

[会報誌]



×



ウィズ倶楽部

Vol. **117**

毎月発行
2025/07

「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

- 丸まっている?伸びている?
寝ている愛犬・愛猫の様子をチェック!..... p04
- もうすぐ夏がやって来る!
ペットと過ごす夏の楽しみ方..... p08

人向け記事byウィズメディカ

- 意外すぎる落とし穴
「夏に痩せない」..... p20
- 飲んだ薬はどうやって効くの?
薬のADMEを知ろう..... p24

Vol. 117

[金報誌]

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** 丸まっている?伸びている?
寝ている愛犬・愛猫の様子をチェック!
- P08** もうすぐ夏がやって来る!
ペットと過ごす夏の楽しみ方
- P11** 犬が散歩中に雑草を食べるのは大丈夫?
食べてダメな雑草は?
- P13** 猫をなつかせる方法4選!
表情や行動に出ている猫の気持ちも解説
- P15** 犬の病気辞典
犬の門脈体循環シャントについて
- P17** 猫の病気辞典
猫の膀胱炎について
- 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** 意外すぎる落とし穴
「夏に痩せない」
- P24** 飲んだ薬はどうやって効くの?
薬のADMEを知ろう
- P26** 解説します
有酸素運動で得られる効果と
有酸素運動の効果的な方法





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。

いろいろな寝姿を チェック！

まずはワンちゃんネコちゃんのいろいろな寝姿をチェックしてみましょう。

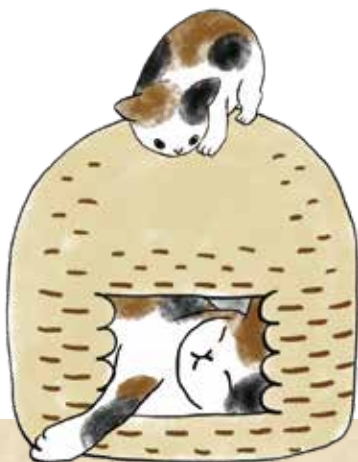
01

丸まって寝る

丸くなって寝るのは、ワンちゃんネコちゃん両方によく見られます。特に寒い季節などでは、丸まって眠ることが多いでしょう。ワンちゃんが鼻をしっぽで隠す場合は、寝床が寒いのかもしれません。体がすっぽり収まるタイプのベッドなどを用意するといいですね。

本能で丸くなって寝る場合もあります。動物にとって、やわらかいお腹である急所を隠して眠っているのです。

愛犬でも愛猫でも、一人ぼっちの留守番中や何らかの環境の変化などがあると警戒心から丸くなって眠る時があります。寒くないのに丸くなって寝ている場合、何か不安になる要素がないかチェックしてみてください。



丸まってる？
伸びている？

寝ている愛犬・愛猫
様子をチェック！

Check on your
sleeping dog or cat!

02

へそ天（仰向け）で寝る



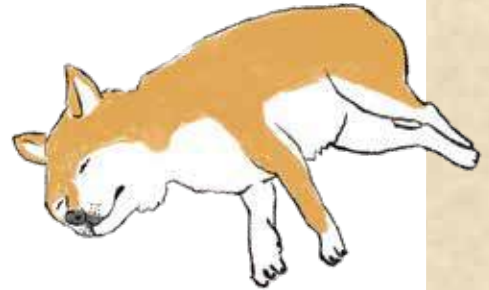
仰向けでお腹を上にして寝ているのは、安心してリラックスしている証拠。急所であるお腹をさらしているので警戒心もストレスもない状態です。猫はゴロゴロいいながら寝ているときもあります。

見ていてとてもかわいいですし愛おしいですよ。ただしかわいからといって、いきなりお腹を触るとびっくりするのでそっと見守っていてあげましょう。

一方で、「部屋が暑い」という場合もあるので注意が必要です。夏場や冬の暖房下でへそ天をしている場合は、部屋の温度をチェックしてみてください。

03

横向きで寝る



横を向いて足を伸ばして寝るスタイルもリラックスしています。周囲に警戒することなく、安心していているといえるでしょう。何かにもたれて寝ているときもあります。枕付きや顎が乗せられるペット用ベッドなどがあるといいですね。

ワンちゃんの場合は、「少し暑い」と感じている状態の可能性もあります。室温を確認してみましょう。

04

ネコちゃんのごめん寝



ネコちゃんが顔をうずめて寝る姿はまるで謝っているように見えるので「ごめん寝」といわれています。「ごめん寝」をする際は、猫がリラックスしている状態です。座っているうちに眠くなり、そのまま顔を突っ伏して寝てしまったのでしょうか。敵がいなければこそ、できるスタイルなのですね。ただ、まぶしくて光を避けて寝ている場合もあります。

お部屋の照明が明るすぎないか、日光が当たっていないかなどを確認してみてください。

夢を見ていると考えられる状況

ワンちゃんもネコちゃんも夢を見ます。

寝ているときに次のような様子が見られたら夢を見ていると考えられますよ。

02

足が動く

寝ているのに走っているように足が動くのも夢を見ている状態だと考えられます。足先がピクピクと動かすこともあります。夢の中でオーナー様の元に走り寄っているのかもしれませんがね。

01

吠える・鳴く

寝ているのに小さな声で吠えたり、鳴いたりしているときは夢を見えています。声にならないような声を出すことも。人間で例えれば、寝言を言っている状況だといえるでしょう。

04

まぶたの下で目が動く

寝ているまぶたの下で目が動いている場合も夢を見ているでしょう。これは人間にも見られる現象です。眠りが浅い状態だといえます。夢を見ているときも、静かに見守ってあげるといいですね。動画に録っておくのもおすすめです。

03

しっぽを振る

睡眠中にしっぽを振るのも夢を見ているといえます。ワンちゃんは何か嬉しい夢をみているのかもしれません。ネコちゃんは浅い眠りのとき、オーナー様の声が聞こえるとしっぽを振って返事をすることがあります。



ワンちゃんやネコちゃんはどのくらい寝るの？

いろいろなスタイルで眠るワンちゃんやネコちゃんは、1日どのくらい寝るのでしょうか？

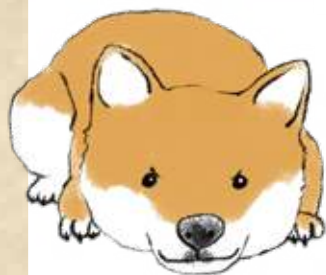
ワンちゃんの場合は、1日のうち10〜12時間程度眠ります。大型犬の場合はエネルギー消費量が多く、眠る時間はさらに長めです。子犬やシニアのワンちゃんもずっと睡眠時間が長くなることもあります。

ネコちゃんの睡眠時間はワンちゃんよりも長くなり、18時間ほどは寝ているようです。子猫やシニア猫の場合は、ほぼ1日寝ていることもあります。ただずっと深く眠っているわけではなく、ほとんどが浅い眠りです。ちょっとした物音で目が覚める場合は浅い眠りだといえます。人の気配がしても起きない場合は深い眠りです。起こさずゆっくり眠らせてあげましょう。

ワンちゃんやネコちゃんはどのくらい寝るの？

寝ている際にも不調が現れるケースもあります。次のような状況が見られたら動物病院を受診しましょう。スマートフォンなどを使って動画に録っておくと、診察の助けになります。

- 激しく震える
 - 四肢が突っ張っている
 - 苦しそうに見える
 - おしっこを漏らす
 - 嘔吐している
 - よだれをたらしている
 - いびきを激しくかいている
- ほかにも睡眠中の愛犬・愛猫に気になる様子があったら、動物病院で相談すると安心です。



まとめ

愛犬・愛猫が寝ている姿は見ているだけで癒されますよね。丸まったり、へそ天で寝ていたり寝姿も個性的です。

寝姿で室温が適切かわかったり、リラックスしているかわかったりします。夢を見ている状況もわかるので、寝ている姿は時々チェックしてあげましょう。いつもと違って苦しそう、震えているという場合は、動物病院を受診してくださいね。





もうすぐ夏がやって来る！ ペットと過ごす夏の楽しみ方

年々暑さを増している夏は熱中症などに注意が必要です。

しかし夏は暑いだけではありません。

夏ならではの楽しみも沢山ありますので、今年の夏は愛犬と一緒に初めての体験にチャレンジしてみてもいかがでしょうか？

獣医師 齋藤厚子

夏本番前には健康チェックを

気温も上がり外での遊びも楽しいこれらの季節は、熱中症など気をつけなければならぬこともいろいろありますが、あらかじめしっかり対策をして計画すればペットとの思い出がたくさん増えることは間違いありません。そのためにも夏の始まりである今のうちに体の健康状態をしっかりとチェックし、熱中症に対する備えをすることも、お出かけに向けた準備もおきましょう。4月～6月は狂犬病の予防接種月間ですので、犬を飼っているご家庭の多くはこの時期に狂犬病の予防接種を受けたと思います。それと同時に夏～秋に予防するフィラリア感染症の抗原検査や健康診断を受けたという方も多いのではないのでしょうか。健康診断を受けた場合にはその結果を元に追加検査が必要かどうか、何らかの治療が必要かどうかを獣医師と相談し、ペットの健康維持・管理に役立てましょう。腎臓病や心臓病、ホルモン疾患などが指摘された場合は、夏の暑さで脱水症状を起こしやすいったり、暑さによるストレスで体調が悪化したりしやすいことがあります。具合が悪くなつてからでは対処が間に合わないこともありますので、あらかじめチェックして備えておくことは非常に重要です。暑い季節は病気を媒介する節足動物の活動

も活発になります。もしまだノミ・ダニ予防薬、フィラリア予防薬などを準備していないのであれば、夏のお出かけの前に処方してもらい、投薬しましょう。短頭種や肥満傾向を指摘されている犬猫は特に熱中症に注意が必要です。バグやフレンチブルドッグなどを代表とする短頭種の犬猫は『短頭種気道症候群』といって外鼻孔狭窄、軟口蓋過長、気管形成不全など呼吸器の異常をもともと複数抱えていることが多く、バンディングで熱を放散しなければならぬ暑い季節に呼吸が苦しくなりやすいことから熱中症の発生リスクが高くなります。肥満傾向で体の脂肪が多い動物も熱がこもりやすい上に、首の周りの脂肪によって呼吸が苦しくなりやすい傾向がありますので、熱中症のリスクが高くなると考えられます。呼吸の苦しさが重篤である場合には、本格的な暑さが来る前に外科的な処置を検討したり、肥満傾向の犬猫では可能であればダイエットをしておくことをお勧めします。まずはかかりつけの動物病院で相談し、効果的なダイエットをできるように計画しましょう。

暑さ対策・熱中症対策はお早めに

夏と言えば暑さ対策についてもお話しておかなければなりません。ここ数年

の気温上昇は世界的に問題になっており、屋内にいても熱中症になる人が増え続けていることから、犬や猫も室内外問わず熱中症には常に気を付ける必要があります。まずは自宅内の温度管理に問題がないかどうか見直してみましょう。エアコンのあるお宅では暑すぎないのももちろんですが、冷えすぎないようにも気を付け、できれば一日を通して室内が22～26℃位で維持されるように調整すると良いでしょう。エアコンがない場合は、扇風機やサーキュレーターなどで空気を循環させつつ風を当てることで暑さをしのげるようにし、ペット用のクールマットや冷感素材のベッドなどで体温上昇をできるだけ抑えるように工夫してみましょう。日差しが強く当たる部屋には遮熱効果のある機能性レースカーテンを付けたりますのもある程度効果が期待できます。留守番の時間が長い場合は、いつでも自由に水が飲めるようにたつぷりと水を用意しましょう。器に汲み置きの水を入れていく場合は複数箇所、数箇所に水を設置したり、自動給水器を利用する、ボトルタイプの給水器を利用するなど、生活スタイルや留守番の時間を考慮してうまく使い分けましょう。お散歩時に熱中症を起こしてしまつともありますので注意が必要です。外気

温が高いことももちろん影響しますが、夏の強い日差しで熱せられたアスファルトの上は非常に熱く、我々よりも体高の低い犬や猫はその影響を強く受けて体温が上昇しやすいため、ヒトよりも熱中症になりやすいのです。加えて熱いアスファルトの上を歩くことで足の裏を火傷してしまう危険もあります。夏の暑い時期にはお散歩をする時間帯を変更して、気温や路面温度が上昇する前の朝

早めの時間帯や、日が落ちて少し暑さが和らいだ夕方〜夜の時間帯に行くようにしましょう。また散歩中にも十分に水分補給ができるように飲み水をたっぷり持っていく、こまめに休憩をはさむ、暑さでバテている様子が見られたら早めに帰宅することなどを意識し、体調の変化をよく観察しながら無理せずお散歩するようにしましょう。クールベストやネッククーラーのようなものを装着するのも効果的です。飼い主さんも愛犬・愛猫もお互いに熱中症になってしまわないように気を付けてお散歩しましょう。

ペットと楽しむ夏ならではのアクティビティ

毎日暑くて夏バテ気味になってしまふこともあるかもしれませんが、夏だからこそできるアクティビティも沢山あります。

外遊びがあまり得意ではないワンちゃんもいるかと思いますが、今年は思い切った新しい遊びにも挑戦してみたいかがでしょうか？

愛犬とキャンプ

週末や夏休みはキャンプというご家庭も増え、ペットも同伴できるサイトを探してペットと一緒にキャンプを楽しむ方も増えてきていますね。キャンプ場はワンちゃんが走り回れるような広いスペースがあったり、キャンプ場周辺と一緒に散策して歩けるようなコースがあるだけでなく、ペットOKのキャンプ場の中にはリードを外して過ごせる柵が設置されているいたりドッグランが併設されているキャンプ場もあり、美しい自然の中でペット達とのびのびと過ごすのにうってつけです。ただし普段と違う環境ではしやぎすぎて事故が起らないようにすること、マナーを守ることなどは忘れてはいけません。広いスペースがあり開放的だとは思いますが、許可された範囲外でリードを外して自由に走らせるのはNGです。ドッグランやドッグフリーサイトなどがあるキャンプ場はまだ少数で、多くのキャンプ場では基本的に首輪やハーネスにリードを付けて過ごすことを義務付けています。他の利用者に迷惑をかけることがないようにキャンプ場ご

のルールを事前に確認し、リードは必ずつけておく、迷子札を付ける、排泄物の処理は徹底して行うなど、マナーを守って過ごすことを心がけましょう。またワンちゃんの中には慣れない環境で疲れて体調を崩したり、不安を感じているために夜もなかなか寝つけず、落ち着きなくクンクン鳴いたり吠えてしまう子もいます。そのような状態を少しでも緩和するために、初めてキャンプに行くときには普段使っているトイレやベッド、ブランケットなど、自分の臭いの付いたものをいくつか持っていくようにしましょう。

キャンプに行くときには食事やおやつはいつも与えているものを持っていくのがベストです。特別感を出していくとも違う食事にしてしまつと、お腹を壊して吐いたり下痢したりすることがあるからです。また同じ理由で飼い主さんが食べているものを少しおすそ分けするのもNGです。ローテーブルなどに食事を置いておくと、あげるつもりがなくても食べられてしまつことがありますので気を付けてみましょう。ペットとのキャンプに役立つ便利なグッズもいろいろ販売されています。コンパクトに折り畳めるサークルや屋根付きのケージ、リードを係留しておける係留ペグ、ドッグコットや犬用シユラフ、折り畳み式のフードボウル、携

帯トイレ、夜間にペットの居場所がわかるようにできるペットライトや光る首輪、蛍光灯タイプの付いたウェアなど、様々なグッズがあります。

ベッドやトイレはワンちゃん自身がキャンプに慣れるまでは普段自宅ですべているものの方が安心して過ごせて良いかと思いますが、ペットの安全を守るグッズもあるため、出発前にどんなものがあるのかペットのキャンプ用品コーナーなどを覗いてみてはいかがでしょうか？

愛犬と川遊び・海遊び

暑い時期だからこそ、水で体を冷やしつつ遊ぶことができる川遊びや海での遊びもおすすです。水深の浅いところで水の中を歩くだけでも暑さが和らぎますが、水遊びが好きなワンちゃんの場合は川や海で泳いだり、飼い主さんと一緒にアクティビティに参加できるツアーなどで楽しめるかもしれません。ただし水遊びに慣れていないワンちゃんの場合は、川や海に連れて行ってパニックになってしまつと危険です。まずは自宅の水に慣れさせることから始め、体が濡れても平気になってきたら徐々に川辺や砂浜で水に足を浸けてみたり水の中で遊ぶことにも挑戦する、というように段階を踏んで慣れさせるようにすると良いでしょう。

初めて水辺へ連れていく際は、愛犬が水を怖がっていないかどうか、水に入るこ
とができるかどうかを確認し、ある程度
水深が深いところまで入っていくことが
できる場合には必ず大用のライフジャケ
ットを装着しましょう。

ワンちゃんは犬かきができるというイメ
ージがあるかもしれませんが、愛犬が泳
ぐことができるかどうかは実際に泳いで
みないとわかりません。中には足がつか
ないところに入り込んでパニックになっ
てしまうこともありますので、決して目
を離さないようにしましょう。

慣れれば楽しい水遊びですが、時に危険
も伴います。川や海は急に水深が深くな
る部分があっても見た目だけではわかり
ません。事前に水深を確認しておくなど
安全確認を忘れないようにし、雨が降っ
た後など川の水量が増えているような
時には入らないようにしましょう。

また体調によっては水遊びを控えた方
が良い場合もあります。

皮膚病がある子の場合には海水などの刺
激で皮膚の状態が悪くなってしまっ
とがありますし、心臓の悪い子が冷たい
水に入ったことで苦しくなってしまっ
ともあります。

愛犬の健康状態を考慮して、水遊びが
安全にできそうかどうかをよく考えた

上で計画することも大切です。元気な子
であっても、長時間水の中にいることで
体温が下がってしまったり、疲れて水の
流れから抜け出せなくなってしまう可能
性もあります。水遊びをする場合には飼
い主さんとワンちゃんがあり離れすぎ
ないように見守り、疲れや体調の変化が
見られたらすぐに水から上げられるよ
うにしましょう。水辺で遊ぶ場合は小さ
なお子さんをつれて行くときと同様で、
決して目を離さない事、安全対策として
ライフジャケットなどを装着することを
心がけましょう。

最近は愛犬と一緒に参加できるカヤッ
クやSUP（スタンドアップパドル）の体
験ツアーなども増えてきています。ワン
ちゃんも参加できるツアーでは大用のラ
イフジャケットなども用意されているこ
とが多い上に、初めてでもインストラク
ターがついて指導してくれるため、比較
的安全にチャレンジでき、ペットも含め
た家族みんなで楽しめそうです。
この夏、ペットとの思い出作りにチャレ
ンジしてみたいかがでしょうか？

愛犬とハイキング・ トレッキング・登山

いつものお散歩コースとは違う自然の豊
かな公園や散策路などを一緒に楽しむ
のもおススメです。トレッキングができる

ようなコースがあるところは木陰の中を
歩くため街中よりも涼しく、緑の生い茂
るこの季節に景色を楽しみながらゆっく
りと散策するのはとても楽しい体験にな
ります。

初めは気軽にできるハイキング、長く歩
くの慣れてきたらトレッキングコース
へもっとアクティブにチャレンジしてみ
たいなら登山に挑戦というように、レベ
ルに合わせていろいろ計画してみるのも
いいかもしれません。山道のような自然
の多い場所へ出かける際にも何点か気を
付けたいことがあります。

トレッキングコースや登山道などは多く
の人が行き来しますので、まずはペット
を連れて行ってもいい場所であるかどう
かを事前に確認しておきましょう。

また天気や気温の変化にも対応できる
ように、飼い主さんとワンちゃん用の水
を十分持つこと、雨具を用意しておくこ
とも必要です。

山道は足場が悪く転落の危険がある場
所もあるため、お互いに安全確認ができ
るように離れずに同じペースで歩けるよ
うにしておくこと、いざというときにす
ぐ呼び戻せるようにトレーニングしてお
くことがとても重要です。

また不必要に知らない人に吠えたり飛
びかかってしまうのは危険です。

リードやハーネスが外れることがないよ
うに確認しておくのはもちろんのこと、
飼い主さんが愛犬をちゃんと制御できる
状態であることが求められます。

草や木が多いところは、ダニなどの外部
寄生虫がヒトやワンちゃんを通りかか
るのを待ち構えています。

ヒトも動物も虫よけやダニ対策を忘れ
ないようにしましょう。

自然の多い散策路では普段遭遇するこ
とのない動物と出会ってしまうこともあ
ります。蛇や鹿、猪などに遭遇してしま
った場合は刺激せずに静かにその場を立ち
去るようにしましょう。

このように注意事項が多いとうちの子に
は無理かも…と思ってしまうかもしれま
せんね。

ですが、飼い主さんと愛犬がお互いを気
遣いながら一緒に自然の中を歩いたり
登山をすることはとても楽しく、一緒に
目標をもつてやり遂げたという達成感も
生まれ、これまでよりもさらに絆が強
くなります。

準備はある程度必要ですが、まずは気軽
にできるハイキングからチャレンジして
みてはいかがでしょう？



犬が散歩中に雑草を食べるのは大丈夫？ 食べてダメな雑草は？

愛犬の散歩は毎日の健康のために、欠かせないものですが散歩の途中で雑草ばかり食べていると大丈夫なの？と不安になりますよね。
犬が雑草を食べても問題ないのか、紹介します。

國澤 莉沙

散歩中に雑草を食べるのはなぜ？

犬が散歩中に雑草を食べるのは色々な原因があります。

主な理由は、

● 暇だから

● 整腸作用を促進するため

● ストレス

● 興味本位

などの理由があります。

飲み込んだ異物を吐き出すために、雑草などの繊維質を取り入れて、吐き出すとも言われています。飲み込んでしまった自身の毛やおもちのかけらを吐き出すため、本能的に雑草を食べる子もいます。雑草などの繊維質を取り入れて、胃腸を刺激してある整腸作用を促進するため、自己免疫力を高めるために、食べることがあります。

犬は本能的に胃腸の調子が良くない時や、胸焼けを起こしている時に雑草を食べる場合があります。

ります。もし、たくさん雑草を食べているようならば、胸焼けを起こしている可能性がありますので、前の食事の時になか怪しいものを食べていないかチェックしてみましょう。

雑草を食べている他にも、下痢や嘔吐などの症状がある場合には、食中毒の可能性もあるため、早めに動物病院を受診しましょう。

さらには、単に暇だから、雑草に興味があるからという理由で食べることもあります。

あまり大量に食べているわけでないなら、そこまで心配する必要はありませんが、後々嘔吐の原因になるので、食べ過ぎには注意が必要です。さらには、飼育環境のストレスや飼い主に構ってもらえないなど、気を紛らわせるために雑草を食べることがあります。愛犬がなぜ雑草を食べているのか、原因を特定して対応しましょう。

犬が好む雑草は？

犬も雑草に好みがあり、よく食べる雑草があります。

主に食物繊維が豊富なイネ科の植物、イヌムギをよく食べます。

また、オーツ麦なども好んで食べます。犬用の食べる草には、エンバクが使われており、草の中でも嗜好性の高い草になります。

あまりにも雑草をたくさん食べる時や、エンバクが好きな犬には食べられる草を定期的に与えるのも、おすすめです。

犬が食べてはいけない草は？ 対処法も

雑草を食べることは、整腸作用などがあると紹介しましたが、雑草を食べる時に注意したいのが、食べてはいけない植物の存在です。中毒症状を起こし、最悪死に至ることもあるため、食べてはいけない雑草をチェックしておきましょう。

犬が食べてはいけない食べ物には、アロエ、シャクナゲ、ツツジ、スズラン、ヒガンバナ、パンジー、藤、チューリップ、菊・ユリ、キョウチクトウなどがあります。これらの植物は、全部が毒性があるため、要注意です。さらに、根・茎・種に毒性があるものとして、オシロイバナ・ワラビ・トマトなどがあります。

球根全般も犬には有害であり基本的に掘り出して根っこや球根を食べることはやめさせましょう。

特に根部分は毒性が強いこともあるので、避けるように散歩してくださいね。トイプードルやチワワなどの身体が小さな犬は、ごく少量でも中毒症状を起こすことがあります。ネギ類を犬が食べてはいけないというのは有名ですが、日本にはネギ科の植物が生えています。ギョウジャニンニク、ニラ、ノビル、アサツキなどが挙げられますが、これらも与えてはいけない植物になります。さらに、注

意したいのは農薬や除草剤の心配です。除草剤などがかった雑草を犬が食べると中毒症状で死んでしまう可能性がありますので、注意しましょう。

犬が雑草を食べて中毒になると？

犬がこれらの食べてはいけない雑草を食べた場合、中毒症状が出る可能性があります。主な症状は、嘔吐、下痢、意識喪失、発熱、元気がない、泡を吐く、痙攣などがあります。中毒はすぐに対応しないと、命に関わる重大な症状です。すぐに動物病院に連れて行き、獣医さんの診察を受けるようにしましょう。また、出来るだけ水を大量に飲ませて体の中の毒素を排出できるように応急処置しましょう。愛犬を興奮させないように安静な風通しの良い場所で休ませて、準備ができ次第、すぐに動物病院に連れて行くようにします。愛犬ができるだけ、散歩中に雑草

を食べないように草むらを避けて散歩することも、中毒症状を予防する方法です。また、食べられる犬草などを導入して安全に繊維質を摂取させると良いでしょう。

散歩コースに草むらが多い場合には、散歩コースを見直したり、別のルートを開拓するのも有効です。

まとめ

犬が雑草を散歩中に食べる理由と、食べてはいけない雑草について紹介しました。

日本に自生している雑草は、意外と犬が食べられないものが身近に生えています。雑草を食べること自体が好きで、ストレス発散に食べる子もいるため、自然に食べる機会を減らせるように、犬草の導入や別のことに興味を持ってもらうなど、工夫すると良いでしょう。愛犬との生活がより良いものになるための参考になれば幸いです。

おすすめ商品

毎日爽快 植物酵素&乳酸菌



犬用
チキン味
(錠剤)



犬猫兼用
ミルク味
(粉末)

腸の健康維持に

「毎日爽快 植物酵素&乳酸菌」は腸の健康のために6種類の成分(植物発酵エキス[プロアターゼ・アミラーゼ・リパーゼ・セルラーゼ・ラクターゼ]、生きて腸まで届けることにこだわった有孢子性乳酸菌、ビフィズス菌、ビタミンB2、ビタミンB6、ビタミンC)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・全猫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。



猫をなつかせる方法4選！ 表情や行動に出ている 猫の気持ちも解説

これから猫を飼う方、現在猫を飼っている方に向けて、猫をなつかせる方法や、なつかない原因、猫の気持ちの読み取り方、猫と仲良くなったサインについて解説しています。

愛玩動物飼養管理士 武田 みすず

「飼っている猫がなかなか近づいてくれない」「これから猫を飼う予定だが、猫が近づいてくれるか心配」「そんな悩みを持つ飼い主さんも多いのではないだろうか。この記事では、現在猫を飼っている飼い主さん、これから猫を飼おうとしている方に向けて、猫をなつかせるための4つの方法や、猫の表情や行動から、今どんな気持ちなのか知るポイントを解説していきたいと思います。

猫がなつかない原因とは

猫になついてもううには、まずは原因を知ることが大切です。猫がなつかない原因は主に以下の2つです。

●猫が嫌がる行動を取っている

猫がなつかない原因の1つ目は、猫が嫌がる行動を取ることです。猫のお世話の中には猫が嫌うものもあります。例えば、爪切りやブラッシングなどです。嫌がる場合は動物病院へ連れていき、やってみらうのも1つの方法です。猫のお世話をしていればなつかれるわけではありません。猫の気持ちを汲み取りながら、上手に接してみよう。

●猫が苦手な匂いがする

2つ目は、猫が苦手な匂いがすることです。猫は嗅覚が敏感で、人間にとって良い匂いが、猫にとっても良い匂いとは限りません。

例えば、香水、タバコ、柑橘系などが挙げられます。猫と接するときはこれらの匂いがするものは避けて接してあげましょう。猫が苦手な匂いは以下の通りです。

- ・みかんやレモンなどの柑橘系
- ・アロマ／ハーブ／香水／芳香剤
- ・メンソール
- ・ニンニクやトウガラシ／コーヒー／香辛料／線香／タバコ

猫をなつかせる方法4選！

猫をなつかせる方法は主に以下の4つです。

●手からごはんをあげる

猫をなつかせる方法の1つ目は、手からごはんをあげることです。飼い主の匂いや存在を猫に「いいもの」として認識してもらいます。

例えば、警戒心が強くなかなか近づけない場合は、遠くからごはんを投げてみるのも良いでしょう。少しずつ距離

を近づけて、手からごはんを食べてもらえるようにしてみましょう。

●優しい声で話しかける

2つ目は、優しい声で話しかけてあげます。猫の聴覚は人間の約8倍あるとされており、猫は大きい声や物音が嫌いです。特に高い声は聞き取りやすく、男性より女性が猫に好かれやすいのもそのためです。猫に好かれたいなら、ゆっくりと優しい声で話しかけてあげましょう。

●猫が撫でられて気持ち良いと感じる場所を触る

3つ目は、猫が撫でられて気持ち良いと感じるところを触ります。猫はしつこく触られるのは嫌いですが、撫でられると嬉しい場所があります。例えば、頭や頬、顎の下、背中などは猫が撫でられて気持ち良いと感じる場所です。猫にも個性があるので、どの場所を撫でられて喜ぶかは猫によってさまざまですが、心地よく感じる場所を見つけ、優しく撫でてあげましょう。

●遊びは10分～15分で切り上げる

4つ目は、遊びは10分～15分で切り上げます。

なぜなら、猫は持続力や体力がなく遊びが長続きしないからです。10分〜15分を目安に猫の息が上がったら遊びを切り上げましょう。猫の集中力が切れてから遊びに誘うと、しつこいと思われ猫に嫌われてしまう可能性があります。

猫をなつかせるには気持ちを読み取ることが大切

猫をなつかせるには、気持ちを読み取ってあげることで、さらに猫と仲良くなることができます。気持ちを読み取る方法として、表情や行動から以下の例が挙げられます。

＜表情＞

表情から気持ちを読み取る方法は主に以下の3つです。

●目

表情から気持ちを読み取る方法の1つ目は、目で読み取ることです。目の動き方や形の変化から気持ちを読み取れます。例えば猫がリラックスしているときは、焦点もあまり定まらないような穏やかな印象になります。逆に攻撃的な気持ちのときは、じっと一点を見つめて目を見開きます。猫の目を見て、こんな気持ちか読み取ってみましょう。

●耳

2つ目は、耳です。耳では多くの情報を得ているため、気持ちの変化も現れやすいです。例えば、リラックスしているときは耳は横を向いていますが、怒っているときや警戒しているときは耳が後ろ向きになります。ポーカーフェイスな子でも、本当の気持ちを耳が教えてくれます。

●しっぽ

3つ目は、しっぽです。色々な動きをするしっぽには、それぞれ意味があります。例えば、しっぽを高く上げてぶるぶる震わせていたり、高く上がったしっぽの先端がカーブしているときは好意の表れです。逆にしっぽが下がっている場合は、恐怖や緊張を表します。しっぽはデリケートな部位でもあるので、むやみに触ったり、引っ張ったりするのはやめましょう。しっぽの動きを観察して、今の猫の気持ちを考えてみましょう。

＜行動＞

行動から気持ちを読み取る方法は主に以下の2つです。

●前足を交互に動かして、ふみふみする

行動から気持ちを読み取る方法の1つ

目は、前足を交互に動かしてふみふみします。「ふみふみ」と言われるこの行動は、母猫のお乳を飲むときの名残で、甘えたいサインです。例えば、飼い主に對してふみふみしたり、クッションやぬいぐるみに對してふみふみしたりします。また、不安やストレスを感じた時にもふみふみする場合があるので、猫の気持ちを想像しながら見守ってあげましょう。

●姿勢を低くして離れる

2つ目は、姿勢を低くして離れます。猫が腰を低くして、体を小さくしているときはおびえて不安になっている証拠です。例えば、雷や花火の音に驚いた、お客さんが来たというときに、姿勢を低くしてその場から離れることがあります。その場合は、あまり構いすぎず、猫が落ち着く場所にいさせてあげましょう。

猫と仲良くなったサイン

猫と仲良くなったサインは主に以下の3つです。

●仰向けで転がる

猫と仲良くなったサインの1つ目は、猫が仰向けで転がることです。お腹は猫

にとつての急所であり、本来は見せるのを嫌がります。例えば、飼い主に撫でて欲しかったり、構って欲しかったりするときに仰向けになり、興味を引こうとします。猫同士では遊びの誘いを意味しますが、人に対しては甘えの意味が強いとされています。

●飼い主さんについて回る

2つ目は、猫が飼い主さんについて回ります。いつでもどこでも、飼い主と一緒にいたい気持ちの表れです。例えば、今まで眠っていた猫が、飼い主が部屋を出たら一緒にいてきたり、お風呂やトイレにもついてくる猫もいるようです。大切な人や家族と一緒にいる時間を共有したい気持ちは、人間に限った話ではないようです。

●ゴロゴロと喉を鳴らす

3つ目は、猫がゴロゴロと喉を鳴らします。これは、猫の幸せや満足感を示すサインです。例えば、飼い主さんが遊んでくれたり、ごはんを用意してくれたたりすることを期待して、ゴロゴロと喉を鳴らす場合もあります。ただし、ストレス時にもゴロゴロと喉を鳴らすことがあるため、状況を考えることが大切です。

犬の病気辞典 犬の 門脈体循環 シャントについて

葛野 宗 先生



犬の門脈体循環シャントとは

門脈に肝臓を迂回してしまう血管が形成される疾患です。

門脈体循環シャントとは、消化管から肝臓に通じている血管である門脈に、肝臓を迂回してしまう血管が形成されている疾患です。消化管から送られてくる栄養や毒素が肝臓で代謝されないことによって栄養障害や中毒を引き起こします。生まれつきのものは先天性門脈体循環シャントと呼ばれ、犬に多い先天性疾患の一つです。

また、門脈圧亢進症に続発することもあり、これは後天性門脈体循環シャントと呼ばれます。

犬の門脈体循環シャントの症状とは

神経症状、消化器症状、発育不良などの症状が見られます。

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。門脈体循環シャントでは、消化管で発生するアンモニアやエンドトキシンなどの毒性物質が除去されなくなってしまうため、神経系、消化器系、泌尿器系の症状が見られるようになります。

ふらつき、旋回、発作などの神経症状、嘔吐、流涎などの消化器症状、尿石症などの泌尿器症状が多く認められます。

栄養も肝臓を迂回してしまうため、肝臓が小さくなってしまう小

肝症が多く見られます。

先天性門脈体循環シャントの場合、1歳未満の若齢で発症するため発育不良が見られます。

後天性門脈体循環シャントの場合、成長してから発症するため、体重は重いが痩せ気味であったり、腹水貯留を伴うことが多いです。後天性門脈体循環シャントは、先天性門脈体循環シャントと比較すると神経症状は少ないとされています。

犬の門脈体循環シャントの原因とは

門脈体循環シャントには先天性と後天性があります

先天性の門脈体循環シャントでは、胎児期の血管が正常に退縮しないことが原因となりシャント血管が形成されると考えられています。

後天性の門脈体循環シャントでは、微小管異形成などの門脈圧亢進症に続発して発生するもの、慢

性肝炎に続発して発生するものがあります。

門脈体循環シャントの種類

先天性門脈体循環シャントには、肝臓の中をシャント血管が通る肝内性、肝臓の外をシャント血管が通る肝外性があります。肝内性は先天性門脈体循環シャントの約10%ですが、重篤な症状が見られる傾向があります。

犬の門脈体循環シャントの好発品種について

以下の犬種で好発がみられます。

- ゴールデンレトリバー
- トイプードル
- パピヨン
- マルチーズ
- ミニチュアシュナウザー
- ミニチュアダックスフント
- ヨークシャーテリア
- ラブラドルレトリバー

肝外性の先天性門脈体循環シャントの好発犬種としては、

ヨークシャー・テリア、

マルチーズ、

シー・ズー、

トイ・プードル、

ミニチュア・ダックスフント、

パピヨン、

ミニチュア・シュナウザーなどの

小型犬が挙げられます。

肝内性の先天性門脈体循環シャ

ントの好発犬種としては、

ゴールデン・レトリバー、

ラブラドル・レトリバー、

アイリッシュ・ウルフハウンド、

バーニーズ・マウンテンドッグ

などの大型犬が挙げられます。

後天性門脈体循環シャントは、

慢性肝炎の好発犬種であるコッ

カースパニエル、ラブラドル・

レトリバー、ドーベルマンなど

が注意が必要です。

犬の門脈体循環シャント の予防方法について

主に早期発見・早期治療をおこないます。

特に先天性門脈体循環シャントは、早期発見・早期治療をおこないます。

犬の門脈体循環シャントの 治療方法について

門脈体循環シャントの種類によつて外科的治療、内科的治療が選択されます。

先天性門脈体循環シャントの場合、外科的なシャント血管の結紮が第一選択となります。

先天性門脈体循環シャントの場合、外科的治療の方が内科的治療よりも生存期間が長いという報告があります。

ただし、肝内性の先天性門脈体循環シャントの外科的治療は、肝外性門脈体循環シャントよりも非常に難易度が高いとされています。

ます。

後天性門脈体循環シャントの場合、基本的には外科的治療は適応

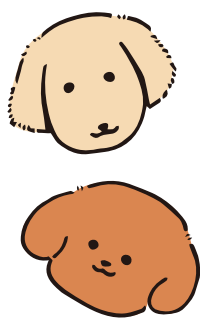
されず、内科的治療が選択されます。

門脈体循環シャントの内科的治療は、肝性脳症のコントロールと発作のコントロールが重要になります。

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。

外科的治療の後に発作が見られることや、急性の肝性脳症の際に発作が見られることがあります。抗てんかん薬の内服薬や注射薬を使って治療します。



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・マリアアザミエキス・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 膵炎 について

齋藤厚子先生



猫の膵炎とは

膵臓に起こる急性または慢性の炎症です。

膵臓から分泌される消化酵素は、通常十二指腸に分泌されてから働きますが、何らかの原因で膵臓内で消化酵素が活性化し、自己消化が起ることで急性あるいは慢性に炎症を起した状態を膵炎といいます。膵炎は急性膵炎と慢性膵炎に大きく分類され、急性膵炎は割と劇的な症状を示すことが多いのに対し、慢性膵炎はあまり特徴的な症状を示さないことが多く、わかりにくい病気です。

特に猫の膵炎の多くは慢性膵炎で、下痢や腹痛を示さず、症状としては時々見られる嘔吐だけ、ということが少なくないため、早期診断が難しい疾患とされています。

急性膵炎の場合は、膵臓の炎症にとどまらず、様々な合併症を起し命に関わることもあるため、多くの場合は入院して集中治療が必要です。一方、慢性膵炎は劇的な症状が出ないために、診断されずに長期間膵炎を患っていることが多く、その間に膵臓の分泌機能に障害が生じて、糖尿病の原因になってしまうことが多い病気です。いずれの場合も、できるだけ早く発見して治療してあげたい病気です。

猫の膵炎の症状とは

消化器症状が見られます。

急性膵炎、慢性膵炎どちらであっても、以下のような症状がみられます。

- 元気消失
- 食欲不振
- 脱水

● 嘔吐／● 下痢／● 体重減少

● 腹痛

急性膵炎の症状は比較的強く現れます。

急性膵炎は比較的症狀が重く、嘔吐や下痢などの消化器症狀に加え、腹膜炎を起すと腹痛や発熱が生じることが多く、早く動こうとせず、食欲もほぼなくなってしまう。

吐き気が強く起こることによって涎を大量にたらし、水も飲めないことがあります。この状態で数日経過してしまうと、肝リピドーシスや黄疸などを起こし、命に関わります。

しかし中には、あまり目立つた症狀を示さず、活動性の低下や食欲不振といった他の病気でも見られるような症狀しか見られない場合もあります。

慢性膵炎の症状はわかりにくいこともあります。

慢性膵炎では急性膵炎の様に顕著な症狀が出ないことが多く、早期診断が難しい病気です。

何となく元気がないいつもよりちょ

っと吐く頻度が多い、という程度の症狀が一番多く、下痢や明らかな腹痛を示すことは稀です。

猫はもともと毛玉などを吐く動物なので、時々嘔吐しても病的ととらえられないことも多く、何となく食事もとれているため、見過ごされている猫がたくさんいます。

猫の膵炎の原因とは

三臓器炎としておこります。

猫では三臓器炎といって、十二指腸・膵臓・胆嚢の三つの臓器のどこかに炎症が起ると、他の二つの臓器にも炎症が波及しやすく、炎症性腸疾患・膵炎・胆管肝炎が併発しやすいとされています。膵臓は十二指腸、肝臓、胆嚢と隣接し、胆嚢と膵臓はそれぞれから分泌される消化液を総胆管、主膵管という細い管を通して十二指腸に分泌しています。犬では、総胆管と主膵管は別々に十二指腸に開口していますが、猫では十二指腸に開口する前に胆管と膵管が一本になって十二指腸につながります。

この差が、猫で三臓器炎を起こしやすい要因になっていると考えられています。

感染症が原因になります。

大腸菌などの細菌感染や、猫伝染性腹膜炎、ウイルス性鼻気管炎などのウイルス感染、トキソプラズマなどの原虫感染によって、脾炎が起こる場合があります。

その他の原因もあります。

ある種の抗がん剤や、利尿剤、免疫抑制剤、抗生物質などの薬剤の中には、副作用として脾炎を起こすことが報告されているものがあります。またあまり多くありませんが、腹部を強くぶついたり、高所から落下した衝撃などで脾臓が傷つき、外傷性に炎症が起こる場合もあります。

猫の脾炎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

遺伝的にシヤム猫でやや好発傾向があるようです。

猫の脾炎の予防方法について

健康管理と吐き気のコントロールをしましょう。

肥満傾向と高脂血症の動物では脾炎が起こりやすいと考えられています。

適切な食事管理と適度な運動で、健康管理をすることが脾炎の予防になります。

また、猫は毛玉などを嘔吐することが多いですが、嘔吐を頻繁に繰り返すことも逆流による脾臓への細菌感染を招き、脾炎につながる可能性があります。

嘔吐する機会を減らすために、ブラッシングをして毛の飲み込みを減らしたり、ヘアボール対応食などにすることも予防につながるかもしれません。

また、高脂肪食は脾炎の原因になることがあります。

ドライフードや猫缶を食べている限りはあまり心配いりませんが、たまにゴミ漁りなどでヒトの食事の盗食

をした結果、急性脾炎を起こすことがあるので気を付けるようにしましょう。

猫の脾炎の治療方法について

急性脾炎の治療は入院治療です。

急性脾炎では、食欲が廃絶してしまうことが多いため、入院下で点滴をしながら治療します。

吐き気を抑える注射や、脾臓の血流を改善する点滴、脾臓の酵素の働きを抑える点滴、細菌感染のコントロールとして抗生物質などを投与し、腹痛が強い場合には痛み止めなども使用します。

猫は絶食状態が長く続くと、肝リピドーシスという極めて重篤な病態に陥ってしまったため、よほど重度の嘔吐症状がある場合を除いては吐き気止めを使いながら食事を与えることも治療となります。

しかし、食欲がなく、自分では食べられないことが多いため、鼻から細いカテーテルを入れて、または食道や

胃にもう少し太いチューブを設置して、流動食を少しずつ入れて栄養補給します。

自分でしっかり食事が摂れるようになるまでは、チューブからの栄養補給と入院治療を継続します。

慢性脾炎は内服薬で治療します。慢性脾炎では、食欲の低下は起こりますが、全く食べなくなることは多くありません。

治療としては吐き気止めを投与するとともに、食事をしっかりと食べさせ、脱水がある場合には皮下点滴などで水分補給を行います。

腹痛を示すことはあまり多くありませんが、うずくまって動けないなどの症状がある場合には一時的に鎮痛薬を使用することもあります。

糖尿病の猫は高確率で慢性脾炎を伴っているともいわれています。

つまり、脾炎の結果として糖尿病になった可能性が高いということです。診断が難しいという問題はありますが、できるだけ早く発見して、将来的に糖尿病にならないようにしてあげたいものです。

Happy Horoscope

幸せを呼ぶペット占い

2025
07/1~
07/31

Aries

牡羊座

3 / 21 ~ 4 / 19

楽しいお散歩が吉を呼びます。公園などで一緒に遊び、歩きながらアイコンタクトをとるのもおすすめです。首輪のカラーとオーナー様の上着の色をお揃いにするなども、心が弾みますよ。



Taurus

牡牛座

4 / 20 ~ 5 / 20

新鮮なお水がラッキーアイテム。こまめに水分補給できるように、あちこちにお水を置いておくといいでしょう。定期的に新しいお水に替えてあげるといいですね。爪切りが吉を呼びます。



Gemini

双子座

5 / 21 ~ 6 / 21

先月までの張り切り過ぎは落ち着いてきています。オーナー様とのんびりと遊ぶ時間を作ると運気が上昇するでしょう。優しく声をかけたり撫でたりすることで、絆がさらに深まります。



Cancer

蟹座

6 / 22 ~ 7 / 22

ペットのためにいろいろな計画を練って実行すると運気アップに。愛犬とはお出かけやドライブ、愛猫には新しい爪とぎを置くなどがいでしょう。動物病院での健康診断はおすすめです。



Leo

獅子座

7 / 23 ~ 8 / 22

ペットの集中力が高まる月。新しいことや遊びを覚えるのにびったりです。オーナー様も一緒に楽しむことがポイントです。月末は食欲アップになりやすいので、食べ過ぎには注意して。



Virgo

乙女座

8 / 23 ~ 9 / 22

知育おもちゃが吉を呼ぶでしょう。転がすとフードが出てくるおもちゃや、パズルがおすすめです。難易度が高いおもちゃは、オーナー様が教えてあげると触れ合いの楽しい時間になります。

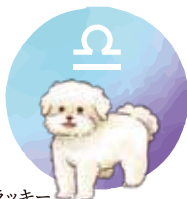


Libra

天秤座

9 / 23 ~ 10 / 23

今月は「のんびり過ごす」を意識するとラッキーを呼ぶでしょう。ドッグランではなく近所の公園をゆっくり散歩する、おもちゃで遊ぶよりもじっくり撫でてあげる、などがおすすめです。



Scorpio

蠍座

10 / 24 ~ 11 / 21

今月は「新しいもの」が、運気アップのカギです。散歩コースを開拓したり、おもちゃを新調したりなど身近なところからやってみましょう。刺激が多くなる月なので、夜はゆっくり休んで。



Sagittarius

射手座

11 / 22 ~ 12 / 21

愛犬・愛猫のお手入れがラッキーを呼びます。気温が高い日はシャンプーをするのもいいでしょう。ブラッシングや爪のお手入れは、悪い運気を追い払ってくれます。トリミングもおすすめ。



Capricorn

山羊座

12 / 22 ~ 1 / 19

健康チェックが今月のラッキーを呼ぶカギです。もしまだなら、動物病院で健康診断をお願いするもあり。爪切りや耳掃除などお手入れをしつつ、体をチェックしてもらうのもいいですね。



Aquarius

水瓶座

1 / 20 ~ 2 / 18

今月は、愛犬・愛猫の「眠り」をより快適にすることが運気アップに。敷物やベッドを新調するのもいいでしょう。寝床の温度や風のあたり具合など、快適度のチェックも忘れずに。



Pisces

魚座

2 / 19 ~ 3 / 20

今月は愛犬・愛猫との触れ合い時間が吉を呼ぶでしょう。優しくマッサージをしたり、ていねいなブラッシングをしたりがおすすめです。オーナー様の気持ちも落ち着いて運気もアップ。

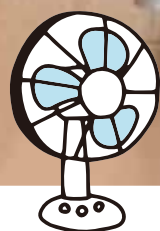


医師が詳しく
解説します。

「夏に痩せない」

意外すぎる

落とし穴について



「夏は汗をかくし、食欲も落ちる。だから痩せやすい」――
実はそれ、大きな間違い。

「そもそも夏は痩せにくい」!?

医師が詳しく解説いたします。

形成外科医 橘田 絵里香

日本専門医機構認定 形成外科専門医。日本抗加齢医学会専門医。

「夏は痩せやすい」 は誤解です

「夏は汗をかくし、食欲も落ちる。だから痩せやすい」

——そんなイメージをお持ちでしょうか。実はそれ、大きな間違い。「なんで夏なのに痩せないんだろっ?」

「むしろ太ってる気がする……」

そんな悩みを感じたことがある人は、意外と少なくないのでは。

この記事では、医師の視点も交えて、「夏に痩せない人」が無意識のうちに陥っている落とし穴を解説しつつ、「そもそも夏は痩せにくい」という前提そのものにも切り込んでみたいと思います。



夏はダイエットに 最も適していない季節

まず最初にハッキリさせておかねばならないのが、この事実。

なぜかというところ、夏は基礎代謝が最も下がる季節だからです。

人の体というものは、いかなる環境においても一定の体温(約36℃)を保つようにできています。このため、自身の体温と、周囲との温度差が大きい時ほど、エネルギーが使用されます。

つまり、寒い時期こそ、体温を維持するためにエネルギーを多く消費するというシステム。

これが冬に基礎代謝が上がる理由です。

一方、外気温が高く、体温との温度差が少ない夏は、体温を保つために余分なエネルギーを使う必要がなく、基礎代謝量が自然と下がるのは必然なのです。

必要なエネルギーが減れば、食欲

が減るのもこれ必然。
つまり、本来、何もしなくても痩せやすいのは冬。

逆に、夏は「同じことをしても痩せにくい」季節なのです。

にもかかわらず、なぜか「夏は勝手に痩せる」というイメージが強く残っている。

このギャップこそ、ダイエットの落とし穴となるのです。



汗をかく＝痩せる、 ではない

「たくさん汗をかくと痩せる」という思い込み、夏にありがちな勘違いですが、それだったらサウナに入るだけで痩せるはずですね。

汗は体温調節のために出ているだけで、実は大したエネルギー消費量ではありません。つまり脂肪燃焼とは無関係。

水分が抜けて一時的に体重が減ったとしても、それは「痩せた」のではなく「脱水しているだけ」です。

水分を摂取すれば、元どおり。さらに「汗をかいたからビール一杯くらい大丈夫」「今日の暑さでアイスくらい許される」という話にもなれば、あつという間にカロリー超過してしまいます。



「食欲がない」

↓糖質に偏る農

夏は「さっぱりしたものの」しか食べづらい。

そうめん、冷やしうどん、スイカ、ゼリー、アイスなどは喉ごしがよく、食欲が落ちた時でも手が伸びやすい食材ですね。

しかし、これらに共通しているのは「ほぼすべてが【糖質】」つまり、「体がエネルギーとして吸収しやすい食材」ということ。

つまり食べたらすぐにプラスになってしまう栄養源。

「食べてないのに太る」という人の多くは「食べてないようで、糖質はしっかり摂っている」というパターンにハマっています。

消化に手間取るタンパク質や脂質が不足すると、満腹感が得られず、間食が増えたりさらなる甘いものを欲したりすることに。



夏こそステーキ！とまでは言いませんが、豚しゃぶサラダなど、糖質以外の食材を組み合わせるよう、工夫していきたいものです。

冷たい飲食とシャワー 生活が代謝を落とす

夏は暑さで冷たい飲み物やアイス、冷やし中華やそうめんなど「冷たいもの」に偏りがち。

実は、内臓の温度って、体温よりちよつと高めじゃないと、消化機能が落ちてしまうんです。

ゆえにこれもまた、体を内側から冷やし、消化効率を落とし、代謝の低下⇨エネルギー消費量の低下を加速させる要因に。

特に、氷入りのドリンクを頻繁に飲む習慣がついている人は要注意です。

実は諸外国では、夏バテ対策として夏こそ煮物や鍋を摂取する習慣がある国もあるのですが、こうした理論を踏まえると、とても理にかなった習慣なのです。

「知っている人」は、常温のお水や、白湯をうまいこと取り入れていきます。

また、暑いからと浴槽に入らず、シャワーだけで済ませてしまう人も要注意。

胃腸が冷えることで血流が滞り、内臓機能が鈍くなり、便秘やむくみ、疲れやすさなど「痩せにくい症状」が重なっていき、しまいいには基礎代謝が最も高まるはずの冬でも痩せづらくなってしまうます。

ぬるめのお湯でいいですし、最近ハスツツと涼感が得られる入浴剤もあります。

夏こそ、1日10分〜15分入浴する習慣がとても大切です。



自律神経の乱れが

「夏太り体質」を招く

クーラーが効いた室内、一方屋外は炎天下…、こうした「気温差」や、寝苦しい夜、冷たいものの摂りすぎ——これらはすべて、自律神経を乱す要因となります。

自律神経が乱れると、食欲や睡眠のバランスが崩れ、体内臓器の働きが鈍り、体が「脂肪を溜め込みやすいモード」に入ってしまう。寝苦しさで睡眠の質が悪くなると、食欲をコントロールするホルモンの分泌にも悪影響が。

「夜に無性に甘いものが食べたくなる」「つい深夜に食べてしまう」などの衝動が起きた時は、要注意。チョコレート一粒くらいにしておきましょう。



医師からのリアル

アドバイス：

夏は「減らす」より

「守る」が正解

「夏に痩せない」ことを、自分の意志の弱さや努力不足のせいになくして大丈夫！そもそも、夏は痩せにくい季節なのです。

それより何より、ダイエットの鉄則は、「代謝が上がる季節にしっかりと減らす」「代謝が落ちる季節に維持すること」。

「夏は痩せる時期ではなく、太らないように守る時期」と考えるくらいがうまくいきます。

痩せ体質をキープするには、筋肉量を落とさないことが何より大事。

特に40代以降は「1ヶ月の運動サボりが半年の体型崩れにつながる」といっても過言ではありません。

まずは今までうまくいっていた

習慣を変えずに継続することが何より大切なのです。

「夏のうちに！」と焦って無理な食事制限をしても、代謝が低い分だけ効果は薄く、むしろ体調を崩すリスクのほうが高いのです。

それより、腸を冷やさず、栄養バランスを整え、毎日ちよつとでも体を動かす——この地味な努力こそが、秋以降の「痩せスイッチ」に直結します。

そして何より「夏の準備は冬のうちに」今後はこれを教訓としてください。

薄着の季節になってから、慌てても、だめですよ！



NUMBER SUPPLEMENT 10

高純度生ローヤルゼリー & イソフラボン

おすすめ商品

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



「ナンバーサプリメント10 高純度生ローヤルゼリー & イソフラボン」は、「いつまでも美しく若々しく」「輝きたい元気な毎日を感じたい」そんな方をサポートする為に10種類の成分を配合しています。配合成分は高純度生ローヤルゼリー/デセン酸9%、大豆イソフラボン（アグリコン型）、レッドクローバー、ごま抽出物、高麗人参、DNA-Na、植物発酵エキス末、ギャバ、葉酸、ビタミンCとなります。配合している高純度生ローヤルゼリー-250mg/デセン酸9%規格（4粒あたり）は業界トップクラスの高配合量になります。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60粒入り/1日2粒から4粒目安/体調に合わせて飲む量をご調整ください）



飲んだ薬はどうやって効くの？ 薬のADMEを知ろう

薬はどうして効くのか、飲んだ薬はどこへ行くのか気になったことはありませんか？
今回は、薬を飲んでから無くなるまでの過程について詳しく説明していきます。

薬剤師 山本 悠太

薬の「ADME」って？

飲んだ薬が体内でどうなるのか、
どうやって効果を発揮している
のか気になったことはありませんか？

薬を飲んでから体外へ排出されるまでのプロセスは、

「吸収(Absorption)」↓
「分布(Distribution)」↓
「代謝(Metabolism)」↓
「排泄(Excretion)」
の4つに分類されます。

これらは薬物動態の分野において、それぞれの頭文字をとって「**ADME**」と呼ばれています。

それではADMEについて詳しく解説していきます。

まず**吸収(A)**ですが、薬は飲んだ後食物と同様に食道から胃、胃から腸へと運ばれます。

ここまでの経路で崩壊した薬は粒子状になっていて、食物同様主に小腸から吸収されます。

次に**分布(D)**ですが、吸収された薬は静脈血を通じて、一度肝臓へ

と運ばれます。

肝臓へ運ばれた薬は、再度血液を介して全身に分布されます。

こうして患部(病気の部分)へ薬が運ばれ、その効果を発揮することが出来ます。

次に**代謝(M)**ですが、薬は体外へ排出されやすい形へ化学変化が起こります。

患部に運ばれた薬は再び肝臓に戻ってきて、肝臓内の酵素によって代謝を受けます。

血液内にある代謝されていない薬の濃度(血中濃度)が一定値以下になると薬の効果が切れたということです。

最後に**排泄(E)**ですが、薬が体外へ排出される過程を指します。代謝を受ける必要がない薬はそのまま腎臓から尿として排出され、代謝を受けた薬は便や汗、皮膚から排出されます。

薬の効果に影響する要素

飲んだ薬は100%が吸収して使われるわけではなく、一部ある

いは大部分が未変化体としてそのまま排泄されてしまいます。つまり薬の吸収されやすさは、体内での利用率(生物学的利用能)に直結しているため非常に重要な要素です。

一般に薬を飲んでから胃腸で溶けて、腸から吸収されるまで30分程度かかるとされています。

さらに血液が全身を循環するのが約1分とされているので、だいたい31分前後で薬が効果を発揮し始めます。そのため、より速やかに分解され、より吸収率が高い薬剤が求められます。

油に溶けやすい(脂溶性が高い)ほど小腸からの吸収率が向上するため、薬を開発する段階で脂溶性を上げるための工夫がなされています。

また、胃酸で化学反応を起こす薬剤や、効果を失ってしまうため、胃酸に安定であることも重要な要素です。その他の因子として、腸が疲弊していたり、胃の消

化機能が落ちていると薬の吸収率が悪くなる場合があるため注意が必要です。

少し例外的な部分ですが、一部の薬（活性炭やイオン交換樹脂）には、他の薬を吸着する効果があります。

これらの薬剤の組み合わせによっても吸収率が大幅に低下し、十分に薬効を示せないケースもあるため注意が必要です。

複数の病院やクリニックを受診し多種類の薬が処方されている方は、薬剤師へ相談することをおすすめします。

薬の代謝に影響する要素

薬は排泄されやすい形に代謝されますが、その多くは肝臓にある「チトクロムP-450酵素（CYP）」と呼ばれる数種類の酵素によって行われます。

CYPは様々な薬物や食べ物による影響を受け、効果が増強したり減弱したりします。これが「相互作用」です。

血圧を下げる薬を飲んでいる時に、グレープフルーツジュースを飲まないでくださいというのを聞いたことがある人もいるかと思いますが、それもこのためです。

肝臓の機能は薬の代謝能力と直結しているといっても過言ではありません。

ですので肝血流量の低下や肝臓の重量低下によって代謝能力が低下することがあります。

また、肝硬変や肝炎になってしまふと、肝臓で代謝を受けるタイプの薬が使えなくなったり、減量したりする必要があるため特に注意が必要です。

代謝が遅れると、薬物がいつまでも効果を発揮できる状態で停滞していることになります。

そのため、薬が効きすぎたり副作用が起こりやすくなったりと大変危険です。

薬と食べ物の相互作用や、普段

から特定のサプリメント・健康食品を使用している場合は、薬剤師に相談することをおすすめします。

まとめ

今回薬を飲んでから体外へ排出されるまでの過程を紹介させていただきました。

普段何気なく処方された通りに飲んでいる薬が、どんな風に効果を発揮するのか知る機会は中々ないかと思っています。

薬が身体の中で効果を発揮するための仕組みと、体外へ排出される仕組みについて少しでも理解いただけましたら幸いです。

また、今回のように普段知ることができない薬の仕組みや効き方、薬同士や食べ物との相互作用についてなるべくわかりやすく解説していきたいと思えますのでよろしく願います。

おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 04 | ルテオリン&ギャバ

高めの尿酸値を下げる / 高めの血圧を下げる / ストレスによる疲労感を緩和



本品にはルテオリンが含まれます。ルテオリンには尿酸値が高めな方の尿酸値を下げる機能が報告されています。本品にはGABAが含まれます。GABAは、血圧が高めの方の血圧を低下させる機能があることが報告されています。GABAは、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することが報告されています。本品は、事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。ウィズメディカ独自の追加栄養補助成分として「イソフラボン」「ゴマペプチド」「アンセリン（フィッシュペプチド）」「田七人参」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認定工場で製造しています。



有酸素運動で得られる効果と有酸素運動の効果的な方法を解説

「健康のために有酸素運動を始めてみたいけど、どんな運動をすればいいのかわからない」「どれぐらいの時間運動するのが効果的なのかわからない」こんな悩みを抱えていませんか？本記事では有酸素運動で得られる効果、有酸素運動をする時の注意点、有酸素運動の効果的な方法をわかりやすく解説します。

理学療法士 中村 大樹

有酸素運動とは？

有酸素運動とは、長時間継続して行うことができる比較的強度が軽い運動のことです。

有酸素運動の特徴は、体に酸素を取り込みながら糖と脂肪をエネルギーに変えて行うことです。

※無酸素運動は体内の糖を中心エネルギーを作り出します。

体脂肪が減ること、ダイエット効果や、生活習慣病予防まで幅広い効果が期待できます。

有酸素運動の効果

1. 内臓脂肪、皮下脂肪の減少
有酸素運動をすることで、無酸素運動よりも体脂肪をエネルギーとして利用されるため、体内の内臓脂肪や皮下脂肪の減少が期待できます。

内臓脂肪が蓄積してしまうと、糖尿病や心筋梗塞、脳卒中などの病気を引き起こす原因となってしまうため注意しましょう。

2. 心肺機能の向上

有酸素運動を行うことで、全身に血液を送り出す「心臓」の機能と、体に酸素を取り込む「肺」の機能が高まります。

心肺機能が向上することで疲れにくい体を作ることができます。体力が向上することで、日々の生活が活発になり、多くの消費エネルギーを作るため健康的な体を作ることができます。

3. 基礎代謝の向上

基礎代謝と筋肉は年齢とともに下がっていく特徴がありますが、有酸素運動を継続的に行うと、下半身の筋肉が鍛えられ基礎代謝の向上が期待できます。

基礎代謝量が低いと太りやすい体になってしまうため、継続的な有酸素運動を行う必要があります。

4. 血圧の安定

有酸素運動は血液中の余分な糖や脂肪からエネルギーを作り出す。

します。

その結果、血液の状態が良くなり（血液がサラサラになる）血圧が安定します。

高血圧の方は定期的な有酸素運動を行うことで、最高血圧、最低血圧ともに減少することがわかっています。

有酸素運動の種類

有酸素運動はさまざまな種類の運動がありますが、脂肪の燃焼量などに大きな違いはありません。

大事なことは日々継続してできる運動を選ぶことなので、自分に合った運動を見つけるようにしましょう。

簡単にできる運動の例は以下の通りです。

- ウォーキング
- ジョギング
- 踏み台昇降
- エアロバイク
- 縄跳び

スポーツジムやプールなどに行けば他にもいろいろな有酸素運動を行うことができますが、まずは手軽にできるものから始めるようにしてみましょう。

有酸素運動の注意点

●軽い強度の運動を行う

有酸素運動は「ややきつい」と感じる程度の強度で行うようにしてください。

目安としては「一緒に運動している人と会話できる程度」の強度です。

例えばランニングするとき人と会話できないぐらいの強い強度で行ってしまうと、有酸素運動の特徴である「体脂肪をエネルギーとして使用する」という効果が薄れてしまいます。どの運動を行う時も強度に気を付けて、継続してできる運動を選ぶようにしましょう。

●有酸素運動のやりすぎに注意

有酸素運動が健康にいいからといって、毎日長時間の有酸素運動をすることはおすすめできません。毎日行うことで慢性的に疲労がたまり、体にも心にもストレスになってしまい運動を継続できない恐れがあります。運動を継続して行うためにも最低でも週に2日は体を休めるようにしましょう。

有酸素運動の効果的な方法

●有酸素運動を行う時間や頻度

体脂肪燃焼は20分以上の運動を続けなければいけないという情報がありますが、それは間違いです。有酸素運動の特徴として、30分継続して運動を行っても、10分の運動を3回に分けて行っても効果は変わりません。まとまった時間を取れなくても心配する必要はなく、自分の生活スタイルにあった方法を取り入れましょう。

有酸素運動の頻度ですが、厚生

労働省は基礎疾患のない成人に対し、30〜60分の運動を週2〜5回行うことを推奨しています。

※糖尿病や高血圧などの基礎疾患をお持ちの方は主治医に相談の元運動を決めていくといいでしょう。合併症のない脂質異常症の方は成人と同じ運動プログラムで問題ありません。

●筋力トレーニングと併用する

有酸素運動は筋力トレーニングと併用すると効果的です。

有酸素運動は筋肥大を阻害していますと言われていますが、ボディメイクの競技者でなければそこまで気にしなくていいでしょう。

筋力トレーニングは「腕立て伏せ」や「スクワット」などの運動を週2〜3回行うことが勧められています。

関節に痛みがある人は、痛みの出る運動は避けて、痛みの出ない運動を行いましょう。

※筋力トレーニングの回数は8

〜12回、2〜4セットを目安に行いましょう。

有酸素運動で健康的な体を手に入れましょう

有酸素運動は手軽に始められて、効果の高い運動になります。

一番大事なことは、「どの運動を行うか?」よりも「継続して行う」ということです。

どうしても有酸素運動の時間を確保できないという人は、意識的に階段を使ったり、1駅遠い駅を利用したり、日常生活にうまく運動を取り入れるようにしましょう。



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日の給与目安量

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 1袋当たり 5,480円	10,412円 1袋当たり 5,206円	15,123円 1袋当たり 5,041円	19,508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 1袋当たり 5,206円	9,864円 1袋当たり 4,932円	14,301円 1袋当たり 4,767円	18,416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	1,870円 1袋当たり 312円

関節の健康維持に「毎日散歩」 グルコサミン&イミダゾールペプチド

主要成分

グルコサミン、イミダゾールペプチド、プロテオグリカン、コンドロイチン、II型コラーゲン、ビタミンD、緑イ貝(モエギイガイ)、MSM



犬用 チキン味(錠剤)



犬猫兼用 ミルク味(粉末)



猫用 カツオ味(錠剤)

目の健康維持に「毎日愛眼」 ブルーベリー&ルテイン

主要成分

ブルーベリー、ルテイン、グリーンプロポリス、アスタキサンチン、メグスリノキ、ムラサキモ、カシス



犬用 チキン味(錠剤)



犬猫兼用 ミルク味(粉末)



猫用 カツオ味(錠剤)

腸の健康維持に「毎日爽快」 植物酵素&乳酸菌

主要成分

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



犬用 チキン味(錠剤)



犬猫兼用 ミルク味(粉末)



猫用 カツオ味(錠剤)

シニアの健康維持に「毎日一緒」 DHA&EPA

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



犬用 チキン味(錠剤)



犬猫兼用 ミルク味(粉末)



猫用 カツオ味(錠剤)

腎臓の健康維持に「毎日腎活」 活性炭&ウラジロガシ

主要成分

ヤシ殻活性炭、ウラジロガシエキス、未焼成カルシウム、キトサン、アルギン酸ナトリウム、葉酸、ビタミンB6



犬用 チキン味(錠剤)



犬猫兼用 ミルク味(粉末)



猫用 カツオ味(錠剤)

心臓の健康維持に「毎日健心」 コエンザイムQ10&フランス海岸松

主要成分

還元型コエンザイムQ10、フランス海岸松、L-カルニチン、L-シトルリン、ルンブルクス《ミズ乾燥粉末》、ゴマエキス、タウリン抽出物



犬用 チキン味(錠剤)



犬猫兼用 ミルク味(粉末)



猫用 カツオ味(錠剤)



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)、月見草油エキスを末、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」 ※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トキシフラボン...BMIが高め(BMI23以上30未満)の方の腹部の脂肪(内臓脂肪と皮下脂肪)を減らす ※2 ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリン...眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感

内容量

18g (300mg×60粒/30日分)

機能性関与成分

ブラックジンジャー / ラフマ

追加栄養補助成分

L-カルニチン / BCAA
(ロイシンバリンイソロイシン) /
HMB / L-リジン

02

ヒハツ&ラフマ

機能性表示食品



睡眠の質の向上に役立つ※1
手の冷えの軽減に※2
足のむくみの軽減に※3

※1 ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルシトリン...眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感 ※2 ヒハツ由来ヒペリン類...冷えにより低下した血流(末梢血流)を正常に整える ※3 ヒハツ由来ヒペリン類...健康な女性の病的ではない過性の夕方のむくみ

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 / プラセンタ

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/長命草末/
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
ばやけ・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...コントラスト感度を改善
※2 アスタキサンチン...パソコンやスマートフォンの使用による

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

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)

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



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

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)

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



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)

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)

成分

高純度生ローヤルゼリー(デセンサン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



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/デセンサン 9%/4粒あたり)

11

ウラジロガシ&ヤシ殻活性炭

高含有健康食品

内容量 36g (300mg × 120粒/30日分)

成分

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



身体にいいこと
炭で始める
健康習慣

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

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)

成分

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



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、青森県産地ホウト6片使用

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)

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



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) 8013mg (1袋含有量)

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/>

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! JAPAN 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、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(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
愛玩動物飼育家連合会・ペットオーナー様会

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