

[会報誌]



×



Vol. 123

ウィズ倶楽部

「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。

毎月発行 2026/01



HAPPY
NEW YEAR



犬猫向け記事byウィズペティ

- デメリット対策も解説
愛犬・愛猫を室内で飼うメリットって?..... p04
- 新しい年も元気に!
ペットの健康チェック始め..... p08

人向け記事byウィズメディカ

- 「寒さのせい」とする前にできること
冬に悪化する関節痛..... p20
- 感染経路と予防策を知っておこう!
感染性胃腸炎はうつるのか?..... p24

Vol. 123

[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** デメリット対策も解説
愛犬・愛猫を室内で飼うメリットって？
- P08** 新しい年も元気に！
ペットの健康チェック始め
- P11** 事前の備えが大事！
犬と災害に遭ってしまったらすべきこと
- P13** 猫の行動を理解する
なぜ猫はこんな行動をとるのか？
- P15** 犬の病気辞典
犬のチェリーアイについて
- P17** 猫の病気辞典
猫の慢性腎不全について
- 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** 「寒さのせい」とする前にできること
冬に悪化する関節痛
- P24** 感染経路と予防策を知っておこう！
感染性胃腸炎はうつるのか？
- P26** 食事方法も簡単に教えます
高齢者の筋トレに関する疑問を解決！



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。

教えて!!ペット栄養管理士さん



愛犬・愛猫を室内で飼うメリットって?



室内で飼育するメリットを紹介します。

外には多くの危険がありますが、室内飼育でかなり回避できるのです。特に自由に歩き回るネコちゃんにとってはメリットがたくさんあります。

暑さや寒さから身を守れる

室内で飼うと暑さや寒さなど気候の影響を受けるリスクが減る点がメリットです。特に近年は夏の暑さが厳しく、人も動物も熱中症になるリスクが高くなっています。ワンちゃんを外飼いする場合はくさりなどにつなぐため、涼しい場所や温かい場所に移動できないことも。ネコちゃんも暑さに強いと言われていますが、限度があります。寒さもワンちゃんやネコちゃんの体にストレスを与えるため、体調不良の原因となりやすいのです。その点、家中なら暑さや寒さから身を守れます。ただし、近年は室内でも熱中症になるリスクがあるため注意が必要です。



感染症にかかるリスクが減る

感染症にかかる率がかなり減るのが大きなメリットです。外で過ごしていると、ウイルスや細菌に感染するリスクは高まります。ワンちゃんは散歩に行くため、もともと感染症にかかるリスクはあるものの1日中外にいるよりは安全といえます。自由に歩き回る猫は、感染のリスクが多くなるでしょう。ワクチン接種をすることも、室内で飼育することを徹底すれば、感染症にかかるリスクはグッと減らせます。



ノミやダニ、蚊に刺される危険が少なくなる

室内にいますと、ノミやダニ、蚊に刺される機会がぐっと減ります。寄生虫は不快だけでなく、病気を媒介することも。

マダニは重症熱性血小板減少症候群（SFTS）といった人獣共通感染症を媒介することで有名です。蚊は「フィリア」という寄生虫を媒介します。ワンちゃんの病気というイメージが強いですが猫もかかることがあります。動物病院のお薬で予防することも、室内で飼育することで虫に刺されるリスクが少なくなりま



事故に遭うリスクや迷子になることも減る

室内飼いで、事故やトラブルに遭遇したり迷子になったりするリスクが減ります。特にネコちゃん

は交通事故に遭うリスクが高めです。また、ネコちゃんの場合は他の野良猫とのトラブルにも巻き込まれずにすみます。ワンちゃんも「係留していただきが外れた」「興奮して暴れたら首輪が抜けた」といったトラブルで飛び出してしまうことも。すると事故だけではなく迷子になる恐れもあります。室内にすることで、事故に遭ったり迷子になったりといったトラブルも予防できるのです。

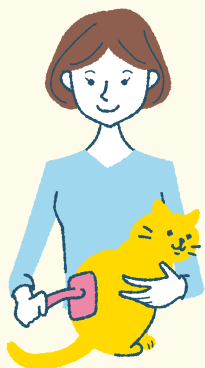


ご近所に迷惑をかけないですむ

家の中で飼うと、ご近所に迷惑をかけることも少なくなります。外飼いのワンちゃんが吠えること、近所迷惑になってしまいますよね。ネコちゃんも、ご近所のお家の庭で排泄をすることもあります。ワンちゃんやネコちゃんを苦手な人もいるので、迷惑をかけないように配慮することは大変重要なのです。



教えて!!ペット栄養管理士さん



室内飼いの デメリットはどうする?

室内飼いはたしかにメリットが多いのですが、デメリットもあります。

抜け毛、家具の傷などオーナー様が悩まされることがあるでしょう。

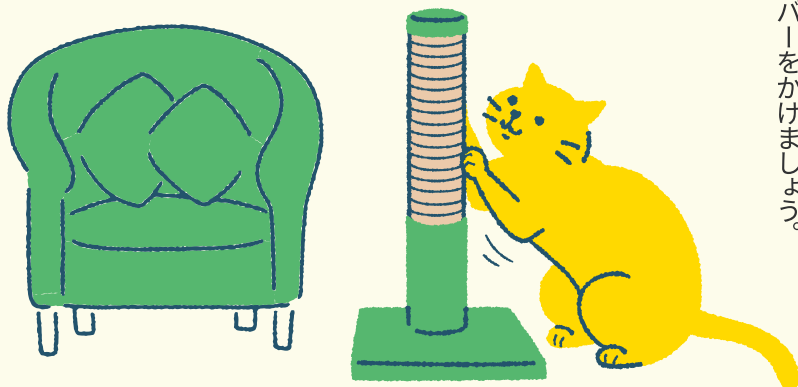
誤飲誤食やコードを噛むといった危険がある点も要注意です。しかし対策をしておくでデメリットもかなり減ります。

抜け毛のお掃除をこまめに



ワンちゃんやネコちゃんがいれば抜け毛はある意味仕方のないこと。掃除機や粘着テープタイプの掃除グッズなどで掃除をして清潔を保ちましょう。
ブラッシングを行って抜け毛を取り除いてあげるのもおすすめです。

家具や床、ソファの傷対策



爪でひっかいたり、噛んだりして家具がボロボロになることがあります。
床はペット用のフローリングにするか、カーペットを敷くことで傷が防げます。壁には猫の爪とぎ予防のシートをはり、ソファにはカバーをかけましょう。

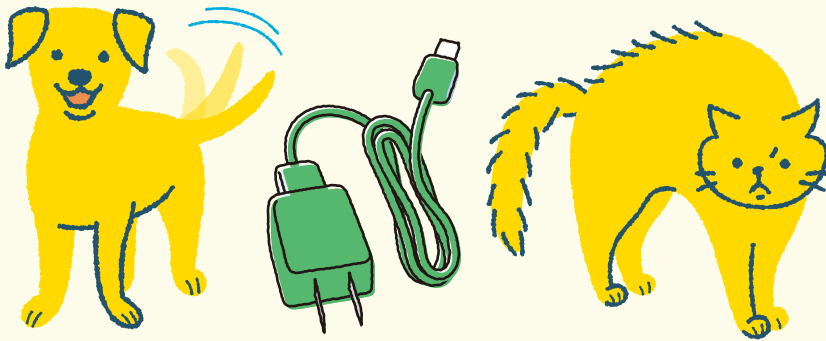
誤飲・誤食予防

室内飼いでは誤飲や誤食の危険性が高くなります。人間の食べ物や薬、観葉植物などは、愛犬・愛猫の届かない場所に置いておきましょう。靴下などを食べるワンちゃんもいるので、注意が必要です。ネコちゃんの場合、ヘアゴムや毛糸などひも状のもので遊びたがりますが飲み込む恐れがあります。必ず片付けておきましょう。



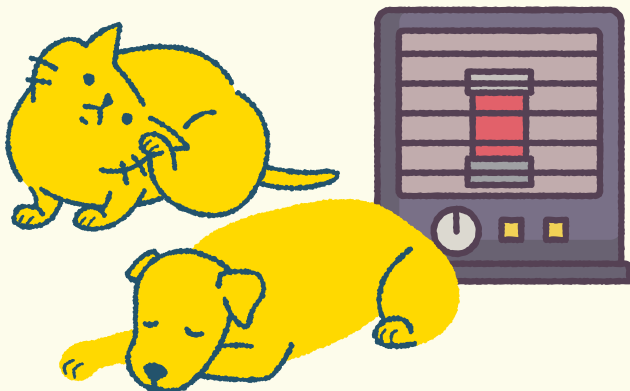
電気コードにはカバーをする

好奇心旺盛な子猫や子犬、いたずら好きの子は、電気コードを噛んだりじゃれたりすることがあります。感電予防のためにも、コードにはカバーを取り付けるなど対策が必要です。



ガスコンロや暖房器具に注意

ワンちゃんが前足でいたずらしたりネコちゃんが乗ったりしないように、ガスコンロは必ずロックをしておくようにしましょう。調理中はキッチンに入れないことも大切です。寒がりの子は暖房器具に近づきすぎてヤケドをすることも。暖房器具のガードで近づけないようにしましょう。





新しい年も元気に! ペットの健康チェック始め

ペットの健康を守るヒントは日々の生活の中にあります。
新年の始まりを機に、より良い一年を過ごせるように
これまでのペットとの生活を見直してみましょう。

獣医師 齋藤厚子

いよいよ新しい年が始まりました。
新年を迎えるとともに、新たに今年の
目標を立てる方も多いでしょう。

これを機にペット達との生活について
も一度見直しをして、今年の目標を立
ててみてはいかがでしょうか？

見直すポイントとしては、食べるもの
に関して、運動に関して、日々のケアや健
康管理に関してなどいろいろあります。
ここで挙げる以外にも今年はこちらに
気をつけようというものがあるかもし
れませんが、参考にしてみてください。

1年の始まりに

見直したい生活習慣

① 食べ物に関して…

まずは日々の食事の量や種類、おやつ
に関して見直してみましょう。

毎日の食事量やおやつ量は決まっ
ているでしょうか？食べ残したご飯の量
を把握できていますでしょうか？

食事は毎回量を測って与えることで、
食べた量、食欲の推移などがわかりや
すくなります。一日の食事量を決めて
カップやスプーン、秤などで測って与え
残した量もチェックしましょう。

食事回数は1日1〜3回とそれぞれの
ご家庭の都合により異なると思います
が、暖かい室内ではウェットフードなど

は傷みやすいため、1日2〜3回に分
け、食べ残したものは長時間置いたま
まにしないようにしましょう。

食事内容についても注意が必要です。
もしヒトの食べ物を食べる習慣がある
場合は、極力やめるようにしましょう。

ヒトの食事は調味料をいろいろ使用し
て味付けされているものが多く、ほんの
ちよつとだけ与えたつもりでも塩分・糖
分・脂肪分などの摂りすぎになってし
まいます。

また味付けされていないものであつ
ても、サツマイモやカボチャ、ニンジン、果
物などは糖分を多く含んでいるため、
やはりカロリーオーバーの原因となっ
てしまいます。しつづけなどの「褒美」とし

て与える場合は量を決め、与えすぎな
いように気を付けましょう。

おやつとの与えすぎにも気を付けましょ
う。一日に与える量を決めないでおやつ
を漫然と与えたり、家族がそれぞれ好
きな時におやつを与えているようであ
れば、家族間での相談が必要です。

おやつも食事の一部と考え、一日に与
えていい量を確認し、スキんシップやし
つつけのご褒美として与えていい範囲内
で与えることを意識しましょう。

また時々相談を受けますが、美味しい
おやつをもらったために食事を食べなく

なってしまうケースも見られます。

おやつは食事の一部とはいえ、バランス
の取れた総合栄養食などは異なりま
す。

おやつがメインになってしまうと、体
に必要な栄養成分には偏りが出て体調
不良の原因になりかねませんので、食
事のメインは総合栄養食、おやつはこ
褒美やスキんシップのツールとしっかり
線引きしましょう。

② 運動に関して…

犬も猫もヒトも運動不足は健康の敵で
す。

愛犬・愛猫が運動不足になっていない
かどうか見直し、毎日あるいは定期的
に適度に運動させることを心がけま
しょう。

ワンちゃんの場合は毎日お散歩がで
ればベストです。

激しく走り回るよりもゆっくりと長い
距離を歩くことで足腰に負担をかけず
筋肉の衰えを防ぐことができ、健康寿
命も伸ばすことができます。

また歩調の変化を見ることができると
め体調不良にも気づきやすく、それに
必要なケアなどの早期介入につながる
可能性があります。

猫では主に室内での運動だけになりが
ちですので、一日の中で飼い主さんが遊

んであげる時間を確保したり、時間がなかなか取れない場合はキャットタワーの設置や高いところに上れるような家具の配置するなど、生活の中で運動できる環境を整えてあげると良いでしょう。

室内遊びには注意が必要です。

滑るフローリングで走り回ったり高いところから滑る床に飛び降りるのは危険です。特に関節や足腰の弱った高齢犬では滑って転んだ際に思わぬ事故が起ることもあります。

室内に滑る危険性があるところには滑り止めのマットなどを敷くことを検討しましょう。

③ 歯磨きなどのデンタルケアにチャレンジ！

愛犬・愛猫のお口のチェック、歯磨きあるいは何らかのデンタルケアはできているでしょうか？

犬も猫も年を重ねることにいろいろな体の不調が出てきますが、とりわけ多いのが歯周病です。

歯周病は心臓や腎臓など他の内臓に及ぼす影響も大きいことがわかってきていますので、可能な範囲内で歯周病予防のためのデンタルケアを始めてみましょう。

お口を触られることが平気な子であれば、歯磨きのトレーニングに取り組んでみてください。

ただし、いきなり歯ブラシを使用するのはお勧めできません。

歯磨きシートや指サック型の歯磨き、美味しい味の付いたデンタルペーストに慣れさせることから始め、徐々にステップアップしていくと良いでしょう。

性格上、歯磨きが難しい場合は、歯磨き以外のデンタルケアでできるものを探してみることをお勧めします。

デンタルガムや歯磨き効果のあるドライフード、歯磨き効果のあるおもちゃ、飲み水に加えるデンタルリンス、口にスプレーする口腔ケアグッズなど、たくさん選択肢がありますので、愛犬・愛猫にもできるものがないか、一度チェックしてみてください。

体重・食欲・排泄など

「日常の健康サイン」の確認

ペット達の健康状態をチェックするうえで毎日の食欲や排泄の状況、それに伴う体重の変化を定期的に記録しておくことはとても大切です。

特にご飯の減り具合は日々の健康状態を知る非常にわかりやすいバロメーターです。

食欲のチェックのためには、毎日の食事

量・食事回数を決め、毎回計量して与えることが必要です。

与えた量を計測しておくことで今日はどれくらい食事を食べたかいつも比べて多いか少ないかが把握しやすくなります。

またフードだけでなくおやつの方も把握しておくようにしましょう。

おやつを与えずにしまつとその分ご飯を食べる量が少なくなることが多く、その日の食事が少ないのが体調不良なのかおやつを食べすぎなのか判断できます。

飲水量を測っておくことも健康管理に役立ちます。

飲水量は排尿量に直結しますし、飲水量の増加が発症兆候である病気も多いからです。

排泄状態も重要な健康バロメーターです。

猫であれば尿で固まった砂の大きさや数、システムトイレを使っている猫や犬の場合はペットシートに広がった尿の大きさや色などで把握できます。

便に関しては排便の有無、回数、便の硬さ(軟便・下痢などの有無)、便の色や時には臭いの変化などを意識すると良いでしょう。

体重は毎日測る必要はありませんが、

週に1回〜月に1回程度測れば理想的です。

理想体重や許容範囲の体重の増減は犬猫の品種や体格によって様々ですので、まずは愛犬・愛猫の理想体重を知り、わからない場合は病院を受診した際にかかりつけの獣医さんに聞いてみましょう。

病院に行ったときはほぼ毎回体重を測ると思いますが、自宅でもヒト用のヘルスメーターがあれば抱っこして測ることが可能です。

あまり難しく考えず、飼い主さんのお休みの日などの習慣にしてカレンダーや手帳にメモしておきましょう。

シニア期ペットの

健康診断スケジュール

犬や猫は私たちヒトと比べると約4倍の速さで歳をとっていきます。

良質なペットフードが増えたことや飼い主さんの健康意識の高まりから、ペットの平均寿命は昔に比べるとかなり延びましたが、7歳を過ぎたあたりからは加齢に伴う体の変化が少しずつ現れてきます。

例えば心臓の雑音が聴取されるようになっていたり、肝臓や腎臓の機能が少し低下していたり、体内のホルモンバランスが少し崩れたりしていることがあるのですが、これらは初期にはあまり顕著な症状を示さないため、飼い主さんも気づくことができないことが多いのです。

そのため、内臓疾患の起りにくい若い犬猫では健康診断も1年に1回程度で十分なことが多いですが、シニア期に入した7〜10歳あたりからは半年に一回くらいのペースで健康診断を受けることをお勧めします。

健康診断の内容としては、診察室内でできる触診や聴診などに加え、便検査、尿検査、血液検査などが基本ですが、レントゲン検査、超音波検査なども初めからセットになっている病院も多くなってきました。

どこまでの検査をするかはかかりつけの病院と相談するのが良いですが、血液検査などだけではわからない異常が見つかることもありますので、愛犬・愛猫が極端に嫌がるのがなければ、画像検査（レントゲンやエコー検査）なども定期的に受けておくことより安心です。一年の中でも健康診断のタイミングとしておススメなのは、犬では春のフィラ

リア予防開始時です。

採血は犬猫にとってはストレスがかかるところですが、採血が必要なフィラリア検査時に健康診断もお願ひすれば一度の採血で済ませることが出来ます。

猫では混合ワクチンの追加接種時など病院を受診するタイミングで一緒にお願いすると来院ストレスを減らすことが出来るでしょう。

シニア猫では腎臓病や甲状腺機能亢進症などの疾患が多くなります。

年齢や持病の有無によつて健康診断の間隔は多少異なりますが、やはり犬と同じく7歳以上では半年ごと、甲状腺や腎臓に疾患がある場合は1〜3か月ごとに定期検診を受けるようにしましょう。

冬場に気をつけたい 栄養と運動バランス

冬は免疫力が低下しやすく、寒さや乾燥で感染症なども流行りやすいため、体調不良を起こしがちです。

さらに日照時間が短く、寒くて外に出る時間も短くなることから、日光に当たることで体内で生成されるビタミンDも低下しやすいと言われています。

そんな冬の寒さに負けないためには栄養バランスの取れた食事と適度な運動

が役立ちます。

まずは年齢に合った食事と体に必要な栄養をバランスよくとりましょう。

冬の寒さを乗り切るためには、体の筋肉を維持しつつ体に必要なエネルギーを効率よく補うことのできる食事が適していますので、理想的なのは良質なたんぱく質を含む高消化性のフードです。また体の調子を整えるビタミンA、ビタミンC、ビタミンEなどのビタミン類、骨や筋肉の健康維持に必要なカルシウムやリンなどのミネラル、さらにエネルギー源として適度な脂肪分も必要です。

このような基本的な栄養に加え、愛犬・愛猫の体の状態に合わせて補いたい栄養成分がある場合は、サプリメントを活用してみるのもおススメです。

関節疾患を抱えている高齢犬では関節保護成分の含まれるもの、免疫力の補強には免疫の要となる腸内環境を整える乳酸菌や免疫賦活作用のあるキノコの成分を含むもの、猫カゼの再発が心配な場合はヘルペスウイルスに対する抵抗力をつけるL-リジンなどというように目的に合わせて必要な成分を補うことができるのがサプリメントの良いところです。

冬の運動は好きな子と苦手な子に分か

れると思いますが、お散歩も防寒対策をしっかりとすることで継続できると良いですね。

関節などに不安のある子では、冷えによって関節の動きが悪くなったり痛みが出やすいことがありますので、必要に応じてサポーターを活用したり、脚まです防寒できる服や靴などで寒さ対策をしっかりとしてあげましょう。

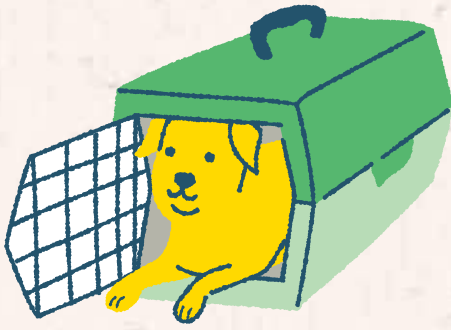
体温が下がりやすい超小型犬や、寒冷刺激で体調の悪化が懸念されるような疾患（心臓病など）を治療中の場合は無理する必要はありません。

室内での遊びや運動を増やしたり、室内のドッグランなどを利用してみるなど、体調に合った方法で運動する工夫をしましょう。

終わりに

ごはんのごと、排泄のごと、お散歩のごなどとても基本的なことばかりですが、ちょっとした変化やそれに対する気が付きがペットの健康を守るカギになります。

これからの1年がより良いものになるように、新たな気持ちでペットたちの健康管理に努めましょう。



事前の備えが大事！ 犬と災害に遭って しまったらすべきこと

犬を飼っている方が災害に遭ってしまった時にどのような行動をしたら良いかや、どのような備えをしておくべきなのかを紹介した記事。

愛犬飼育スペシャリスト 有川莉保

日本は災害が多い国で知られてい
ますよね。万が一、愛犬と共に災害
に遭ってしまったらどうするべきか
考えているでしょうか？

今回は災害時にどのような行動を
とるべきなのか、そして事前にどの
ような備えができるのかについて紹
介していきます。

また、災害に遭ってしまった後は避
難をすると思います。避難の際には
愛犬をどうしたら良いかなども紹
介していきますので参考にしてみ
てください。

愛犬と災害に 遭ってしまったら

いつどのようなタイミングでやっ
てるかわからない災害。

災害に遭わずに生活できるのが一
番ですが、万が一災害に愛犬と共に
遭ってしまったらどうしたら良いの
でしょうか？

●まずは人命を優先する

ペットを飼っている方なら真っ先に
「ペットを守らなくては！」と思うの
が自然な考えだと思います。

しかし、災害が起こった際にはまず
は自分の命を守ることに徹して
ください。

犬は人間よりも身体能力が高いで
すから、ものが落ちてきたりしても
逃げられる可能性が高いです。

また、人間よりも少ないスペースで
も生きていける可能性が高いので
す。愛犬を守ろうとして自分が命を
落としてしまったら、その後愛犬は
誰が面倒をみることになるのでし
ょうか？一人ぼっちで愛犬を残して
しまわないためにもまずは自分の
命の安全を確保してください。

●愛犬のケア

自分の命の安全が確保できたら愛
犬のケアを行ってあげてください。

急な地震などの場合、犬たちはパニ
ックに陥って暴れたり逃げ出してし
まう危険性があります。逃げ出して
しまったら探すのも大変ですし、命
も危険にさらすことになってしま
います。まずは、愛犬の気持ちを落
着かせてあげてください。

落ち着いたら安全な場所に移動さ
せるなどして、安全確保に努めま

よう。これが災害に遭ってしまった
時にすべきことです。どうしても自
分の命よりも愛犬の命を助けなく
てはと考えがちですが、まずは自分
の命を守ることから始めてみて
ください。その方が救われる命が多
くなる可能性がありますし、災害後
のことを考えても人命優先が最善策
になるかと思えます。

万が一の災害に備えて

万が一の災害に備えて事前に準備
できることはしておく方が命が助
かる可能性が上がります。

ではどのような準備をしたら良い
でしょうか？準備すべきことは2つ
あります。

①どのようにして逃げたら良いか
などをイメージしておく

②大用の防災グッズを用意しておく
災害に遭ったらどこからどうやって
逃げるかをイメージしておくことも
事前準備の一つになります。

玄関から逃げた方が良いのか、一番
近いのは窓だから窓から逃げた方
が良い。などイメージしてみます。

窓から逃げるなら近くにすぐに履けるような靴を置いておいた方が
良いな。などとやるべきことが見え
てくるはず。また、愛犬はどうや
って一緒に逃げるのかもイメージし
ておきましょう。

パニックになりやすい子ならクレ
ーがなないとダメだな。や、うちの愛犬
なら落ち着いて歩いてくれるはず。

などと愛犬とどうやって逃げるかも
イメージしておくことでどのような
準備が必要か見えてきます。

犬用の防災グッズとして準備して
おくべきものは大きく分けて2つあ
ります。1つは犬の命や生活に関わ
るグッズ。もう1つは犬と飼い主の
情報に関わるグッズです。

犬の命や生活に関わるグッズとし
て準備しておきたいのは以下のよ
うなものです。

- フードと器
- お水
- 薬
- ペットシート
- リードや首輪
- クレート

最低限これらのものは準備してお
くと良いです。

特に災害が起こって焦っている、
人間の非常食などは持ってきたの
に愛犬のご飯は忘れてきてしまっ
た何てことも起こりかねません。
事前に犬用の防災グッズとしてま
とめておけば忘れることもありま
せんよね。

また、大きめのタオルや折りたたみ
式のサークルなどがあると何かと
便利です。余裕がある場合には持っ
ていくと良いでしょう。

犬や飼い主の情報に関わるものは
以下のようなものです。

- お薬手帳
- ワクチン接種証明書

これらのものがあるなら持っていく
ようにしましょう。

避難所での生活

災害によって避難所での生活をし
なくてはいけなくなってしまう時
にはどうしたら良いのでしょうか？
犬と一緒に避難することができる
同行避難というものがあります。

しかし、同行避難は避難所によって
できる場所とできないところがあ
りますので、自分が住んでいる地域
の避難所はどうか確認してお
きましょう。同行避難が出来ない場
合には他の方法を考えなくては
けません。また、同行避難が出来た
としても同じ空間で生活すること
はおそらくできません。

避難所には犬が苦手な人やアレルギーの人もいます。犬は犬専用のスペースでクレートやケージに入れて避難する形になります。このような状況にストレスを感じ、体調を崩してしまう犬も少なくありません。その際には違う避難方法を考えなくてはなりません。

選択肢を増やしておく

避難の仕方は選択肢を増やしてお
くことが非常に大切です。
同行避難が出来ても同じ空間で過
ごすことができず、愛犬が体調を崩
してしまった場合には車での避難
生活やテントでの避難生活も視野
に入れる必要があります。

また、災害時には一時的に親戚に
預けたりペットホテルを利用する
という手もあります。

犬はいつもと違う状況で生活するこ
とに大きな不安を感じると思いま
す。この不安を少しでも軽減するた
めにどのようにして避難するのが
最善の方法なのかを考えてみる
良いです。

そのためにも避難方法の選択肢を
増やしておくことは重要です。

まとめ

いかがでしたでしょうか？

今回は万が一愛犬と災害に遭って
しまったらどのように行動すべきな
のかや事前にどのような準備をし
ておくか良いのかについて紹介して
いきました。これを機に災害対策に
ついて考えてみてもらえたら嬉しい
です。



猫の行動を理解する なぜ猫は こんな行動をとるのか？



飼い主は猫の行動を正しく理解し、猫とのコミュニケーションを深め、信頼関係を築くための具体的なステップを学ぶことができます。

犬の管理栄養士 矢木花佳

猫の行動を理解する意義

猫は、人間とは異なる感覚や本能に従って行動します。これらの行動を理解することで、猫が何を感ず、何を求めているのかがわかるようになり、より適切な対応ができるようになります。また、問題行動と見なされがちな行動も、その背景を知ることですトレスの原因を取り除き、猫にとって快適な環境を提供することが可能になります。

猫の代表的な行動とその意味

1 ふみふみ(こねる)

猫が柔らかい布や人の膝の上で前足を交互に押し出すようにする動作、いわゆる「ふみふみ」は、子猫の頃に母猫のお乳を飲むときの動作に由来します。この行動は、猫にとって安心感やリラクセスを意味し、大人になっても続けることがあります。ふみふみをしている時は、猫がリラクセスしているサインです。

2 急に走り出す(ランダムなダッシュ)

猫が突然、部屋の中を走り回る「ズーム」と呼ばれる行動は、エネルギーを発散しようとする猫の自然な行動です。猫は狩猟動物であり、短時間で集中して動く習性があります。この行動は、特に夜や早朝に多く見られますが、これは猫の夜行性の本能によるものです。急なダッシュは通常、健康でエネルギーが有り余っている猫に見られる行動です。

3 物を落とす

テーブルの上や棚から物を手で押して落とす行動は、猫が物に対する好奇心を満たすため、または狩猟本能を刺激するために行うことがあります。猫は動く物や音に敏感であり、物を落とすことでその反応を確認しているのです。また、飼い主の注意を引くために行う場合もあります。頻繁に物を落とす場合は、猫が遊びたいと感じているか、環境に不満がある可能性も考えられます。

4 壁や天井をじっと見つめる

何も無い壁や天井をじっと見つめる行動は、猫の鋭い感覚によるものです。猫は人間には聞こえない音や見えない動きを感知することができます。そのためにこのような行動をとることがあります。特に、虫が隠れている場合や微かな風の動きを感じている時にこの行動が見られます。時には、ただ単に考え事をしているか、リラクセスしているだけの場合もあります。

5 お腹を見せる

猫がお腹を見せる行動は、信頼のサインです。猫にとってお腹は非常にデリケートな部位であり、敵に攻撃されやすい場所です。したがって、お腹を見せるのは、相手に対して心を許していることを示しています。ただし、お腹を触られるのが好きな猫もいれば、触られると防衛本能から攻撃的になる猫もいます。この行動を見たら、無理に触らずに、猫がリラクセスしていることを確認する程度に留めておきましょう。

問題行動の背景と対処法

猫の行動の中には、飼い主にとって問題行動と感じられるものもありますが、それには必ず理由があります。猫の行動の背景を理解し、適切に対応することで、問題行動を改善することが可能です。

1) 引っかかり行動(爪とぎ)

猫が家具や壁を引っかくのは、爪のメンテナンスやマーキングのためです。引っかかり行動は猫の本能であり、完全にやめさせることはできませんが、専用の爪とぎポストやマットを設置することで、家具への被害を最小限に抑えることができます。爪とぎポストは、猫がよく通る場所や好んで過ごす場所に置き、そこで爪をこぐ習慣をつけるよう促しましょう。

2) 夜間の鳴き声

夜に猫が鳴くのは、退屈や不安、あるいは空腹が原因となっている場合があります。

夜行性の猫は、夜間に活発になることが多く、エネルギーを発散するために遊びたがる場合があります。夜間の鳴き声を減らすためには、日中に十分な運動をさせることが効果的です。また、寝る前に軽食を与えることで、空腹感を満たし、安眠を促すことができます。

3) 排泄トラブル(トイレ以外での排泄)

猫がトイレ以外の場所で排泄をするのは、ストレスや健康問題、トイレの環境に不満がある場合が考えられます。トイレが清潔でない、配置場所が気に入らない、トイレの数が不足しているなどの原因があるかもしれません。また、泌尿器系の疾患がある場合にも、トイレ以外での排泄が見られることがあります。まずは、トイレの清潔さを保ち、猫が快適に使える環境を整えることが重要です。問題が解決しない場合は、獣医師に相談してみましょう。

猫とのコミュニケーションを深めるために

猫の行動を理解することは、猫とのコミュニケーションを深めるための第一歩です。

猫は言葉を使わずに行動やボディランゲージで自分の気持ちを伝えています。猫の行動に注意を払い、その意味を理解することで、飼い主としての対応もより適切なものになるでしょう。

1) 猫のボディランゲージを読む

猫の気持ちを知るためには、ボディランゲージに注目することが重要です。

尻尾の位置や動き、耳の向き、瞳孔の大きさなどを観察することで、猫の感情を読み取ることが可能です。例えば、尻尾を立てて歩いている猫は自信を持っている状態であり、逆に尻尾を下げたり毛を逆立てている場合は、不安や警戒心を示しています。

2) 猫のペースに合わせたコミュニケーション

猫は、自分のペースでコミュニケーションを取ることを好みます。無理に構ったり、追いかけることは逆効果です。猫が近づいてきた時に優しく撫でたり、猫がリラックスしている時に話しかけることで、信頼関係を築くことができます。また、猫が触られるのを嫌がる場所や状況を理解し、それを避けることで、猫にとって快適な環境を提供することができます。

3) 遊びを通じて絆を深める

猫との遊びは、単にエネルギーを発散させるだけでなく、飼い主との絆を深める大切な時間でもあります。おもちゃを使った遊びや、簡単なトリックを教えることで、猫は知的に刺激され、飼い主との関係が強化されます。遊びの時間を毎日設けることで、猫にとっても飼い主にとっても楽しいコミュニケーションのひとつが生まれます。

犬の病気辞典 犬の チェリーアイ について

葛野 宗 先生



犬のチェリーアイとは

第三眼瞼腺が眼窩内から脱出する疾患です。

チェリーアイとは、第三眼瞼（瞬膜）の基部に存在する第三眼瞼腺（瞬膜腺）が眼窩内から脱出した状態のことを言います。第三眼瞼腺は涙液分泌の役割を担っているため、脱出した第三眼瞼腺を切除してしまうとドライアイを引き起こす可能性があるため、注意が必要です。

犬のチェリーアイの 症状とは

第三眼瞼腺の脱出、炎症、腫大などの症状が見られます。

第三眼瞼腺が脱出することで、サクランボのような赤く腫れたできものとして確認されます。サクランボのように見えるため、チェリーアイと呼ばれています。これは飼い主様もすぐに気付くことが出来ません。片眼に見られることが一般的ですが、両眼に症状が見られることもあります。第三眼瞼腺が脱出していると犬自身は痛みや違和感により、前肢で顔を掻いたり、顔をこすりつけようとします。この時に脱出した第三眼瞼腺は刺激されてしまい、涙や眼脂が増えてしまうこともあります。眼球を傷つけてしまい、角膜炎や結膜炎が続発することもあります。

す。

脱出した第三眼瞼腺が気になる場合は、エリザベスカラーを装着して触れないようにする必要があります。第三眼瞼の軟骨が変形し、反転してしまうこともあります。これは、セント・バーナード、グレート・デーンなどの大型犬で好発するとされています。

犬のチェリーアイの 原因とは

第三眼瞼腺を保持する組織の先天的な解剖学的な素因があると言われています。

はつきりとした原因は不明ですが、発症しやすい犬種もあることから、先天的な解剖学的な素因があるとされています。第三眼瞼腺を眼窩内に固定する線維が弱い、第三眼瞼腺が肥大してしまう、などの原因があると考えられています。

犬のチェリーアイの 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
 - イングリッシュコッカースパニエル
 - シーズー
 - チワワ
 - バセットハウンド
 - ビーグル
 - フレンチブルドッグ
 - ペキニーズ
 - ポストンテリア
 - ビーグル、アメリカン・コッカー・スパニエル、イングリッシュ・コッカー・スパニエル、ペキニーズ、チワワ、シー・ズー、ポストン・テリア、フレンチ・ブルドック、バセットハウンドなどが好発犬種といわれています。
- 当疾患は若齢で発症することが多く、1歳未満の犬でリスクが高いとされ、早いと3か月齢で発症が見られることもあります。

犬のチエリーアイの 予防方法について

主に早期発見・治療をおこないます。

先天性疾患であり、予防法はありません。

早期発見・治療が重要な疾患です。

犬のチエリーアイの 治療方法について

突出した第三眼瞼腺の修復をおこないません。

症状が軽度な場合、脱出した第三眼瞼腺を正常な位置に押し戻すことで、症状が落ち着いてくれることがあります。

同時に炎症を抑える点眼薬を使うことで症状が抑えられる可能性があります。チエリーアイは再発が多い疾患であり、また第三眼瞼腺は脱出してしまいます。

基本的には、チエリーアイは全身麻酔が可能であれば外科手術が第一選択となります。

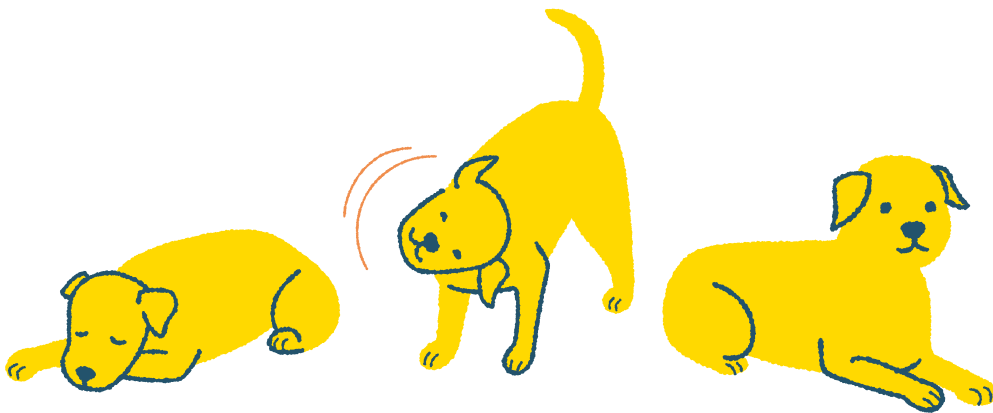
以前は脱出した第三眼瞼腺を切除してしまう方法が主流でしたが、涙液分泌の役割を担う第三眼瞼腺を失ってしまうと涙液分泌が大幅に減少し、ドライアイを引き起こします。

そのため、現在は第三眼瞼腺を温存する方法で外科手術がおこなわれます。

外科手術は、脱出した第三眼瞼腺を正常な位置に修復して縫合する方法でおこないます。第三眼瞼の軟骨が反転してしまっている場合は、反転している部位を切除します。

術後は、出血、結膜浮腫、角膜炎などが生じることがありますので、点眼などのケアが必要です。また、長期的には第三眼瞼腺を温存していてもドライアイを発症することがあります。

定期的にシルマーテスト(涙の量を測る検査)をおこない、経過観察していくことをお勧めいたします。



おすすめ商品

毎日愛眼

ブルーベリー&ルテイン



犬用 チキン味(錠剤) 犬猫兼用 ミルク味(粉末)

目の健康維持に

「毎日愛眼 ブルーベリー&ルテイン」は目の健康維持の為に7種類の成分(ブルーベリー(ビルベリー)ルテイン(マリーゴールド)・プロポリスエキス・アスタキサンチン・メグスリノキエキス・紫イモ・カシス)を配合しています。安心安全の国産品質、GMP、ペットフード安全法、残留農薬のポジティブリストに基づき、香料・着色料・保存料・化学調味料を使用せずに製造しています。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

猫の慢性腎不全について

齋藤厚子先生



猫の慢性腎不全とは

腎臓の機能が低下し、老廃物を排泄できなくなる病気です。

慢性腎不全（腎臓病）は高齢の猫に非常に多く見られる病気です。腎臓は体の老廃物を血液から濾しとり、尿として排泄する役割を持っています。

腎機能が低下すると、老廃物が排泄されず体に貯留するため、吐き気や食欲不振、体重減少が起こり、尿量が増えることによって脱水が起こります。

末期になると尿毒症を起し、食欲の廃絶や重度の脱水、神経症状などを示すようになり、最終的には死亡してしまいます。

しかし、慢性腎臓病の初期にはほとんど症状を示さず、腎臓の75%以上が障

害されて初めて症状が現れるため、診断時にはある程度腎機能低下が進行していることが多い病気です。

高齢の猫で腎臓病が多いということは広く知られるようになってきているため、症状が出る前に健康診断として尿検査や血液検査を受け、初期の段階で発見できる機会も増えています。

一度障害された腎臓は元には戻りませんので、できるだけ早期に発見し、進行を抑制していくことが治療の重要なポイントとなります。

猫の慢性腎不全の症状とは

初期はほぼ無症状、初めに多飲多尿がみられます。

慢性腎臓病は進行の段階によって4つのステージに分類されています。

ステージ1はもっとも初期ですが、この段階では目に見える症状はなく、血液検査でも異常は認められません。

尿検査でタンパク尿が認められるのみです。ステージ2の段階では、腎臓の約50%の機能が低下しています。

障害されて機能できなくなった腎組織の代わりに、まだ機能を保持している腎組織が代償して働いているため、血液検査では腎臓の数値の上昇は軽度

ですが、症状として多飲多尿（水をたくさん飲んで薄い尿をたくさんする）がみられるようになります。

消化器症状や重度の脱水・貧血がおこります。

ステージ3は腎臓の機能が約75%以上障害された状態です。体内の老廃物の排泄が追いつかなくなり、食欲不振や吐き気、下痢によって体重減少がみられ、脱水が顕著となり、貧血も起こります。栄養状態が低下することによって毛艶も悪くなり、慢性的な倦怠感から寝ていることが多くなります。

末期には尿毒症症状が現れます。

ステージ4は末期の状態です。尿毒症によって食欲廃絶、重度の吐き気、重度の脱水が起こり、体は非常に瘦せ、痙攣などの神経症状を起すこともあります。機能する腎組織が非常に減少しているために、乏尿・無尿といった尿量の減少がみられることもあり、最終的には死亡してしまいます。

猫の慢性腎不全の原因とは

加齢によっておこります。

猫の慢性腎臓病はほとんどが加齢性変

化によっておこります。

長い年月をかけて、正常な腎組織が少しずつ減少して発症します。

他の泌尿器疾患や内科疾患に伴っておこります。

尿道閉塞、腎結石、尿管結石、尿道結石や腎盂腎炎、糸球体腎炎などの急性腎不全による腎障害の結果、多発性嚢胞腎の発症などによって正常な腎組織が減少しておこるものもあります。

糖尿病などでは、高血糖による腎障害がもとで腎臓病を発症することがあります。他には全身性エリテマトーデス、アミロイド症、多発性骨髄腫、高カルシウム血症などの全身疾患に続発しても起こります。

薬物摂取も原因となります。

抗生物質や重金属などの摂取によって腎障害が起こり、慢性腎臓病となる場合もあります。

猫の慢性腎不全の好発品種について

以下の猫種で好発がみられます。

- アメリカンショートヘア
- エキゾチックショートヘア
- スコティッシュフォールド

●ヒマラヤン

●ブリティッシュショートヘア

●ペルシャ

●どんな猫でも起こります。

多発性腎嚢胞を起す品種（スコティッシュフォールド、ペルシャ、ヒマラヤンなど）では、最終的には腎不全を発症してしまいます。

猫の慢性腎不全の 予防方法について

年齢に合った食事管理が予防策の一つです。

猫は犬に比べて食事中のタンパク摂取量が多い動物です。高タンパク食は、代謝の結果として腎臓に負担をかけやすいため、猫はもともと動物として腎不全の発症が多い傾向があります。タンパクは必要ですが、成長ステージによってその量を少し調整してあげることで腎臓にかかる余分な負担を減らし、腎臓病の発症を抑制できると考えられます。シニア期でも7歳以上用、10歳以上用、中には15歳以上用など分類されたフードがあるので、年齢に合わせて食事を選んであげましょう。

適度に水分補給できるような環境を整えましょう。

腎臓で作られる尿量は摂取した水分量に影響されます。脱水傾向だと尿の生成も少なくなり、循環血液量が少ないことによって腎不全が起ることもありま

すので、飲みたいときにすぐ飲めるように水飲み水を新鮮できれいなものにしてあげましょう。猫の中には水にこだわりのある子もいます。ぬるま湯を好んだり、流水を好む場合もあるので、猫の傾向を見て十分に水分が摂れるように工夫をしてあげましょう。ドライフードからウェットフードへの切り替えにより飲水量を増やすことも可能です。

定期的に尿検査を受けましょう。

腎臓病を早期に発見するためには定期的に尿検査を行うことが重要です。症状が出る前でも、腎臓に異常が起っている尿には変化がみられません。尿検査では腎臓病だけでなく、糖尿病や尿石症などの早期発見もできますので、ワクチン接種などで病院へ行く際にはできれば尿を持参し、定期的に健康チェックしてもらいましょう。

猫の慢性腎不全の 治療方法について

食事療法と内服薬で治療します。

初期には症状はあまり見られませんが、タンパク尿が認められ、それが腎臓病によるものだと判断された場合には、タンパク尿を抑制するお薬の投薬をできるだけ早くから始めます。

また食事療法として腎臓病対応食を始め、腎臓にかかる負担を減らすことで進行を抑制できます。少し病期のステージが上がると、老廃物の増加を示す血液検査異常が始められます。リンを吸着するお薬や活性炭などで体の老廃物を排泄する補助を行い、吐き気や食欲不振がみられる場合には胃粘膜保護剤や吐き気止めを使用します。腎不全に伴って高血圧が起ることがあります。

高血圧を治療せずにいると、眼底出血などを起し失明する場合もあるので、血圧を下げるお薬も必要になります。

脱水が現れる場合には点滴を行います。

腎不全では脱水が顕著に認められます。脱水があると全身状態も悪く、尿量が減ることで腎不全の進行を早めてしまうため、皮下点滴や静脈点滴で脱水の補正を行ってあげましょう。

皮下点滴は獣医師の指導を受ければ飼い主さんも自宅で実施できます。

食欲のなかつた子も、脱水が改善することで食欲が回復することがあるので、自宅療養を希望する場合はかかりつけの

病院で相談してみましょう。
貧血を治療します。

腎障害が重度になると、腎臓で作られる造血ホルモン（エリスロポエチン）が不足して貧血になります。

その場合には定期的にエリスロポエチンを注射で補給して、貧血の治療も行います。

末期には緩和ケアを行います。

症状が進行すると体は衰弱し、自力で立つて歩けなくなったり、自分からは食事を摂らなくなってしまうます。

末期になってしまったら、食事を処方食にこだわることはありません。

嗜好性が高く、食べやすい缶詰などを少量ずつ温めて食べさせてあげましょう。吐き気があると食べられなかったり、食べてもすぐ戻ってしまうため、内服薬が注射で吐き気止めを打ってもらい、気持ち悪さを取ってあげると苦痛を少し取り除いてあげられます。

トイレにも歩いていけないことがあるので、ベッドの近くにトイレを移動してあげたり、おむつやペットシートで対応することも必要になってきます。

暖かく落ち着いて過ごせるように環境を少し整え、最期まで穏やかに過ごせるようにケアしてあげましょう。

Happy Horoscope

2026
1/1~
1/31

幸せを呼ぶペット占い

Aries

牡羊座

3 / 21 ~ 4 / 19



新しい年は落ち着いた雰囲気です。愛犬・愛猫とのんびり過ごすことが運気アップのポイント。おやすみ前のマッサージは、絆を深めるだけでなく幸運も呼んでくれますよ。

Taurus

牡牛座

4 / 20 ~ 5 / 20



愛犬・愛猫の運勢がアップしています。一緒に過ごすオーナー様の運勢も上がっていきのめりポイント。穏やかな声で名前を呼ぶことを意識すると、ペットに悪い気を寄せ付けません。

Gemini

双子座

5 / 21 ~ 6 / 21



先月からの上昇運気がさらに向上に。愛犬・愛猫にもオーナー様にもとってうれしい出来事がありそう。注意したいのは食べ過ぎ。おやつを食べたらフードを減らし、運動を増やすと吉。

Cancer

蟹座

6 / 22 ~ 7 / 22



人気運がアップしそうな月です。気軽な気持ちでSNSにアップした写真が人气的になるかも？動物病院やドッグランなどで声をかけられることもありそう。ていねいなブラッシングは吉。

Leo

獅子座

7 / 23 ~ 8 / 22



新年のスタートとして、動物病院での健康診断はおすすめです。お天気の良い日を選んで行くと、いいこともありそう。気軽な健康相談などで、有効なアドバイスも貰えるかもしれません。

Virgo

乙女座

8 / 23 ~ 9 / 22



運勢はほんの少し停滞気味。アンラッキーな日はベッドやハウスを掃除すると運気の流れがよくなります。天日干しで、お日さまのパワーをもらおうといいですね。日向ぼっこもおすすめです。

Libra

天秤座

9 / 23 ~ 10 / 23



忙しかった年末から変わって、のんびりムードになりそうな月です。愛犬・愛猫とのお昼寝はおすすめです。今月のラッキーアイテムは「食器」。思い切って新調するのもいいでしょう。

Scorpio

蠍座

10 / 24 ~ 11 / 21



今月の運気アップのポイントは、「お手入れ」。基本のブラッシングはもちろん、耳掃除や爪切りなどもおすすめです。動物病院やサロンに行くのもいいですね。首輪はラッキーアイテムです。

Sagittarius

射手座

11 / 22 ~ 12 / 21



愛犬・愛猫の集中力が高まる月です。新しい遊びやゲームに挑戦するのもいいでしょう。その分疲れやすいので、夜はのんびりすることを心がけて。爪切りと歯みがきはラッキーを呼びます。

Capricorn

山羊座

12 / 22 ~ 1 / 19



やや運気はダウン気味ですが、こまめなお手入れが吉を呼び悪い気を追い払ってくれます。特にブラッシングや歯みがきはおすすめです。オーナー様のやさしい声かけで、絆も深まります。

Aquarius

水瓶座

1 / 20 ~ 2 / 18



今月は、ささいな行動でもたくさんほめてあげることが運気アップにつながります。お散歩やご飯のときに「いいこだね」と声をかけて。愛犬には大げさに、愛猫には静かにポイント。

Pisces

魚座

2 / 19 ~ 3 / 20



今月は意識して静かに過ごすことが吉を呼びます。お散歩や遊びではしゃぐのは大丈夫ですが愛犬・愛猫が1人ぼんやりしていたら、そっとしておいて。夜のマッサージが吉を呼びます。

「寒さのせい」と
する前にできること

冬に悪化する

関節痛



寒い時期、心配な関節の痛み……、実は「寒さ」や「年齢」だけが原因ではありません。
この機会に痛みを遠ざける生活習慣も見直してみましょう。

形成外科医 橘田 絵里香

日本専門医機構認定 形成外科専門医。日本抗加齢医学会専門医。

悩ましい…

冬の関節痛

冬になると、膝や腰、指の関節が

「朝だけ痛い」

「動き出すまで重い」

と感じる方、多いかと思えます。

「年のせい」

「寒さのせい」

と片づけてしまいがちですが、老化というのは生活習慣が原因の多くを占めることがわかっていきます。冷えが深まるこの時期こそ、関節を守るための生活習慣を見直すチャンスです。



なぜ冬は関節が

痛みやすいのか

寒くなると血管が収縮し、関節や筋肉に流れる血液量が減ります。

血流が悪くなると、筋肉や腱がこわばり、ちょっとした動作でも負担が集中します。

また、関節をスムーズに動かすための「滑液(かつえき)」も気温が下がる粘度が増し、動きが鈍くなる可能性が指摘されています。

「冷やさない」

「固めない」

「動かす」

関節痛の予防で大切なのは、温めながら適度に動かすことです。

湯船につかるときは、ぬるめ(38〜40℃)で15分程度じっくり温めるのが理想です。入浴中に膝や腰を軽く回すと血流がより促進されます。

それだとしてもぬるく感じる、という方は、筆者は湯船に炭酸を発する入浴剤を入れ、湯船にかかる横で熱いシャワー(40℃〜42℃)を出しっぱなしにしておきます。

浴室が十分に温まる前に裸になつてしまうと、寒暖差による体への負担が大きくなってしまいがちですが、浴室をあらかじめ温めることでヒートショック対策にもなります。

環境保全的にはあまり褒められないことではないかもしれませんが、スチームサウナ状態を作り上げ、体温以上の温度の蒸気を吸い込むと、あつという間に体があたたまり、じわっと汗が出てきます。また、外出時にはサポーターやレッグウォーマー、機能下着などを活用して「冷やさない仕掛け」をつくりましょう。

特に膝と足首の冷えは関節痛を悪化させます。

「痛いから動かさない」は逆効果であることはいうまでもありません。

起床後すぐに膝をゆっくり伸ばす・足首を回すことにはじまり、とにかく1時間以上座りっぱなし、立ちっぱなしのデスクワークの合間に椅子の上でかかとを上げ下げするなど、1時間に1回動く習慣をつけることが、血流改善とこわばり予防につながります。



筋肉量を減らさない

関節を支えているのは筋肉です。特に太もも(大腿四頭筋)やお尻(大殿筋)が衰えると、膝や腰への負担が一気に増えます。

筋トレと聞くと構えてしまう人も多いですが、「今より衰えないようにする」のがまず第一。寒い冬はどうしても活動量が落ち、筋肉量が低下しやすい時期ですが、「億劫だから動かない」をなくしましょう。「座ったまま膝を伸ばす」「寝る前に10回だけお尻を持ち上げる」などのミニ運動もいいですね。「冬に動ける人ほど、春以降の体がラクになります。寒さに負けず、日常の中で動きを減らさないように心がけるだけでも、関節の老化を先延ばしにできる猶予が生まれます。」



食生活で「内側から」

関節を守る

関節の滑らかな動きを支えるには、栄養も重要です。

関節に直接移行する栄養素、というのはまだ研究結果が出ていない部分が多いのですが、まず何よりも体重のコントロール！

体重が重いことで、腰や膝などの関節にかかる負担が大きくなってしまいますからね。

長年、肥満や過体重の状態にいることは関節の負担にもつながることと言ってもありません。

こうした負担が痛みの原因となりますので、体重を増やさないような食生活が大切なのです。

●ビタミンC(みかん・ブロッコリーなど)・研究段階において、コラーゲン生成を助け、軟骨を強化する可能性あり

●ビタミンD(鮭・卵・きのこ類な

ど)・骨の健康を守る

●オメガ3脂肪酸(青魚・アミノ油など)・抗炎症・抗酸化。老化を遅らせるカギとなります。

冬といえば鍋料理があるじゃないですか！

温かい食事は血流を促し、冷えの改善にもつながりますし、魚や豆腐、野菜をたっぷり入れれば、自然にこれらの栄養を摂ることができず。鍋は、あなとれません。



睡眠も

「痛み予防」の一部

意外かもしれませんが、睡眠不足も関節痛を悪化させます。

自律神経が乱れると血流が滞り、筋肉の緊張が取れにくくなりますし、精神に余裕がなくなると、それだけで痛みを感じやすくなってしまっ側面があるのです。

そのためにも、夜はしっかり休むこと。寝る2時間前にお風呂から上がる、ちょうどベストタイミングで眠くなってくれます。

寝る直前にスマートフォンやテレビをみてしまっている方、ブルーライトの影響で、良質の眠りが妨げられてしまいますので、要注意ですよ。



冬こそ、億劫がらず、 関節痛予防を！

冬の寒さは血流低下や筋肉のこわばりを招き、関節痛が悪化しやすくなります。「冷やさない・固めない・動かす」ことをこころがけ、栄養と睡眠で体の内側からもコンディションを整えてみましょう。寒い季節を「痛みの季節」にするか、「整える季節」にするかは自分次第。春になったとき、スッと軽く動ける体を手に入れるため、この冬こそ、関節ケアを始めてみましょう。



NUMBER SUPPLEMENT 21 | プラセンタ450000 & 美活12成分

おすすめ商品

50倍濃縮プラセンタ450000mg 美しさと健康を支える12成分追加配合
内側から輝き潤う毎日を目指す美活日和



本品は、美しさと健康を支え、内側から輝き潤う毎日を目指す為に13種類の成分を配合しています。配合成分は豚プラセンタエキス末、コラーゲンペプチド、ヒアルロン酸、ヘスペリジン、セラミド、エラスチン、ダイゼイズイム、コエンザイムQ10(還元型)、トコトリエノール、ビタミンC、ビタミンB2、ツボクサエキス末、米油となります。ウイズメディカのサプリメントは安心安全の国産品質、GMP認定工場製造で、香料・着色料・保存料を使用せずに製造しています。(1袋90粒入り/1日3粒目安/体調に合わせて飲む量をご調整ください)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・全猫種が食べやすいチキン味(錠剤タイプ/1袋60粒入り)・カツオ味(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。

感染経路と予防策を知っておこう！ 感染性胃腸炎は うつるのか？

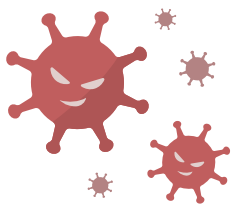


感染性胃腸炎とは、細菌やウイルスなどの病原体による感染症です。医学的に、感染性胃腸炎を発症する原因や感染経路を分かり易く説明して、感染性胃腸炎の典型的な症状や予防策を中心に紹介していきます。

外科医 甲斐沼孟

【第1章】 感染性胃腸炎の症状とは

感染性胃腸炎は原因となる細菌やウイルスなどの病原体が多岐に渡り、例えばロタウイルスの場合には便が白っぽく変化するなど病原体によって症状の現れ方が異なると言われています。感染性胃腸炎における典型的な症状としては、嘔気や嘔吐、下痢などといった消化器に関連したものが多く、下痢や嘔吐症状に伴って体内の水分が喪失して、食欲低下から十分に水分を摂取できず下から十分に水分を摂取できず脱水状態が進行して、倦怠感などの症状が見受けられます。そのほか、特にロタウイルスが乳幼児に感染した場合には、けいれん発作など意識が悪くなる症状を併発することも報告されています。



【第2章】ウイルス性胃腸炎と細菌性胃腸炎の違い

感染性胃腸炎には、大きくウイルス性胃腸炎と細菌性胃腸炎に分類されています。ウイルス性胃腸炎は、ノロウイルスやロタウイルスなどによる一般的な腸炎であり、食べ物から感染することもあり、また他人の吐物や下痢便などを介して感染することも多いです。ウイルス性胃腸炎とは、ウイルスを原因として発症する胃腸炎のことであり、主な原因となるウイルスとしては、ノロウイルス、ロタウイルス、サボウイルス、アデノウイルス、コロナウイルス、コクサッキーウイルスなどが挙げられます。その一方で、細菌性胃腸炎は、主に食べ物から感染し、ウイルス性胃腸炎に比べて症状が強いのが特徴的です。

胃腸症状が悪化する代表的な細菌

菌例として知られているのが、腸管出血性大腸菌(略称:O-157)やカンピロバクターによるものであり、下痢や嘔吐などの消化器症状がひどくなって入院を余儀なくされる場合も存在します。

【第3章】

ロタウイルスの感染経路

ロタウイルスの主な感染経路はヒトとヒトとの間で起こる糞口感染であり、ロタウイルスは特に感染力が極めて高く、ウイルス粒子が10〜100個と少数であってもウイルス感染が成立すると考えられています。

また、ロタウイルスは外部環境下でも安定的に生息できるため、汚染された水や食物などに触った手からウイルスが口に入って感染が成立する可能性もあります。ロタウイルスは、主に乳幼児に感染性胃腸炎を引き起こすことで知られるウイルスであり、例年3月から5月にかけて流行し、一度

発症すると水様性下痢や嘔吐症状が繰り返して出現し、発熱や腹痛なども往々にして頻繁に認められます。

ロタウイルスによって引き起こされる感染性胃腸炎は、主に0歳から6歳前後に罹患しやすく、感染力が強いウイルスであるがゆえに通常では5歳までにほとんどの幼児がロタウイルスに感染すると考えられています。

【第4章】

ノロウイルスの感染経路

ノロウイルスは直径30〜40nm前後の球形でカップ状のタンパク質の内部に遺伝子が包まれた構造をしています。

ノロウイルスもロタウイルスと同様に、感染伝播する力が強く、100個以下のウイルスが存在するだけでも感染性胃腸炎の症状が出現することがあります。

ノロウイルスによる胃腸炎は、冬季を中心に年間を通して流行すると言われていて、汚染されたカキなどの二枚貝を、生の状態、あるいは十分に加熱せずに摂取した場合などに感染して、嘔気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が現れます。

【第5章】感染性胃腸炎の治療方法や予防策

感染性胃腸炎を予防する方法としては、徹底した手洗い、次亜塩素酸ナトリウムによる環境の消毒、嘔吐物や排泄物の処理の際のゴム手袋着用、食事の十分な加熱などが具体例として挙げられます。

トイレをした後や、調理する際や食事前には、必ず石けんと流水で十分に手を洗うとともに、糞便や嘔吐物を処理する場合には、使い捨て手袋やマスク、エプロンを着用して、処理実施後は石けんと流

水を用いてこまめに手を洗ってください。乳幼児の場合は、衛生概念が乏しく感染が拡大することもしょなくありませんし、万が一にも感染性胃腸炎を発症すると脱水症状を来しやすいため、脱きさるよう促進することが肝要です。もし自分が、感染性胃腸炎に罹患してしまった場合には、周囲の人にうつらないように処理や消毒などの対策を通常以上に積極的に実践しましょう。

【第6章】まとめ

これまで、感染性胃腸炎の概要、感染経路と予防策などを中心に解説してきました。

感染性胃腸炎の典型的な症状は、下痢、嘔気、嘔吐、腹痛、食欲不振、発熱などが挙げられ、小児では嘔吐、成人では下痢が多いと指摘されています。

一般的には、感染性胃腸炎の原因

となるウイルスや細菌の種類、あるいは感染者の基礎疾患の有無などによって、食欲不振や悪心程度の軽い症状で自然に治癒する場合もあれば、激しい嘔吐や水様性下痢など強い症状が持続的に認められることもあります。

感染性胃腸炎の感染経路は、感染している人から他の人に感染する「接触感染」、あるいは病原体に汚染された食べ物などが口に入ることで人に感染する「経口感染」に分類されます。

万が一、感染性胃腸炎に罹患した際には、周囲の人に感染を伝播しないためにも、便や嘔吐物の処理や触れた物の消毒などを十分に実践することが重要な観点となります。今回の記事が少しでも参考になれば幸いです。



食事方法も簡単に教えます 高齢者の筋トレに関する疑問を解決!

本記事では理学療法士監修のもと、高齢者の筋トレに関する疑問をわかりやすく解説しますので参考にしてください

理学療法士 中村 大樹

高齢者が筋トレするメリット

「高齢者は筋トレが大事と言われてもいまいちピンとこない」という人もいますよね？

筋トレというと、若い人やスポーツマンがやるものというイメージがあると思いますが、中年になっても、高齢者になっても健康のために筋トレは必須と言えます。

なぜなら、筋肉量は年齢を重ねるごとにどんどん減ることがわかってきているからです。

筋トレをしなければ筋力が低下し、立ち上がるのが大変になり、階段の上り降りができなくなります。

高齢者が筋トレをすると次にあげるようなメリットがあります

●生活習慣病が改善され、様々な病気のリスクを下げられる

●足腰が強くなり、転倒予防、骨折予防、寝たきりを予防できる

●関節痛(膝関節、腰)を予防し、生活の質が向上する

以上のように筋トレをすることで様々な効果を得ることができ、老後の不安も解消することができます。

健康維持のためにウォーキングをしている人も多いと思いますが、ウォーキングだけでは筋力は強くなりません。

ウォーキングは、生活習慣病改善や体力の維持には効果がありますが、筋肉を強くするという目的は筋トレでしか達成できないので今日から自宅でできる簡単な筋トレを始めましょう。

自宅でできる簡単な筋トレメニュー

「筋トレするためにスポーツジムに入会したほうがいいの?」という心配はいりません。

自宅でも、狭いスペースでも十分筋トレをすることができますよ。筋肉を強くするためには「負荷」をかける必要がありますが、ダンベルなどを使わなくても自分の

体重を使えば十分「負荷」がかかり筋肉を成長させることができます。

自分の体重を使ってできる簡単な筋トレは次にあげるようなものがあります。

●スクワット

●腕立て伏せ

●つま先立ち

●腹筋運動

●背筋運動

このなかでも特におすすめの運動はスクワットです。

スクワットは誰でも簡単に多くの筋肉を鍛えることができる運動です。

10回〜15回を3セット、休憩を挟みながら行ってみましょう。

「スクワットの正しいフォームがわからない」という人は、ゆっくり椅子から立ち上がって、椅子に座るといふ運動から始めるといふフォームで運動できますよ。



高齢者が筋トレする際の 注意点

「高齢になってくると筋トレする
のが心配」「逆に体を悪くしない
かな?」このような心配を持たれ
る方もいると思いますので、疑問
にお答えしますね。

高齢者が筋トレをするにあたって
注意したい点は次の2つです。

① 関節痛の悪化 ② 血圧の上昇
1つずつ解説します。

① 関節痛の悪化
年を重ねると加齢によって関節
が変形してしまいます。

腰が曲がる人もいますし、膝がO
脚に変形してしまう人もいます。
そんな人たちにも筋トレは重要
なのですが、痛みが伴う運動は関
節の変形を悪化させる恐れがあ
ります。まずは痛みの出ない運動
や、痛みのないやり方で筋トレ
を始めてみましょう。

「運動が苦手で、いまいやり方
がわからない・・・。」という人は、高
齢者用の体操教室などに参加す

ると資格をもったトレーナーがい
るので運動の方法を教えてもら
うといいでしょう。

② 血圧の上昇

筋トレのような負荷のかかる運
動は息を止める傾向にあり、それ
に伴って血圧が上がってしまいま
す。高齢者になると血管が硬くな
り、通常時から血圧が高くなって
いるので、筋トレによって血圧が
あがらないように注意する必要
があります。

血圧をあげないように、運動中は
息を止めないことが重要です。
息が止まってしまふほどの運動
は今の自分にとって負荷が強ず
ぎると思ってもらうていいですよ。
徐々に筋力がついてくるので、最
初は軽めの負荷から運動するこ
とをおすすめします。

筋トレ効果を高める食事

筋肉を成長させるためには筋ト
レによる刺激と、筋肉への栄養補
給が大事になります。そのなかで

も大切な栄養素は「タンパク質」
です。TVで元気な高齢者がお肉
をよく食べる姿を見たことあり
ませんか? タンパク質は体にた
め込むことができない栄養素な
ので、3食しっかり食べる必要が
あります。タンパク質が含まれる
食品は次のものがあります。

● 肉

● 魚介類

● たまご

● 乳製品(チーズ、ヨーグルト、 牛乳)

● 豆類

この中でも高齢者におすすめな
のが「魚介類」です。

特に青魚に含まれる油(DHA、
EPA)には中性脂肪を減らす効
果や認知症を予防する効果があ
るため、足腰の健康と体内部の
健康の2つに効果があると言え
ます。お肉だと咀嚼するのが難し
くなってきたという人もいると思
いますので、1日1回魚を食べる
ようにするといいですよ。

「3食おかずをしつかり用意する
のは大変」という人は、間食や飲
み物でタンパク質を補給しまし
よう。牛乳や豆乳、飲むヨーグル
トを取り入れたり、間食でチー
ズを食べればタンパク質をうまく
補えるので試してみましょう。

筋トレをして、いつまでも 自分の足で歩きましょう

高齢者でも筋トレをすることで
さまざまな健康効果を得ること
ができます。

加齢に伴って年々筋力が衰える
ことがわかっているので、早めの
予防が大事になります。
筋トレは自宅でも十分行うこと
ができるので、まずはスクワット
などの簡単な運動から始めてみ
ましょう。

筋トレ、ウォーキング、食事と日
々の習慣をしつかり改善するこ
とで健康寿命を伸ばし、いつまで
も生き生きとした人生を送るこ
とができますよ。

2024年
7月11日(木)
から販売開始

毎日美食

まいにちびしょく



株式会社ウィズペティ

鶏肉&海と山の幸の贅沢コース

ドッグフード:成犬用総合栄養食(ドライフード)

Concept
「美食を愛犬に」

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

1kg 本製品

定価 **5,480円**



50g
お試しセット

3袋定価 **990円**

1日の給与目安

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

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

【商品名】毎日美食 鶏肉&海と山の幸の贅沢コース

【内容量】1kg

【対象】対象 成犬用総合栄養食

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

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

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

1kg本製品 通常 購入おまとめ割引 [1袋内容量] 1kg

コース (税込価格)	通常1袋	5%OFF 通常2袋	8%OFF 通常3袋	11%OFF 通常4袋
		5,480円	10,412円	15,123円
	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



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



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



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



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



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





ご購入はこちらから

ウィズペティ公式サイト
<https://withpety.com/>

通常価格(全商品共通)

1袋 **2,827**円(税込)

「犬用：錠剤チキン味」「猫用錠剤カツオ味」、更に錠剤が苦手な子に「犬猫兼用：粉末ミルク味」の3種類をご用意しております。
「粉末ミルク味」はそのままフードにふりかけるか、付属スプーン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」 「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」 <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(メール便(ポスト投函)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「メール便(ポスト投函)」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。



3のお悩み同時解消!
睡眠×冷え×むくみ **ヒハツ&ラフマ** **02** 機能的表示食品

内容量 27g (300mg×90粒/30日分)
機能的関与成分 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

3のお悩み同時解消!
内臓脂肪×皮下脂肪×睡眠 **ブラックジンジャー&ラフマ** **01** 機能的表示食品

内容量 18g (300mg×60粒/30日分)
機能的関与成分 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

3のお悩み同時解消!
尿酸値×高めの血圧×疲労感 **ルテオリン&ギャバ** **04** 機能的表示食品

内容量 27g (300mg×90粒/30日分)
機能的関与成分 ルテオリン / ギャバ
追加栄養補助成分 イソフラボン / ゴマペプチド / アンセリン / 田七人參

3のお悩み同時解消!
LDL×糖の吸収×食後血糖値 **オリーブ&サラシア** **03** 機能的表示食品

内容量 18g (300mg×60粒/30日分)
機能的関与成分 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

3のお悩み同時解消!
記憶力×判断の正確さ×ストレスの緩和 **イチョウ葉エキス** **06** 機能的表示食品

内容量 18g (300mg×60粒/30日分)
機能的関与成分 イチョウ葉エキス / Lactiplantibacillus plantarum SNK12株
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/亜麻仁油/長命草/シソエキス/ビタミンB2

3のお悩み同時解消!
便通×肌の潤い×保湿 **有胞子性乳酸菌&セラミド** **05** 機能的表示食品

内容量 22.02g (367mg×60粒/30日分)
機能的関与成分 有胞子性乳酸菌 / セラミド
追加栄養補助成分 ヒアルロン酸 / コラーゲン / ビタミンB6 / プラセンタ

1日1粒 ナットを8000FU
乳酸菌と酪酸菌も配合! **ナットウキナーゼ&乳酸菌&酪酸菌** **08** 高含有健康食品

内容量 17.1g [(一粒の総重量570mg、一粒の内容量480mg)×30粒]
高含有主成分 ナットウキナーゼ / 乳酸菌 / 酪酸菌
追加栄養補助成分 桑葉末 / ローズマリーエキス末 / イワンペプチド/ゴマ抽出物 / ケルセチン / ビタミンB6 / ビタミンB12

4のお悩み同時解消!
光ストレス×目の疲労×ぼやけ×かすみ×肩×腰 **ルテイン&ゼアキサンチン&アスタキサンチン** **07** 機能的表示食品

内容量 27.6g (460mg×60粒/30日分)
機能的関与成分 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

高純度 **生食1粒 750mg**
ローヤルゼリー **デセン酸9%の高品質品** **高純度生ローヤルゼリー&イソフラボン** **10** 高含有健康食品

内容量 24g (400mg×60粒)
高含有主成分 高純度生ローヤルゼリー/デセン酸9% / 大豆イソフラボン (アグリコン型)
追加栄養補助成分 レッドクローバー/ゴマ抽出物 / 高麗人參/DNA-Na/植物発酵エキス末 / ギャバ/葉酸/ビタミンC

この1袋で スッキリ習慣!
ノコギリヤシ シーベリーエキス **9900mg 900mg 1650mg** **ノコギリヤシ&シーベリーエキス** **09** 高含有健康食品

内容量 29.1g (485mg×60粒)
高含有主成分 ノコギリヤシ / シーベリー
追加栄養補助成分 ペポカボチャ/クランベリーエキス / トマト色素 / ヴィトコフェロール / ビタミンE/ビタミンA

鹿児島県福山町産 **熟成黒酢** が **1袋に22680mg配合!!**
健康成分13種配合!! **熟成黒酢&黒ニンニク&黒酢もろみ&ビフィズス菌** **12** 高含有健康食品

内容量 41.4g (460mg×90粒)
高含有主成分 熟成黒酢/黒酢もろみ/黒ニンニク
追加栄養補助成分 ビフィズス菌粉末/香酢粉末/高麗人參末/アサイー果汁末/シジメエキス末/アマニ油/カキエキス末/金時ショウガ/大豆ペプチド/米油

チャコール **クレンズの決定版!**
4種活性炭・植物発酵・有胞子性乳酸菌 **活性炭&植物発酵&有胞子性乳酸菌** **11** 高含有健康食品

内容量 36.45g [(一粒の総重量405mg、一粒の内容量330mg)×90粒]
高含有主成分 4種の活性炭 / 植物発酵エキス / 有胞子性乳酸菌
追加栄養補助成分 発酵紅茶エキス末/キトサン/難消化性デキストリン/イヌリン/L-カルニチン

通常価格(全商品共通)

1袋 **3,883** 円(税込)

3のお悩み同時解消!
血中 ALT値・脂肪×脂肪 **スルフォラファングルコシノレート&チャカサポニン**

14 機能性表示食品

内容量 36g (300mg×120粒)
機能性関与成分 スルフォラファングルコシノレート/チャカサポニン
追加栄養補助成分 豚肝臓分解物/豚ブラセンタエキス/ウコン末/L-オルニチン/シジミパウダー/牡蠣エキス/亜鉛/マリアアザミ

太く!強く!毛活カ!
アナゲイン ケラチン
4023mg 8019mg **アナゲイン&ケラチン**

13 高含有健康食品

内容量 35.73g (397mg×90粒)
高含有主成分 アナゲイン/ケラチン
追加栄養補助成分 イソフラボン/カプサイシン/シスチン/ツバキ種子エキス/亜鉛/ビタミンA/ビタミンB6/ビタミンB2

3のお悩み同時解消!
紫外線×うるおい×血管のしなやかさ **アスタキサンチン&エラスチン**

16 機能性表示食品

内容量 28.2g (470mg×60粒)
機能性関与成分 アスタキサンチン/カツオ由来エラスチンペプチド
追加栄養補助成分 L-シスチン/コラーゲンペプチド/ヒアルロン酸/パントテン酸カルシウム/ビタミンB1/ビタミンB2/ビタミンB6/ビタミンC

3のお悩み同時解消!
むせの身体的悩み×疲労感×腰の不快感 **N-アセチルグルコサミン&モリンガ**

15 機能性表示食品

内容量 27g (300mg×90粒)
機能性関与成分 モリンガ種子由来グルコモリンギン/N-アセチルグルコサミン
追加栄養補助成分 プロテオグリカン/コンドロイチン/イミダゾールペプチド/II型コラーゲン/ヒアルロン酸/カルシウム/MSM/ビタミンD/ビタミンB1

3のお悩み同時解消!
食事の中性脂肪×脂肪×血糖値 **チャカサポニン&バナバ葉**

18 機能性表示食品

内容量 18g (300mg×60粒)
機能性関与成分 チャカサポニン/バナバ葉由来コソリン酸
追加栄養補助成分 α-リポ酸/L-オルニチン/ギムネマ/ウーロン茶抽出物/大豆イソフラボン(アグリコン)/難消化デキストリン/クマザサ/ニガウリ(苦瓜/ゴーヤ)

3のお悩み同時解消!
歯垢×虫歯×石灰化 **エビガロカテキングレート&緑茶フッ素**

17 機能性表示食品

内容量 36g (400mg×90粒)
機能性関与成分 エビガロカテキングレート(EGCg)/緑茶フッ素
追加栄養補助成分 ラクトフェリン/KT-11(乳酸菌)/キシトール/甜茶/ポリグルタミン酸/アスコフィラン/シャンピニオン

1袋に20倍濃縮マカ
330000mg 配合!! **20倍濃縮マカ&活力9成分**

20 高含有健康食品

内容量 39.6g (330mg×120粒)
高含有主成分 マカエキス
追加栄養補助成分 スッポン末/ウナギエキスパウダー/高麗人参末/エゾウコギエキス末/発酵黒ニンニク末/トンカットアリエキス末/酵母/L-シトルリン/L-アルギニン

1袋に
ウラジロガン12000mg
クエン酸1500mg&和漢1350mg **ウラジロガン&和漢&クエン酸**

19 高含有健康食品

内容量 27g (300mg×90粒)
高含有主成分 ウラジロガン/和漢(4種)/クエン酸
追加栄養補助成分 ほうじ茶エキス末/酸化マグネシウム/未焼成カルシウム/キトサン/アルギン酸ナトリウム

ナンバーサプリ 販売サイト



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

いつまでも健康に



1袋に
50倍濃縮 プラセンタ 美活
450000mg 12成分 **プラセンタ450000&美活12成分**

21 高含有健康食品

内容量 49.5g (550mg×90粒)
高含有主成分 豚プラセンタエキス末
追加栄養補助成分 コラーゲンペプチド/ヒアルロン酸/ヘスレリジン/パイナップル果実抽出物/エラスチン/穀物発酵エキス末/コエンザイムQ10(還元型)/トコリエノール/ツバキサエキス末/米油

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!



※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(メール便(ポスト投函)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「メール便(ポスト投函)」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 ▶ お届けはメール便（ポスト投函）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 ▶ メール便（ポスト投函）：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