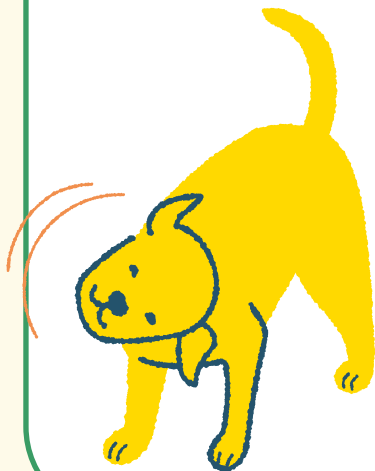
基本的には、おやつは1日の摂取カロリーの10〜20パーセントが目安です。おやつでお腹いっぱいになってフードが入らないといったことがないようにします。かといって突然おやつを与えるのをストップすると、モチベーションも下がってしまうので注意してくださいね。食べ過ぎを防ぐには、「ごほうびの時だけ」とっておきのおやつを与えるという方法もおすすです。例えば何か新しいことを教える時や、爪切りなど愛犬・愛猫が苦手なお手入れをする時だけに限定しま

す。

タイミングとしては空腹時を狙えば、より効果的でしょう。

ネコちゃんのお手入れなどは特に毎回のおやつは効果的です。

ワンちゃんの場合は慣れてきたら、徐々に「ほめ言葉が主体で時々おやつ」といったスタイルにしていくのもいいですね。





ワンちゃんの場合は「わかりやすく明快に」

わかりやすく明快な言葉で

「おりこう!」「いい子!」

ワンちゃんをほめる場合は、わかりやすく明快な言葉で「おりこう!」「いい子!」と言ってあげましょう。ワンちゃんはオーナー様の表情もよく見ているので、笑顔でほめることも大切です。テレビなど他のことに気をとられながらほめた場合は、ワンちゃんにはなかなか伝わらないので要注意です。「マテ」など新しいことを教えている時は、明るく元気にほめてあげましょう。一方、動物病院の待合室やドッグカフェなど静かにするシーンでは落ち着いた声でほめると効果的で



すよ。なでられるのが好きな愛犬なら、なでるのもほめることにつながります。普段からなでてもらうとうれしいところを把握しておくといいですね。ただし、なでられるのが苦手な子もいるでしょう。その場合は無理になでないようにしてくださいね。



愛犬・愛猫に合ったほめ方でハッピーに

愛犬・愛猫もほめられるとうれしくて、ますますオーナー様が大好きになります。おやつだけでなく遊び、なでるなど愛犬・愛猫が好きなほめ方で、たくさんほめてあげてくださいね。





ネコちゃんの場合は「静かにほめる」

大きな声はNG

ワンちゃんのように明るく大きな声だと驚いてしまい、逆効果になることも。

オーバーな身振り手振りで大声でほめると、むしろ驚いて怖がってしまう恐れもあるので注意しましょう。

子猫がトイレに成功した時など、うれしさのあまり大声を出してしまふ可能性があるので注意が必要です。



言葉よりおやつ

おもちゃが効果的なことも

爪切りなどの苦手なお手入れなどの際にほめるなら、言葉よりもおやつが効果的。

その際に静かに「いい子」「など」とやさやくといいでしょう。

好きなおもちゃがあるのなら、おもちゃで遊ぶのも実はほめることにつながります。

なでられるのが好きな愛猫は、好きな場所をたつぷりなでてあげましょう。

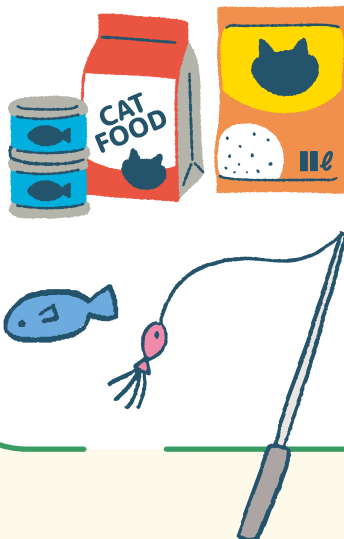
こうしてみると、「ネ」ちゃんは言葉でほめるよりも「おやつ」「おもちゃ」「なでる」などが明確に伝わりやすいとわかります。

ほめても反応が薄いなどと思ったら、

おやつやおもちゃ、なでるなどを試してみてくださいね。

自由を好む「ネ」ちゃんの場合は「そつとしておく」ことが、「ほうび」になつてうれしい場合もあります。

お手入れのあとや病院のあとなど、お家で好きなようにさせてあげるのも効果的ですよ。





うちの子が認知症に!? ペットの認知症との 付き合い方

ペットにも認知症があるということをご存じでしょうか?認知症は発症してしまうと根治することはできず、緩和治療を行っていても緩やかに進行していく病気です。そんな認知症になってしまったペット達に、飼い主である私たちがしてあげられることにはどんなことがあるのでしょうか?

獣医師 齋藤厚子

認知症とは?

認知症(認知機能症候群、高齢期認知機能不全などともいう)とは、高齢期に認知機能が徐々に低下していき、複数の特徴的な行動障害を示すようになる症候群です。加齢による脳の萎縮や機能の低下によって、それまで日常的に行ってきた生活動作がうまくできなくなり、しつこくを忘れてしまったり、性格が変化したり、無目的な吠えや徘徊などといった様々な症状がみられます。人医療分野では発症のメカニズムや治療方法などが研究され、各種検査に基づいてアルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症、血管性認知症などといった分類もされており、近年は初期の認知症患者の治療薬が開発されてきています。しかし犬や猫の認知症の発症メカニズムの詳細はまだ不明な部分が多く、ヒトのような病型の分類はされていません。ヒトのアルツハイマーの病態と類似するのではないかと考えられてきましたが、細胞に起こる変化が異なっていたり、脳細胞の変化が認知症の発症と本当に関連しているのかどうかは不明瞭な部分が多く、犬や猫とヒトの認知症の発症メカニズムは全く同じではない可能性が示唆されています。柴犬などは認知症の好発犬種としてもよく知られており、また、目が見えなくなる、耳が遠くなることで外部からの視覚的・聴覚的な刺激が減少することや、歯を失うことによる噛む刺激の減少、てんかんなどの神経症状を示す持病の有無、寝たきりになること、運動不足などは認知症の

発症リスクを上げる要因として考えられています。

認知症の特徴的な症状

認知症の症状としてよく見られるものを以下に挙げます。

- ポーっとしていることが増える
 - 飼い主さんや周りの物事に無関心になる
 - 無目的に歩き回る(徘徊)
 - 同じ場所をぐるぐる回る
 - 家の中で迷う
 - 部屋の角や狭いところに入り込んで抜け出せなくなる。
 - 昼と夜が逆転する
 - 排泄を失敗する
 - しつこく(コマンド)を忘れる
 - 無目的に鳴く、吠える
 - 性格が変わる
 - 不安行動が増える
- これらのうちのどの症状がみられるかは症例ごとに異なりますが、多くの場合はこのうちの2つ以上の複数の症状が現れ、進行とともにその数や症状の強さが増加していきます。これらの症状は脳や神経に重大な病気を抱えている場合や、加齢とともに増えるホルモン疾患・内臓疾患の場合、歩行に異常を起す可能性のある関節疾患などでも見られることがあるため、それらの病気と鑑別診断をすることはとても

重要ですが、鑑別のためには一般的に全身状態を把握するための血液検査・ホルモン検査、尿検査などが行われ、必要に応じてレントゲン、超音波検査なども行います。

脳腫瘍や脳炎、水頭症など脳や神経の病気を疑う場合にはMRI検査などが可能な二次診療施設などへの受診を提案されることもあります。ただしMRI検査をするためには全身麻酔が必要となり、検査できる施設が限られ、費用も高額になってしまいます。必要に応じて行われるのが一般的で、年齢や全身状態を加味して認知症が濃厚に疑われる場合には必ずしも行われる検査ではありません。認知症の場合、症状は時間の経過とともに緩やかですが徐々に進行していきます。特に問題となるのは、昼夜の逆転と無目的な鳴き(吠え)で、集合住宅などに住んでいる場合にはその声が近隣からのクレームにつながることも多く、飼い主さんの精神的なストレスにもなりがちです。そのため、認知症であることが疑われた場合にはできるだけ進行させないように早期から積極的に対策していくことをお勧めします。

認知症に対してできる治療

現段階で認知症を治す治療方法はありません。人医療では初期のアルツハイマー病の患者さんに有効とされる治療薬が開発され、実際に治療も開始されたようですが、その適用は限られているのと、現段階では治療費がとつともなく高額になることが報じられています。

将来的にはそのようなお薬が獣医療分野でも活躍する日が来るかもしれません。まだまだ遠い先の話になりそうです。

動物の認知症に対してできる治療としては、認知症に伴って現れている症状を緩和する治療と、認知症の進行をできるだけ抑える治療となります。

認知症で現れている症状に対する治療としては、大きく分けると以下のようなお薬が使用されることがあります。

- 認知症の症状全般に対する治療
- 昼夜の逆転を改善する治療
- 寝つきを良くする治療
- 不安感を軽減する治療

認知症の症状全般に対する治療では、脳の神経伝達物質を増やす作用のある塩酸セレギリンやドネペジル、脳の血流を良くすることで脳循環を改善する作用のあるニセルゴリンやプロベントフィンといったお薬が使用されることがあります。

これらのお薬はそれぞれどんな症状に対して効果が出やすいかが異なり、症状の組み合わせによっては投薬が好ましくないケースがあると考えられます。

またドネペジルは動物薬として使用承認されていないほか、プロベントフィンは国内では入手できません。塩酸セレギリンは後述する抗不安薬をはじめとする精神作用のある他のお薬との併用は禁忌でその他にも様々なお薬との飲み合わせに注意を要するため、投薬の開始についてはかかりつけの獣医さんとよく相談することが重要です。決して飼い主さん独自の判断で投薬

を始めたり、急に投薬をやめたりしないようにしましょう。昼夜が逆転して夜間の不眠がみられる場合は、昼と夜のメリハリをつけ体内時計を調整するために、朝日を浴びる、日中は日光浴をする、夜は電気を消して眠りを誘発するなど環境面での配慮をしたり、後述するサプリメントやメラトニンという睡眠に関わるホルモン剤を補充して症状の緩和を目指します。

これらの治療を行っても改善せず、夜間にひどく鳴くことが問題となってしまう場合は、鎮静作用のあるお薬を使用することで睡眠を誘発することを検討します。

認知症によって不安行動が強くなってしまふ場合、例えば飼い主さんがいなくなるとう鳴く、物音や知らない人を怖がり過剰反応してしまうような場合は、抗不安薬や抗うつ薬などで症状が緩和するかどうかを見ます。お薬の効果の出方は個体差があり、お薬の組み合わせ、投薬量や投薬方法についてはかかりつけの獣医さんと密に連絡を取り、よく相談することが必要です。

認知症を進行させないために……

認知症の進行を遅らせるためには、食事やサプリメントで脳の機能維持に有効とされる成分を積極的に摂取すること、お散歩などの適度な運動を継続すること、脳を使った遊びを取り入れること、脳トレなども有効とされています。

① 食事

食事は大前提として年齢に合った食事を選

ぶことが基本です。認知症を発症するのは高齢期ですので、ベースとしてシニア用の総合栄養食を選びましょう。その上で抗酸化物質や脳に良い成分を含む栄養バランスの整った良質なフードを選ぶことを意識しましょう。シニア用のフードの中には、脳の健康維持のためにオメガ3脂肪酸が添加されていたり、エイジングケアのために抗酸化成分などが強化されているものが多くありますので、そのような食事を選んであげると良いですよ。

ただし、基礎疾患がある場合、食事療法が必要な疾患を治療している場合、肥満傾向であると指摘されている場合等には、それぞれを優先してフードを選ぶ必要がありますので、かかりつけの病院で相談して決めるようにしましょう。

② サプリメント

サプリメントは必ず摂らなければいけないものではありませんが、特に積極的に摂取させてあげたい成分を補充するのに便利で、認知症の進行予防におすすめの成分は、認知機能の改善が期待されるDHA、EPAや、脳細胞の酸化傷害を防ぐために抗酸化物質であるビタミン類(ビタミンA、ビタミンC、ビタミンEなど)、コエンザイムQ10、ポリフェノール類(フェルラ酸、フラボノイドなど)などが代表的ですが、その他にも様々な成分が認知機能の低下予防に役立つとされています。

以下に認知症に対応したサプリメントに含まれる代表的な成分とその効果を紹介します。

● DHA、EPA・オメガ3脂肪酸の一種で、青魚に豊富に含まれています。神経細胞の发育や神経伝達物質を増やすことで脳を活性化して機能維持に重要な役割を果たしています。また血管や赤血球の細胞膜を柔らかくして健康に保つことで、血流を改善する効果があります。

● 抗酸化ビタミン類(ビタミンA、ビタミンC、ビタミンEなど)：脳は代謝が活発で大量の酸素を消費するため、活性酸素がたくさん発生します。活性酸素は細胞や組織にダメージを与え、加齢に伴う病気の発生に関与しています。ビタミンEやビタミンCなどのビタミンをはじめとする抗酸化成分は、活性酸素を除去するのに役立ち、脳細胞のさらなるダメージを減らしてくれる作用があります。

● コエンザイムQ10：強い抗酸化作用を持ち活性酸素を抑えながら、抗酸化ビタミンであるビタミンEの働きを助けます。

● フェルラ酸・玄米や米ぬかに含まれる天然ポリフェノールの一種です。

脳神経の健康を維持する働きがあり、加齢に伴い蓄積する脳のダメージを軽減し、DHAやEPAが働きやすいようにサポートしてくれる効果も期待できます。

● イチヨウ葉エキス：血管の健康を維持しつつ血管を拡張して血行促進に役立つフラボノイドや、強力な抗酸化力によって脳細胞を活性酸素から守るギンコランなどを含みます。また人のアルツハイマー型認知症の原因物質であるアミロイドβタンパクの蓄積を妨げる働きもあるとされています。

●亜麻仁油:アマの種子から抽出された油で、オメガ3脂肪酸の一種であるα-リノレン酸を豊富に含みます。

α-リノレン酸はEPAあるいはDHAに変化して脳の栄養素として働き、脳機能を活性化してくれます。

●GABA:アミノ酸の一種で神経伝達物質として働きます。ストレスを軽減したり興奮を抑える効果があります。

認知症の動物の中には不安感が強くなってしまったりケースもあるため、GABAをすることでリラクセスさせ不安傾向を軽減させる効果が期待できます。また興奮状態を抑え睡眠に入りやすくしてくれる効果もあります。

ウイズベティのサプリメント「毎日一緒DHA・EPA」は上記の様な脳機能の維持に役立つ成分をバランスよく含んだサプリメントです。認知症の犬猫の治療の大きなサポートになってくれる可能性がありますので、ぜひお試しください。

③知育遊び・運動

認知症になってしまっても、可能であればお散歩の習慣は続けるようにしましょう。適度な運動は筋肉を維持して自分の足で歩ける期間を長く保つ上で重要です。外で風を感じたりいろいろな臭いを嗅ぐこと、車の音をきいたり土や草を踏む感触、他のワンちゃんとの触れ合いなど、適度に様々な外界からの刺激を受けることは認知症進行の予防に役立ちます。自宅からあまり出ない子では、知育玩具で遊ばせたり、おやつを隠して探索させたり、

飼い主さん自身がおもちゃで誘って遊ぶことで適度に運動させてあげるのも効果的です。動物がワクワクするような適度な刺激を与えながら運動することは脳を活性化させ、認知機能の維持につながります。同じような観点から、日光浴をすること、マッサージをしてあげることなども心地よい刺激を与え脳の活性化につながりますので、ぜひ取り入れてみてください。

認知症のケアをするとき、しておきたいこと

認知症になると、以前はなかったような行動がみられるようになり、それらによって怪我をしたり命に関わる状態になる場合もありますので、生活環境を見直しあらかじめ対策しておきましょう。

徘徊がみられるワンちゃん、猫ちゃんの場合、普段は入り込まないような場所に入ってしまうようになったり、階段やペランダから転落してしまう危険があります。

無目的に歩くようになってしまった場合は危険な場所には入れないようにゲートを設置したり、行動範囲をある程度制限できるようにサークルを設置したりすることを検討しましょう。サークル内に「ご飯やお水、トイレなどをセットしてあげることで、歩行の異常が症状として現れている場合にもアクセスしやすくなります。必要に応じて食器を少し高さのある台に置いてあげ、トイレの容器は縁の段差が高くないものにしてあげると入りやすくなり、排泄の失敗回数が減ることがあります。

ペットが過ごす場所は人の出入りが多くて落ち着かない場所や外の大きな音が響くような場所は避け、静かにゆっくり過ごせる場所を選ぶようにしましょう。

やんちゃな同居猫・犬がいる場合や家庭内に小さなお子さんがいる場合には、その過剰な干渉を避けられるように配慮してあげると良いでしょう。排泄の失敗は症状の進行とともに高率に現れます。失敗してもある程度場所が決まっている場合や、寝ている間の失禁の場合は、あらかじめペットシーツを敷いておけば、飼い主さんの負担も

少なく済みます。いつどこで排泄してしまいかわからない場合は、動物にとっては少し不快かもしれませんがオムツの装着も検討しましょう。認知症によって不安症状が強く出ている場合には、生活スペースに犬や猫のフェロモン剤などをスプレーしたり拡散させることでリラクセス効果を高め、症状を軽減できるかもしれません。

このようにペット達が過ごす環境を整えることは、犬猫自身だけでなく、飼い主さんの負担を軽減することにもなります。時には数年にわたってケアが必要になることもありますので、症状や愛犬・愛猫の体の状態に合わせて快適に過ごせる工夫を模索してみましょう。

認知症になってしまった愛犬・愛猫と長く付き合っていくために

ペット達が認知症になってしまったとき、そのお世話には「介護」の要素が強くなりま

す。排泄のケアや自力で食事がとれない場合には食事の介助、寝たきりになってしまった場合には定期的な体位変換、加えて昼夜を問わない吠えへの対応等、症状によっては誰かが常に近くにお世話にあたらないければならない状況になります。

そのため、お仕事をされている飼い主さんがお仕事を休んだり、勤務形態を変えることを余儀なくされることもあります。

大きな声で鳴いたり吠えたりしているのをどうやっても制御できず、「近所からのクレームが来るようになってしまつと、飼い主さんもさらに精神的に追い詰められてしまひ、長年連れ添った愛犬・愛猫なのにお世話をするのが辛い...、そんな風に思ってしまうことがあるのも仕方ない状況になってしまつともあります。

そんな時は一人で抱え込まず、積極的に病院で相談しましょう。「治す」治療方法はありますが、症状を緩和する方法はいくつかあります。それだけでなく、誰かにその悩みを聞いてもらつと、いろいろな経験を積んでいる病院のスタッフに共感してもらひ一緒に考えてもらつと、心の負担や疲れがかなり楽になります。

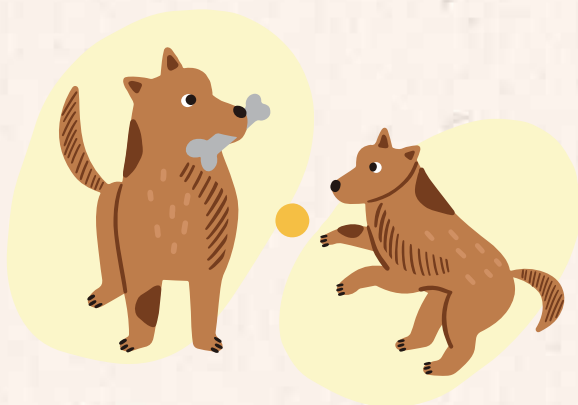
場合によっては、一時的に預かりをしてもらうことができれば、飼い主さんの休息時間も作れます。長寿と呼ばれるまで元気で頑張ってくれている愛犬・愛猫を最期に悔いなく見送れるよう、日々できることを模索し、ペットたちが安心して過ごせるようなケアを目指しましょう。

子犬の甘咬み対策

子犬に甘咬みされたとき、そのまま咬ませ続けて遊んだり、強く叱ったりしていませんか。

この記事では、甘咬みに対する正しい対処法を紹介します。

愛玩動物飼養管理士 濱亜由子



子犬が人の手をじゃれ咬みするこ
とはよくありますよね。

この行動は、「甘咬み」と呼ばれ、
子犬にとっては正常な行動のひとつ
です。しかし、正しい対策をとら
ないと、咬みつきの加減を学ばず
に、成犬になったときに本気咬み
といった問題行動に発展してしま
う場合があります。この記事では、
そのような問題行動に発展する
前に、とるべき対策を紹介します。

おもちゃを咬ませる

とてもかわいい子犬の甘咬みには、
つい応えたくなくなってしまいま
せんか。しかし、かわいいから、好きな
ように遊ばせてあげたいからと言
って、このような対応を続けるの
は良くありません。子犬が「人の
手は咬んでも良いものだ」と学習
してしまつからです。
成長して咬む力が強くなると、手
に負えなくなってしまうので、最
初から手を咬ませないように教え

ることが大切です。

効果的な対策は、おもちゃを咬ま
せることです。子犬は遊びのつも
りで甘咬みをしてきます。そのた
め、近くに寄ってきたら、おもちゃ
を与えて、咬ませてあげるように
仕向けましょう。また、おもちゃは
咬みたいという欲求を満たすので、

無視をする

おもちゃを与えても、毎回甘咬み
を回避できるというわけではない
でしょう。

そこで、子犬に甘咬みされてしま
ったときの対処法を紹介します。
最も簡単で効果的な方法は、
①「痛いー」などといった、短く分
かりやすい言葉を発する。

②子犬に背を向け、落ち着くまで
数十秒無視をする

③落ち着いたら遊びを再開する
これを繰り返します。

しかし、無視だけでは落ち着かず、
さらに甘噛みをしてくることもあ
ると思います。

そのような場合は、部屋から出て、
子犬を一人にさせてみて下さい。

かわいそうな対応かもしれませんが、
これを繰り返すことで「飼い主
を咬むと、楽しい遊びが中断して
しまう」と学習してくれるので、甘
咬みの頻度が減少します。

愛犬とお互いが心地よく過ごす
ためにも大切なしつけなので、ぜ
ひ試してみてください。

叱らない、騒がない

次に絶対にはいけない対応を
2点紹介します。1点目は、「子犬
を強く叱ったり、叩いたりするこ
と」です。このような罰を用いた対
応は、子犬に恐怖を与えてしま
います。そのため、甘咬みが治らな
いだけでなく、本気咬みに発展して
しまう可能性があります。

2点目は、「大声で騒いだり、激し
い動きをすること」です。犬が苦し
な子供などが甘咬みされると、大
声で騒ぐかもしれませぬ。

また、大人が遊びの延長で激しく動きながら、甘咬みをしてくる犬と遊ぶことがあるかもしれませんが、しかし、この対応は子犬をさらに興奮させ、咬みつきたいという欲求を高めてしまいます。

犬にしつけをするときは、一貫性が大切です。人によって対応が違つと、犬は正しい行動を理解できずに混乱してしまいます。犬が困つてしまわないように、家族でルールを共有し、一貫した対応を心掛けて下さい。

もし本気咬みが起こつたらどう対応する？

次に甘咬み対策ではありませんが、本気咬みについても少し紹介したいと思います。子犬の咬みつきは、遊んでいるときだけに起こるものではありません。たとえば、撫でようとしたときやリードを付けたときなど、などといった場面です。理由は、手が怖い、触られたくない場所がある、体が痛い

などが考えられます。この時に、

注意してもらいたい対応があります。それは、「手を引っ込めること」です。してしまいがちな対応かと思ひますが、咬んだら手を引っ込めた。犬にとつて都合の良いことが起きたと学習してしまつてからです。そのため、手を引っ込めるといふ対応を繰り返すと、子犬は手を近づけただけで、強く咬むようになってしまいます。しかし、そうはいつても、手を引っ込めずに本気咬みに耐え続けるのは難しいです。よね。そこで、ボディタッチに慣れてもらうことが大切になります。大切な日々のお手入れや、触れ合いを楽しむためにも、犬が喜んでくれるごほうびを用意して「飼い主が体に触れたら、良いことが起きる」と少しずつ覚えていってもらつて下さい。

また、いくら対策をしても咬み癖が治らない場合は、獣医やドッグトレーナーのようなプロに相談す

ることも良いでしょう。

まとめ

いかがでしたか。この記事では、子犬の甘咬み対策について紹介しました。甘咬みが起きたときは、まずはおもちゃを与える。それが難しいときは、無視をする。そして落ち着くまで背を向けて待つことが大切です。決して怒らずに、一貫した方法で、人の手は咬んではいけないと理解してもらつて下さい。また、ボディタッチに慣れてもらうことも必要でしょう。

犬との暮らしは、ブラッシングや歯磨きなど触れ合う機会がたくさんあります。

また、犬を撫でたり、そばにいて癒されたいときもあるでしょう。

そんな時に、お互いが嫌な気持ちにならずに、ストレスなく生活するために、楽しく正しく甘噛み対策をしてあげて下さい。

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。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)

猫の放し飼いのデメリット

最近では、猫は「完全室内飼い」が推奨されています。家と外を自由に出入りする猫は一見幸せそうに見えますが、本当にそうでしょうか。この記事では、猫の放し飼いのデメリットについて紹介します。

愛玩動物飼養管理士 濱亜 由子

現在放し飼いされている猫は、一般社団法人日本ペットフード協会が実施した令和5年の調査によると、約17%存在することが分かっています。かつては一般的な猫の放し飼い。かなり少なくなっていますが、まだゼロにはなっていないです。また、平均寿命は、完全室内飼いが16.25歳であるのに対して、放し飼いは14.18歳となっています。これが何の原因となっているのでしょうか。今回は、猫の放し飼いのデメリットを紹介します。

交通事故にあうかもしれない

これはデメリットとして、一番最初に思いつく方も多いと思います。がとても大切です。なぜなら、交通事故で命を落としてしまう猫は、殺処分よりもはるかに多いからです。これには、猫の習性や本能が関係しています。まず、猫の視野は犬と比べても狭いです。そして、驚いたときや危険を察知した

ときに、立ち止まってしまったり、た習性があります。そのため、車の光や音に反応し、事故にあってしまうケースが多いのです。また、猫には獲物を捕らえるハンターとしての本能があります。動いているものを見ると無意識に追いかけてしまします。

感染症の危険

そのため、道端で見つけた小動物や虫を追いかけて、道路に飛び出してしまったりといった危険性もあるのです。

次に気をつけなければならないのは感染症です。縄張り争いや発情期によく見られるケンカによって、「猫免疫不全ウイルス」や「猫白血病ウイルス」といった難治性の感染症にかかると危険があります。どちらも発症してしまうと完治できない非常に怖い感染症です。ワクチンを接種しているから大丈夫と思う飼い主さんもいるかもしれませんが、ワクチンは完全に感

染を防げるものではないので、やはり注意が必要となります。

近隣トラブル

最後に紹介するのは、近隣トラブルです。その中でも、「マーキング」や「発情期の鳴き声」に対する苦情が多いと言われています。しかし、マーキングは猫にとって意味のある大切な行為です。発情期の鳴き声も本能的なものです。また、猫は高く暖かい場所が好きなので、知らない人の車の上のつて、無意識のうちに爪で傷つけてしまう可能性もあります。

近隣トラブルの問題は、他の人に迷惑をかけてしまうことだけではありません。考えないといけないのは、全ての人が猫好きで、猫に優しいとは限らないということです。猫の行動に悪気はなくても、大切な猫が嫌われたり、ひどい場合には傷つけられることもあるのです。これはあまりにも悲しいことです。



室内飼いでできる工夫

ここまででは、猫の放し飼いのデメリットを紹介しました。しかし、それでも室内飼いは不自由でかわいそうと感じる方もいると思います。そこで、ここからは室内飼いであっても猫のためにできる工夫を簡単に紹介します。

●好みのトイレを設置

猫もそれぞれ好みがあります。そのため、好みの形のトイレと、好みの砂を選んで下さい。トイレの砂などが変わることは、猫にとってストレスになります。もし、他のところで暮らしていた猫を迎えるなら同じものを選んで下さい。また、猫は綺麗好きなので、常に清潔を心がけて下さい。トイレの数は、猫の頭数プラス1個用意して下さい。

猫は泌尿器疾患にかかりやすいので、快適な環境を作ることが大切です。

●爪とぎを用意

爪とぎには、「爪のお手入れ」と「マーキング」の意味があります。また、ストレスや緊張したときにも見られます。好みのもの、場所を見つけ、複数置いて下さい。

●発情期対策

繁殖する予定がなければ、不妊手術をおすすめします。疾患の予防に繋がります。また、オスの場合はマーキングの防止も期待できます。

●おもちゃで遊ぶ

狩猟本能を満たせるようなおもちゃで遊んであげましょう。安全で、飲み込む心配のないものを選んで下さい。

活発な運動は、身体的にも精神的にも良い影響をもたらします。

●上下運動できるものと、隠れる場所を用意

猫は高いところに登ったり、ジャンプしたりする動物です。

そのため、キャットタワーやキャットウォークを設置して下さい。また、隠れられる薄暗い場所があると猫は安心します。ハウスなどを用意して下さい。

まとめ

猫の放し飼いには、「交通事故」「感染症」「近隣トラブル」といったデメリットがあることを紹介しました。自由気ままな猫を、完全に室内で飼育するのは、虐待のように感じるかもしれません。しかし、飼い主には責任を持って守る義務があります。この記事でも紹介したように、室内でもストレスを解消させる努力をすることはできます。もし、放し飼いをされている方が、この記事を読んで下さっているのであれば、大切な猫の命のために、今一度考えていただければ幸いです。

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

犬の急性肝炎について

葛野 宗 先生



犬の急性肝炎とは

急性の経過を辿る肝臓の炎症です。

さまざまな原因により、急激に肝臓に炎症が起こっている状態を急性肝炎と呼びます。

はっきりとした原因が特定できないこともありますが、珍しい病気ではありません。



犬の急性肝炎の症状とは

急性肝炎では肝臓が障害されることにより、様々な症状が引き起こされます。

肝臓には大きく分けると3つの働きがあります。

有害物質を分解して解毒、蛋白質の合成や栄養の貯蔵、消化液である胆汁の合成と分泌、になります。

急性肝炎になりますと、これらの肝臓の働きがうまくいけなくなります。

具体的な症状としましては、活動性の低下、食欲不振、嘔吐などの体調不良としてよく見られるような症状に加えて、黄疸や神経症状など肝臓が悪いことを示唆するような症状が見られるようになります。

この神経症状は、肝性脳症と呼ばれ、本来肝臓で解毒されるはずだった毒素が溜まり脳に影響を与えることで発症します。

肝臓が腫大することによる腹囲膨満も見られ、重症例では止血異常が見られるようになります。これは、本来肝臓で合成されるはずだった、止血の際に使われる凝固蛋白と呼ばれる蛋白質が合成されなくなってしまうためです。止血異常が見られる場合、お腹などに紫斑と呼ばれる紫色の皮下出血が見られるようになります。

犬の急性肝炎の原因とは

急性肝炎は、感染症、薬剤、中毒性物質などが原因となります。感染症、薬剤、中毒性物質などが原因となることがありますが、原因がはっきりしないこともあります。

犬の感染症では、レプトスピラ、エールシニア、アデノウイルスなどが急性肝炎の原因になるという報告があります。

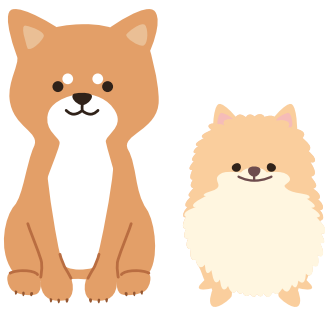
アセトアミノフェンやカルプロフェンなどの鎮痛剤、ドキシサイク

リンなどのテトラサイクリン系抗生物質などの薬剤が急性肝炎を起こすことがあるとされています。

大量に投与することで急性肝炎を引き起こすこともあれば、特異体質として一部の犬に急性肝炎が見られるなど様々です。

中毒性物質としましては、キシリトールやベニテングダケなどで急性肝不全を引き起こしたという報告があります。

キシリトールは人にとって良いものですが、犬にとっては毒になってしまいますので注意しましょう。犬がキシリトールを摂取すると急性肝不全と低血糖症を引き起こすと言われています。



犬の急性肝炎の好発品種について

全犬種で好発します。

感染症、薬剤、中毒性物質などが原因となることが多いため、好発犬種はありません。

ただし、ドーベルマン、ウエストハイランドホワイトテリア、コッカースパニエルなどの犬種は遺伝的に慢性肝炎を起こしやすいと言われていますので、注意が必要です。

犬の急性肝炎の予防方法について

原因によっては予防できるものがあります。

急性肝炎の原因となる感染症は、ワクチンで予防できるものがあります。かかりつけの動物病院と相談しながらワクチン接種をすることをお勧めいたします。

薬剤、中毒性物質などは犬が居かない場所に保管するなど、環境を整えることで予防できるものもあります。

犬の急性肝炎の治療方法について

肝性脳症、感染症、ショックなどの治療を優先的におこないます。

急性肝炎の治療は、ほとんどの場合が対症療法となります。原因がはっきりしている場合は、その原因となるものの対処をします。

感染症が見られる場合は抗生物質などで感染症の治療を、薬剤や中毒性物質の摂取が原因として疑われる場合は中毒解毒剤などの投与で治療します。

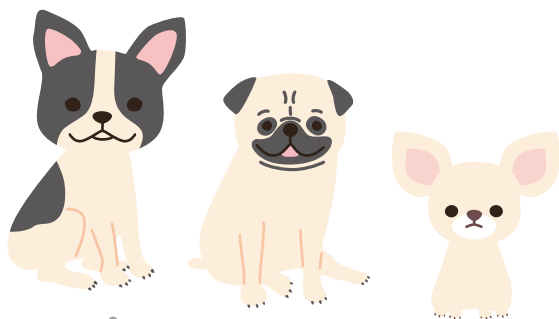
肝性脳症が見られる場合、血液中に含まれるアンモニアを除去する必要があります。糖の1種であるラクツロースの経口投与、注腸投与をおこない、アンモニア

産生菌を減少させることが出来ると言われています。

止血異常が見られる場合、ビタミンKや血漿の投与をおこない、止血を助けてあげます。

急性肝炎は、発見時の肝臓の状態で予後が決まります。発症時に重篤な肝機能障害が見られる場合、予後は不良と言えます。

また、急性肝炎は症状が落ち着いた後に慢性肝炎に移行することもあるため、注意が必要です。



おすすめ商品

毎日良肝

肝臓エキス&プラセンタ



犬用
チキン味
(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)

肝臓の健康維持に

ウィズベティの「毎日良肝 肝臓エキス&プラセンタ」は肝臓の健康維持に必要な8種類の成分(肝臓加水分解物・プラセンタ・天然酵母・BCAA・ウコン・リアアザミエキス・亜鉛・オルニチン)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。全犬種が食べやすいチキン味(錠剤タイプ/1袋60粒入り)・ミルク味(粉末タイプ/1袋付属スプーン付/60杯入り)です。

猫の病気辞典

猫の腸の腫瘍について

齋藤厚子先生



猫の腸の腫瘍とは

多くはリンパ腫や腺癌です。

猫の腸管には様々な種類の腫瘍が発生します。

発生する腫瘍の種類には、リンパ腫、腺癌、肥満細胞腫、平滑筋腫、平滑筋肉腫、炎症性ポリープなどがあり、この中で最も多く見られるのはリンパ腫で、腸管にできる腫瘍の約50%を占めるといわれています。

早期であれば抗がん剤治療や手術による切除で長期生存も可能ですが、進行してしまつと腫瘍が

破裂して腹腔内に播種したり、遠隔転移することによって、予後は良くありません。

腸管の腫瘍は眼には見えないため、早期発見するためには、食欲や便の状態に気を付け、嘔吐や下痢・血便や黒色便などの異常にいち早く対応することが重要です。

猫の腸の腫瘍の症状とは

主に下痢や吐き気などの消化器症状が見られます。

腸に腫瘍ができて、初期には症状が出ない場合もあります。腫瘍が大きくなる、あるいは広範囲になると以下のような症状を示します。

- 下痢
- 吐き気
- 嘔吐
- 黒色便
- 血便
- 頻回の排便

● 便が細い

● 食欲不振

● 痩せる

● 腹水が溜まる

● 貧血

腫瘍ができる部位によって症状はそれぞれ少しずつ変わります。

小腸にできる腫瘍では体重減少や黒色便、吐き気が強くみられ、大腸にできる腫瘍では血便や排便時のしぶり、便が細くなるといった症状がよく見られます。

やがて腫瘍が大きくなり腸閉塞が起これると、口にしたものをすべて嘔吐してしまうようになります。

また、腸管での消化吸収が悪くなることによって栄養状態が悪くなり、痩せる、毛ツヤが悪くなる、元気がないといった全身状態の悪化も見られます。

腫瘍が大きくなることでお腹が膨れることもあります。大きくなった腫瘍の破裂・播種や腸管穿孔によって腹膜炎を起こして腹水が溜まり、お腹が膨れることもあ

ります。

腹膜炎を起こした場合には、急激に元気がなくなり、発熱や腹痛、非常に強い吐き気などがみられます。

猫の腸の腫瘍の原因とは

リンパ腫はウイルス感染によって起こりやすいとされています。

最も発生の多いリンパ腫については、猫白血病ウイルスや猫エイズへの感染が関与していることが知られています。

しかし、これらに感染していなくてもリンパ腫は発生します。

その他の腫瘍の原因は不明です。

その他の腫瘍としては腺癌、肥満細胞腫、平滑筋肉腫、平滑筋腫、炎症性ポリープなどがあります。これらの腫瘍がなぜできるのかは解明されていません。

要因として考えられるのは、加齢、遺伝的素因、発がん性物質の摂取などです。

猫の腸の腫瘍の好発品種について

以下の猫種で好発がみられます。

●シヤム

リンパ腫、腺癌、肥満細胞腫はシヤム猫での発生率が高いとされています。

猫の腸の腫瘍の予防方法について

ウイルス感染の予防を心がけましょう。

腸の腫瘍を予防する効果的な方法はありません。

リスクを減らすために、猫白血病ウイルスや猫エイズにかからないようにすることは大切です。

外には出さないこと、同居猫が感染している場合がある場合には定期的に予防接種を受けることで、これらの病気になる危険性を低下させることができます。

猫の腸の腫瘍の治療方法について

腫瘍の種類によって治療は様々です。

腫瘍の種類によって、治療方法は変わります。

平滑筋腫や炎症性ポリープなどの良性の病変は、切除できれば予後は良好です。

リンパ腫の治療は主に抗がん剤治療です。

リンパ腫は、体の免疫細胞の一つであるリンパ球が腫瘍化する血液の病気です。

リンパ球は血液やリンパ液に乗って全身を循環しているため、腸にしこりを作っているからといってそこだけを治療すればいいわけではありません。

治療は基本的には抗がん剤投与で全身に行います。

リンパ腫は、抗がん剤が比較的有効な腫瘍ですが、腸に大きなしこ

りを作りすでに通過障害が起こっている場合には、その部分を手術で切除したうえで抗がん剤治療を行います。

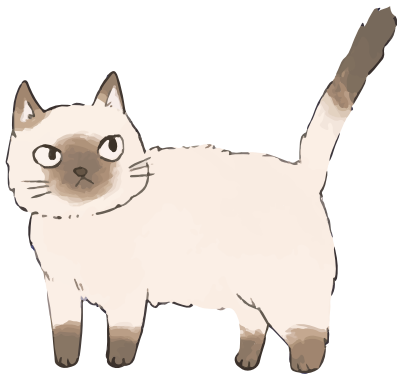
腺癌や肥満細胞腫では外科手術が第一選択です。

腺癌や肥満細胞腫の場合は、できるだけ早く外科切除をすることが重要です。

発見が遅れると腫瘍が破れ、腹腔内に播種して転移病巣をたくさん作ってしまいます。

どちらの腫瘍もしこりの周囲に腫瘍細胞が浸潤していることが多いため、切除する際には可能であればしこりの前後5〜10cmほど余裕をもって広く切除することが推奨されています。

腫瘍の破裂がなく、腫瘍が1か所だけであれば早期切除によって予後は良好ですが、腺癌や肥満細胞腫は診断時に既にリンパ節への転移がみられたり、癒着によって切除できない場合もあります。



また、高率に再発するため、術後は抗がん剤治療やステロイド、分子標的薬などで補助的に治療します。

腸管の腫瘍は外観ではわからないため、診断時には進行してしまっていることが多い病気です。

治療がうまくいくかどうかは、早期発見できるかどうかにかかっているといっても過言ではありません。

食欲や吐き気、便の状態などについても違うサインを見つけたら、できるだけ早く病院へ行きましょう。

Happy Horoscope

2025
05/1~
05/31

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
過ごすと吉。難しいゲームや
遊びは置いておいて、一緒にお昼寝をする
と絆が深まります。愛犬のお散歩では、公園
のベンチでひと休みするといことがあ
りそうです。



Taurus

牡牛座

4 / 20 ~ 5 / 20

今月は、こまめな声
かけが悪い気を寄せ付け
ません。優しい声で愛犬・愛猫の名前を呼
んであげましょう。同時に好きなところを撫
でてあげると心も通じ合はず。歯のお手
入れをしっかりと。



Gemini

双子座

5 / 21 ~ 6 / 21

元気いっぱいに過ごせ
そうな月。オーナー様も楽しい
でしょう。興奮しすぎることもあるので、ドッ
グランなどでは見守ってあげて。食欲が出
るのでおやつやの食べ過ぎには注意しまし
ょう。



Cancer

蟹座

6 / 22 ~ 7 / 22

今月は、愛犬・愛猫の
ベッドや敷物チェックや
お手入れが吉を呼ぶでしょう。洗って天日
干してお日さまのパワーをもらって。ほこ
ろびなどがあつたら、思い切って新調するの
もおすすめです。



Leo

獅子座

7 / 23 ~ 8 / 22

こまめな運動がラッキー
を呼びそう。お散歩の
距離を伸ばしたり、遊ぶ時間を増やしたり
と無理しない範囲でチャレンジしてみて。シ
ニアの子はゆっくり足を動かしてあげるの
がおすすめ。



Virgo

乙女座

8 / 23 ~ 9 / 22

首輪やハーネス、迷子札、
お洋服など身につけるもの
のチェックが吉を呼びます。
傷みやほころび、文字のにじみなどがない
か確認してみて。新調する際は、明るいカラ
ーがおすすめです。

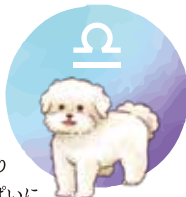


Libra

天秤座

9 / 23 ~ 10 / 23

今月は先月ののんびり
ムードから、元気いっばいに
変わっていきそう。危険がない限り、オーナー
様は見守ってあげると吉。
元気な分、食欲はアップするのでご飯の食べ
過ぎに気をつけて。



Scorpio

蠍座

10 / 24 ~ 11 / 21

今月は、ブラッシングや
爪切り、耳掃除、歯みがき
など「お手入れ」がラッキーのポイント。難
しい場合は動物病院やサロンにお願いす
るといいでしょう。おやつなどごほうびを忘
れずに。



Sagittarius

射手座

11 / 22 ~ 12 / 21

いろいろな場所で
愛犬・愛猫が注目を浴びそう。
動物病院やドッグランなどで声をかけられ、
飼い主仲間ができるかも? SNSなどにアッ
プした画像も人気が出そう。個人情報には
注意して。



Capricorn

山羊座

12 / 22 ~ 1 / 19

今月はゆったりした
時間が過ごせそう。
愛犬のお散歩も、声をかけて目を合わせ
ながらのんびりと。愛猫には好きなようにさ
せてあげるのがおすすめです。新鮮なお水
はラッキーを呼びます。



Aquarius

水瓶座

1 / 20 ~ 2 / 18

ラッキーポイントは
「動物病院」。健康診断
やワクチン接種、寄生虫予防はもちろん、
健康相談などで、いい情報が得られそう。
動物病院が苦手な子には、おやつを用意
しておきましょう。



Pisces

魚座

2 / 19 ~ 3 / 20

今月は、オーナー様と
一緒に遊ぶ時間を増やす
ことが吉。愛犬とは簡単なボール遊びや引
っぱりっこ、愛猫とは猫じゃらしなどがおす
すすめ。シニアの子はおもちゃを見せるだけで
もOKです。





健康長寿と 腸内細菌について

健康やアンチエイジングに与える影響は非常に大きいとされ、近年ますます注目されている「腸内細菌」。腸内環境のバランス≒腸内細菌のバランスが崩れることで、免疫力の低下、肌荒れ、肥満、さらにはメンタルヘルスの悪化といった「老化を進める原因」を加速し、さらには特定のがん発症にも関係するのでは？とまで言われています。

腸を健やかに保つためには、食事だけでなく生活習慣全般を整えること、さらには医療現場における抗菌剤の適正使用が重要です。これから腸内環境を最適化するための習慣について、食事と食事以外の両面から解説してまいります。

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。

食習慣で腸内

「善玉菌」を増やす！

(1) 発酵食品

腸内に善玉菌を増やすことがアンチエイジングに欠かせないと言われていています。

そのカギを握るのが発酵食品。発酵食品には乳酸菌やビフィズス菌など腸内で善玉菌として働く微生物が豊富に含まれており、これらの菌を摂取することで、腸内フローラ（腸内細菌のバランス）が整いやすくなるのです。

おすすめの発酵食品

- ヨーグルト
- プレーン・無糖がベスト
- 納豆
- 味噌・漬物
- (添加物の少ないもの)
- キムチ(乳酸菌が豊富)
- 甘酒(ノンアルコールタイプ)

(2) 食物繊維

もう一つ、大切なのが「食物繊維をしっかりと摂る」ということです。

食物繊維は腸内細菌のエサとなり、善玉菌を増やすのに役立つといわれています。

水溶性食物繊維(腸内細菌のエサになり、腸内環境を整える)

- オートミール
- もち麦
- りんご
- バナナ
- ここんにゃく
- 海藻類(わかめ・ひじき)



不溶性食物繊維(腸のぜん動運動を促進し、便通を改善)

を促進し、便通を改善)

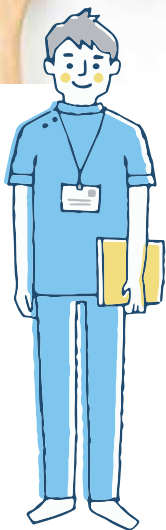
- 玄米
- 豆類
- ごぼう
- さつまいも
- きのこと類



水溶性と不溶性の両方をバランスよく摂ることが重要と言われていますが、それ以前に、そもそも1日あたり十分量の食物繊維がとれていない、というお話もあります。まずはスマホアプリなどを活用し、食事内容を記録してみてください、必要十分量の摂取に心がける、というところから始めてみましょう。

(3) 水分

便の水分量が不足すると、腸の動きが鈍くなり、便秘の原因になります。結果、腸内に悪玉菌を増やすことになってしまいます。したがって腸内環境を整えるにあたって、水分補給は欠かせません。
目安： 1日1.5〜1.5Lの水をこまめに飲む



食事以外で 腸内環境を整える 生活習慣

(1) 良質な睡眠を確保する

「食事と睡眠」これらは必ずペアで考えるべきものです。睡眠の質の低下は、言うまでもなく、腸内細菌のバランスを崩し、腸の動きを低下させる要因となりえます。ストレスや不規則な睡眠は当然のことながら腸内環境に悪影響を与えます。

良質な睡眠のため、ここだけは押さえるポイントはこちらの3つ。

- 睡眠2時間前までにぬるめのお風呂に入る(38〜40℃のお湯に10〜15分)
- 眠る1時間前にスマホやPCを控える
- 毎日同じ時間に寝起きする



(2) 適度な運動を取り入れる

喋ることが出来る程度の強さで一日合計20分。
適度な運動習慣は良質な睡眠につながり、腸の動きを活性化させる効果があります。ヨガやピラティスは腸のぜん動運動を促進し、便秘解消に役立つことも……!

おすすめの運動

- ウォーキング(できれば坂道や階段の上り下りも取り入れて)
 - ヨガ・ストレッチ(腸を刺激する「ねじりのポーズ」など)
 - 軽い筋トレ(スクワットなど)
- テキパキと、家事やお部屋のお掃除も運動になりますよ!
まとめて20分取る必要はなく、「合計」で20分になればOKです。どうでしょう、これなら実践できそうではないでしょうか?



(3) ストレスと上手に向き合う

実はストレスは「適度」が◎。
溜まりすぎても交感神経が優位になり、腸の働きが低下しますが、「ストレスがなさすぎ」もダメなんです。適度に緊張し、適度にリラックスすることで交感神経・副交感神経がそれぞれ程よく活性化し、腸内環境が整いやすくなります。



(4) 抗生物質の乱用を避ける

かねてから「抗菌剤をもらいに病院に行くことが、安心」という、日本人特有の心理文化を背景に、「ちょっと喉が痛いから」「風邪っぽいから」と、まるで万能薬のように抗生物質を欲しがることが問題視されています。

というのも、抗生物質は腸内の善玉菌・悪玉菌を問わず根こそぎ一掃してしまうのです……！

結果、腸内環境が荒れ放題になり、かえって免疫力が低下することも。

やむを得ず服用する場合は、プロバイオティクス(乳酸菌・ビフィズス菌)を併用し、腸のリカバリーを忘れずに行いたいところです。



NUMBER SUPPLEMENT 05 | 有孢子性乳酸菌&セラミド

おすすめ商品

便通の改善に / 肌の潤いを守る / 保湿力を高める



本品には有孢子性乳酸菌 (Bacillus coagulans SANK70258) が含まれます。有孢子性乳酸菌 (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。本品には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、ウィズメディカ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。

腰痛のときには どのように対処すれば いい？

腰痛に悩まれる方は非常に多いです。実は日本人で、病院を受診される方の受診理由の第一位は実は腰痛で、多くの方が悩まされていることがよくわかります。この記事ではそんな腰痛がある時の対処法について解説します。

麻酔科医 郷 正憲

腰痛はなぜ起こる？

まず腰痛はなぜ起こるのか考えてみましょう。

腰痛には主に骨、筋肉や筋膜、神経のそれぞれが独立して、あるいは複合して関与します。

この中で、画像検査をすることではっきり診断がつくのは骨による異常です。背骨のことを脊椎と言いますが、脊椎自体がゆがんだりずれたり、あるいは変形したりすることで痛みを発生してきます。

また、脊椎の骨と骨の間にある椎間板が変形することでも痛みが起こってきます。骨による痛みももちろんありますが、脊椎の間には脊髄が通っています。

脊椎がずれたり変形したり、椎間板が変形したりすると脊髄を圧迫して神経がダメージを受けることで痛みを生じます。

これが腰部脊柱管狭窄症です。腰部脊柱管狭窄症の原因として、椎間板の異常である椎間板ヘルニアという病気や骨の変形である腰椎

圧迫骨折、骨のスリである腰椎すべり症などの病名がつけられます。それぞれ痛み止めを飲みながら脊髄が圧迫されないように様々な対処が行われますが、神経障害が高度となってくる場合には手術が行われる場合もあります。

筋肉や筋膜の異常については、なかなか画像検査でははっきりしません。骨や神経の障害ではないことを確認した後、筋肉や筋膜の異常であろうと推察をします。このとき、腰痛の起こり方によって急性腰痛と慢性腰痛に分類され、それぞれ対処が異なります。急性腰痛は筋膜や筋肉が損傷すること起こります。

突然起こり、痛みで動けなくなることもよくあります。所謂ぎっくり腰で、魔女の一撃とも呼ばれます。一方で慢性腰痛症は、姿勢の異常や無理な姿勢を長時間維持する事で起こってきます。筋肉や筋膜が慢性的に疲労を起こしたりダメージがだんだんと蓄積したりするこ

とによって、痛みが強くなってきます。両者が複合することもありますが、概ね経過からいずれかを判断し、対処を考えます。

急性腰痛の対処法

急性腰痛症は、組織がダメージを負ったことよって修復をしようとする炎症反応が起こります。

このとき、患部は熱感を持ち、動かすと強い痛みを感じます。このときには炎症を抑えてあげることで痛みが楽になってきます。

炎症を抑えるためには後述の炎症を抑える痛み止めを内服したり、冷却したりすることが効果的です。湿布も冷シップが良いでしょう。痛みがあるうちは無理に動かしてはなりませんし、マッサージも逆効果です。

損傷した組織を更に損傷してしまう可能性があるので、痛みが強い間は患部を動かさないようにし、マッサージは行わないようにしましょう。



慢性腰痛の対処法

慢性腰痛のさいには、多くの場合
周辺の筋肉が凝り固まっています。
この状態では、血流も悪くなりま
す。凝り固まった状態を改善する
ためには栄養と酸素が十分にある
事が必要ですが、血流が悪いとそ
れらの供給が滞り、なかなか良
くなってきません。

そのため、慢性腰痛の場合には血
流を良くすることを考えます。

具体的には、温めること、しっか
り動かすことが必要になります。
血管は温まると広がり、血流が多
くなります。そのため、湿布を使用
するなら温湿布です。

また、しっかり動かすことによつて
筋肉が動き、さらに血流が良くな
ります。痛くて動かせないと言つ
てであれば、痛み止めをのんで痛
みを抑えながら、ゆっくり動かし
ましょう。このときに急激に動か
してしまうと組織を損傷してしま
い、治りが悪くなってしまう事が
あります。強いマッサージではなく、ゆ

くりとしたストレッチがお勧めで
す。

腰痛に効果のある 痛み止めは？

腰痛の時にはNSAIDsという種
類の痛み止めが効果的です。

NSAIDsにはロキソプロフェンや
イブプロフェンなどがあります。市販
されている痛み止めのほとんどはこ
のどちらかが含まれています。頭痛
薬や生理痛の薬として販売されて
いる薬もこれらが含まれています
から、家庭にこれらの薬がある場合
には使用しても良いでしょう。

一方で、NSAIDsの問題点とし
ては副作用が多い事にあります。
NSAIDsを利用すると胃粘膜
が荒れて胃潰瘍ができたり、腎機能
が低下したりする事がありますの
で、これらの持病が元々ある場合に
は使用ができません。

また、健康な人でも使用しすぎると
これらの副作用がだんだんと出
てきますので、注意が必要です。も
し痛みが長期間にわたる場合や、痛

みが非常に強い場合はアセトアミ
ノフェンという成分を主成分とした
痛み止めを定期的に内服するのが
お勧めです。

アセトアミノフェンは腰痛に対して
の効果はNSAIDs程ではありません
ですが、定期内服する事で痛みを長
期間にわたって抑えてくれます。ま
た、副作用もほとんどありませんか
ら安心して使用できます。

アセトアミノフェンとNSAIDs
の併用も可能ですから、アセトアミ
ノフェンを定期内服しながら、痛み
が強い時だけNSAIDsを利用す
るという方法も可能です。

ただし、市販の痛み止めの中にはN
SAIDsを主成分としながらア
セトアミノフェンも配合しているも
のがあります。気づかずその薬と
アセトアミノフェンを併用してしま
うとアセトアミノフェンが過量にな
ってしまふ場合があるので注意し
ましょう。もし痛みが強い場合は整
形外科を受診して相談の上で痛み
止めを出してもらおう方が安心です。

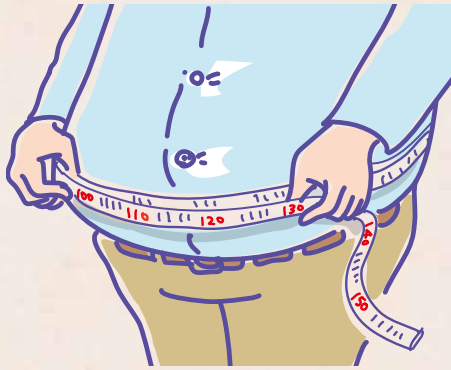
おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 15 | N-アセチルグルコサミン&モリンガ

歩行や階段の昇り降り時における、ひざ関節の悩みを改善日常生活で疲れを感じやすい
方の一時的な身体的疲労感を軽減し、腰の負担を感じやすい方の腰の不快感を和らげる



「ナンバーサプリ15 N-アセチルグルコサミン&モリンガ」は、モリンガ種子由来グルコモリンギンが含まれます。モリンガ種子由来グルコモリンギンには、日常生活で疲れを感じやすい方の一時的な身体的疲労感を軽減し、腰の負担を感じやすい方の腰の不快感を和らげる機能が報告されています。ウィ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90粒入り/1日3粒目安)。



なぜ太りやすくなる？ 中年期の代謝低下と 食生活の見直しについて

本記事では、代謝の低下の原因とその対策として、食生活や生活習慣の見直し方法について解説します。ぜひ参考にしてみてください。

管理栄養士 上月 典子

中年期における 代謝低下の原因

基礎代謝とは、生命を維持するために必要なエネルギーのことです。年齢・性別・筋肉量によっても基礎代謝は異なりますが、一般的に加齢に伴い基礎代謝は低下していきます。特に中年期には筋肉量の減少やホルモンバランスの変化が大きな影響を与え太りやすい体質に変化します。

■筋肉量の減少

年齢とともに筋肉量が減少します。筋肉はエネルギー消費量の多い組織であり、筋肉量が減ると基礎代謝が低下します。これにより、同じ食事も消費されるエネルギーが減り、余ったエネルギーが脂肪として体内に溜まりやすくなります。

■ホルモンバランスの変化

中年期には、ホルモンバランスの変化も大きく影響します。女性は更年期に入るとエストロゲンが減少し、中性脂肪や血液中のLDLコレステロールが増えやすくなるため、脂肪がつきやすくなります。男性もテストステロンの減少により、脂肪が増えやすくなります。

■活動量の減少

仕事や家庭での責任が増え、運動や身体活動の時間が減少することも体重増加の一因です。活動量が減るとエネルギー消費が少なくなるので、その環境下で以前と同じ量を食べ続けると太る原因になります。

■内臓脂肪と皮下脂肪の違い

脂肪には「内臓脂肪」と「皮下脂肪」の2種類があります。それぞれの違いを理解し、適切に管理することが大切です。

■内臓脂肪

内臓の周りにつく脂肪で、過剰に蓄積されると生活習慣病のリスクが高まります。特に中年期には内臓脂肪が増えやすく、メタボリックシンドロームの原因となることが多いです。内臓脂肪は、食事や運動によって比較的減らしやすい脂肪です。

■皮下脂肪

皮膚の下に蓄積される脂肪で、特に女性はお腹や太もも、腰回りに皮下脂肪がつきやすいです。皮下脂肪はエネルギーの貯蔵庫として機能しますが、過剰に蓄積されると美容や健康に悪影響を与えます。

食生活見直しに PFCバランス

中年期の体重増加を防ぐために、食生活の見直しをしてみましょう。内臓脂肪や皮下脂肪の管理には、カロリー計算だけでなくPFCバランスを意識すると効率よく改善できます。

■PFCバランスとは？

PFCバランスとは、タンパク質(Protein)・脂質(Fat)・炭水化物(Carbohydrate)の総エネルギー摂取量に対する適切な割合を指します。これを意識することで、効率的に代謝が向上し健康的な体重維持がしやすくなります。割合は合計で100%になります。

●P(タンパク質)：14～30%
(50～64歳は14%、65歳以上は15%)

●F(脂質)：20～30%

●C(炭水化物)：50～65%

生活習慣の具体的な 改善方法

日々の食生活や運動に取り入れやすい方法を例をあげて紹介します。内臓脂肪と皮下脂肪の両方を効率よく管理し、代謝を高めるための食

事改善と生活習慣の見直しに役立つステップになるので、一例ですが参考にしてみてくださいね。

■高タンパク質の食事

タンパク質は筋肉の維持と代謝促進に欠かせません。筋肉量が増えると基礎代謝が高まり、内臓脂肪や皮下脂肪が燃焼しやすくなるので、意識して取り入れてみましょう。

●朝食・卵を使ったオムレツやギリシャヨーグルトにナッツやベリーをトッピング

●昼食・鶏むね肉やサラダに豆類を加える

●夕食・魚(サーモンやサバ)や豆腐ステーキなど

■良質な脂質を摂取するための工夫

脂質は制限するのではなく、質の良い脂質を摂ることが大切です。不飽和脂肪酸は脂肪の燃焼を助け、心血管の健康にも良い影響を与えます。

●オリーブオイルやアボカドをサラダやメインディッシュにプラス

●魚(サーモン、イワシ、マグロなど)を週に2〜3回取り入れる

●ナッツなどを間食にする

■炭水化物の質を見直し摂取量を管理する

炭水化物の質を見直すことで、内臓脂肪や皮下脂肪の蓄積を抑えます。精製されたものではなく、全粒穀物や野菜から摂る炭水化物に置き換えると良いでしょう。

●精製炭水化物(白米、パン、パスタ)は、全粒穀物(玄米、全粒パン)に置き換える

●間食・クッキーやスナック菓子の代わりに果物やナッツを

●野菜の摂取・食物繊維が豊富な野菜を摂り、血糖値の急上昇を抑える

■食事のタイミングを調整する

食事の時間帯も脂肪の蓄積に影響を与えます。特に夕食は早めに摂取することが推奨されます。

●夕食を軽めにし、寝る2時間前までに済ませる

●運動前後の食事・運動前は少量の炭水化物、運動後にはタンパク質を摂取して筋肉回復を促進

■水分補給のポイント

水は代謝をサポートし脂肪を燃焼しやすくします。

●1日1.5〜2リットルを目安に水やお茶などカロリーのない飲み物を

をこまめに

●運動前後に水分補給・体内の水分バランスを保つことで代謝をサポート

運動習慣を取り入れる

食生活の改善に加えて、有酸素運動は内臓脂肪の燃焼に効果的であり、筋力トレーニングは皮下脂肪の減少に役立ちます。

●週に3〜5回の有酸素運動(ウォーキング、ジョギング)

●筋力トレーニング(スクワットや腕立て伏せ)を週に2〜3回

まとめ

中年期の体重増加は、代謝の低下や内臓脂肪・皮下脂肪の蓄積が原因です。

PFCバランスを意識した食事と運動習慣を取り入れることで食生活を効率的に管理しやすくなり、代謝を維持し健康的な体型を保つことが可能です。

自分の体の変化を理解し適切な対策を取ることで、より充実した中年期を過ごせるでしょう。

おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 07 ルテイン&ゼアキサンチン&アスタキサンチン

黄斑部の色素密度を増加させ、ブルーライトなどの光のストレスの軽減/ぼやけ・かすみの軽減によりくっきり見る力を改善し、目の調子を整える/一時的な目の疲労感目の使用による肩や腰の負担を軽減



「ナンバーサプリー07 ルテイン&ゼアキサンチン&アスタキサンチン」は、ルテイン、ゼアキサンチンが含まれます。ルテイン、ゼアキサンチンには、目の黄斑部の色素密度を増加させ、ブルーライトなどの光のストレスの軽減、コントラスト感度(ぼやけ・かすみの軽減によりくっきり見る力)を改善し、目の調子を整えることが報告されています。本品にはアスタキサンチンが含まれます。アスタキサンチンは、パソコンやスマートフォンによる一時的な目の疲労感および目の使用による肩や腰の負担を軽減することが報告されています。ウイズメディカル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)。

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(鹿角霊芝、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

2025年1月リニューアル

主要成分

DHA、EPA、GABA、L-テアニン、フェルラ酸、亜麻仁油、イチョウ葉、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」
で大好評販売中!!



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、付属スプーンの粉末量に対して約4倍の水またはぬるま湯に溶かして与えてください。

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)

長生きの健康維持に「毎日万寿」 NMN & レスベラトロール 2025年1月17日新発売!

主要成分

NMN、レスベラトロール、延命草、ビオチン、ビタミンA、ビタミンE、ビタミンB1、ナイアシン



チキン味(錠剤) ミルク味(粉末) カツオ味(錠剤)

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」 「犬用錠剤：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」 <small>※付属スプーンをご使用ください</small>		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。定期コースは通常価格の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、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・変更などについて下の「お得な定期コースについて」をご確認下さい。※定期コースの袋数は最大20袋(1商品当たり)までとさせていただきます。※下記袋数以上はホームページで割引をご確認ください。

毎月お届けコース

数量	ご購入合計金額	1袋あたりの価格
1袋	2,544円 (10%引)	2,544円
2袋	4,920円 (13%引)	2,460円
3袋	7,125円 (16%引)	2,375円
4袋	9,160円 (19%引)	2,290円
5袋	11,030円 (22%引)	2,206円

2か月ごとにお届けコース

数量	ご購入合計金額	1袋あたりの価格
2袋	4,808円 (15%引)	2,404円
3袋	7,125円 (16%引)	2,375円
4袋	9,384円 (17%引)	2,346円
5袋	11,590円 (18%引)	2,318円
6袋	13,740円 (19%引)	2,290円

3か月ごとにお届けコース

数量	ご購入合計金額	1袋あたりの価格
3袋	6,786円 (20%引)	2,262円
4袋	8,932円 (21%引)	2,233円
5袋	11,030円 (22%引)	2,206円
6袋	13,062円 (23%引)	2,177円
7袋	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。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キシラポシ...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...一般的な女性の病的ではない過性の夕方のむくみ

内容量 27g (300mg×90粒/30日分)

機能性関与成分 ヒハツ / ラフマ

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

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 桑の葉/難消化デキストリン/イヌリン/茶カテキン/ギムネマ/キトサン/白インゲン豆/ビタミンB2/ビール酵母

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...尿酸値が高めの方 ※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 / 田七人参

05

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

内容量 22.02g (367mg×60粒/30日分)

機能性関与成分 有胞子性乳酸菌 / セラミド

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

06

イチョウ葉エキス 機能性表示食品



健康な中高年者の加齢によって低下する、認知機能の一部である記憶力(日常生活で見聞きした情報を覚え、思い出す力)の精度や判断の正確さを向上させる※1
 仕事や勉強などに伴う一時的な精神的ストレスがかかる状況でのストレスを緩和する※2
 ※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 ※2 Lactiplantibacillus plantarum SNK12株

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 / SNK12株

追加栄養補助成分 フェルラ酸/DHA・EPA/ホスファチジルセリン/亜麻仁油/長命草/シソエキス/ビタミンE/ビタミンB12

07

ルテイン&ゼアキサンチン&アスタキサンチン 機能性表示食品



黄斑部の色素密度を増加させ、ブルーライトなどの光のストレスの軽減
 ぼやけ・かすみの軽減によりくっきり見る力※1
 を改善し、目の調子を整える一時的な目の疲労感※2および目の使用による肩や腰の負担を軽減
 ※1 ルテイン、ゼアキサンチン...コントラスト感を改善

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 / アスタキサンチン

追加栄養補助成分 メグスリノキ/パントテン酸カルシウム/プロポリス/イノシトール/ナイアシン/ビタミンB1/ビタミンB6

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
熊本県産すっぽん、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 / 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



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 amazon

※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、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、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	10% 引き ご購入金額	備考
1袋	3,495円(税込)	送料・ 手数料無料

●2ヵ月ごとにお届けコース(15%引き)

数量	15% 引き ご購入金額	備考
2袋	6,602円(税込)	送料・ 手数料無料
	1袋 あたり 3,301円(税込)	

●3ヵ月ごとにお届けコース(20%引き)

数量	20% 引き ご購入金額	備考
3袋	9,318円(税込)	送料・ 手数料無料
	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・後払い手数料：220円※定期コースは無料※NP後払いのご注文には、株式会社ネットプロテクションズの提供するNP後払いサービスが適用され、サービスの範囲内で個人情報を提供し、代金債権を譲渡します。ご利用限度額は累計残高で55,000円(税込)迄です。

楽天ペイ・Amazonペイ ▶

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

お届け・送料について

お届けについて ▶ お届けはゆうパケット（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・ペットオーナー協会

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