

[会報誌]



×



ウィズ倶楽部

Vol. 118

毎月発行
2025/08

「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

夏はシャンプーでさっぱり!

愛犬・愛猫をきれいに洗うコツ..... p04

犬と猫

犬と猫、予防が肝心な夏の感染症..... p08

人向け記事byウィズメディカ

ずっと座る、ずっと立つー

その働き方が「老け」の原因に! ?..... p20

太陽の光を浴びることの重要性!

日光浴の効果について!..... p24

Vol. 118

[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** 夏はシャンプーでさっぱり!
愛犬・愛猫をきれいに洗うコツ
- P08** 犬と猫
予防が肝心の夏の感染症
- P11** 獣医師
犬の攻撃行動の原因と対応について
- P13** 獣医師
猫エイズと猫白血病の正しい知識
- P15** 犬の病気辞典
犬の炎症性腸疾患 (IBD) について
- P17** 猫の病気辞典
猫の拡張型心筋症について
- 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** ずっと座る、ずっと立つー
その働き方が「老け」の原因に!?
- P24** 太陽の光を浴びることの重要性!
日光浴の効果について!
- P26** ダイエットにおける
自分に適したエネルギー量
(カロリー)の考え方について



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。

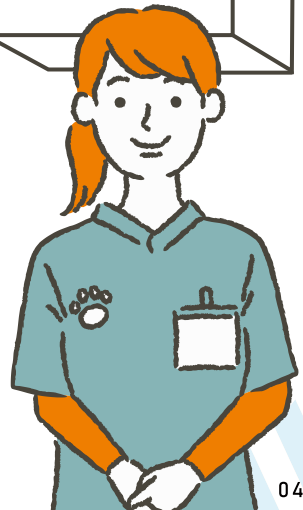


チャンネル
登録よろしく
お願いします。

夏はシャンプーでさっぱり！

愛犬・愛猫をきれいに洗うコツ

麻布大学獣医学部環境畜産学科
(現・動物応用科学科) 卒
ペット栄養管理士 伊藤悦子



夏にシャンプーを

おすすめする理由

浴室は気温が低いことが多く、冷えが心配です。しかし夏は気温が高いので、シャンプー中もシャンプー後も寒くありません。

気温が低いときは体を冷やさないように急いで毛を乾かす必要がありますが、夏なら乾きも早く楽です。オーナー様にとっても、寒さが負担にならず楽にシャンプーができます。暑い時期は、シャンプーそのものも気持ちいいでしょう。

愛犬
愛猫の

シャンプーの 注意点とポイント

シャンプーは、想像以上に愛犬・愛猫の負担になることがあります。まずはワンちゃんネコちゃん共通の注意点とポイントをチェックしておいてくださいね。



ポイント
01

シャンプーは体調の
良いときに行う

愛犬・愛猫の体調が良い時にシャンプーをします。「何となく元気がない」「お腹を壊している」時のシャンプーは、体調をさらに悪化させる恐れがあります。またワクチン接種後のシャンプーも避けましょう。どうしてもニオイや汚れが気になる場合は、お湯で濡らして絞ったタオルで拭きまです。ペット用のウエットティッシュやドライシャンプーもおすすすめです。

ポイント

02

シャンプー剤は ペット専用を使う

人間のシャンプーは、愛犬・愛猫にとっては刺激が強すぎます。必ずペット専用を使って洗いましょう。ワンちゃんやネコちゃんの地肌に合ったシャンプーを選びます。迷ったときは、獣医師に相談しましょう。

ポイント

03

シニアや持病がある 愛犬・愛猫は 獣医師に相談

持病がある愛犬・愛猫をシャンプーした場合は、事前に獣医師に相談します。特に皮膚の病気がある子は、シャンプーで悪化することもあるので獣医師の指示に従ってくださいね。

ポイント

04

ワンちゃんの シャンプー頻度は 月に1〜2回が目安

ワンちゃんの場合頻度はだいたい月に1〜2回が目安です。ただし、ワンちゃんの年齢や体質で頻度は変わります。わからない場合は、かかりつけの獣医師に相談することをおすすめします。

あまり頻繁に洗うと、皮脂を落としすぎてしまい皮膚が乾燥し荒れてしまうこともあるので注意しましょう。



ポイント

05

ネコちゃんの場合は 必要に応じて行う

猫は自分で毛繕いをするため、無理にシャンプーをする必要がありません。定期的にとより、必要に応じてシャンプーをします。

普段シャンプーしないなら夏がチャンスです。ただし基本的に濡れるのが嫌いなので、極度に嫌がる場合は無理にシャンプーするのはNG。

子猫なら、少しずつ濡らすことでシャンプーを受け入れるようになる可能性があります。



愛犬
愛猫の

シャンプーで用意するグッズ

事前にシャンプーで使うグッズを準備しておきましょう。



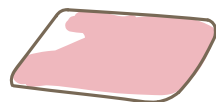
ペット専用シャンプー

人間用はNGです。



お風呂マット

お風呂場に敷いておくと、
愛犬・愛猫が滑りません。



スポンジ・洗面器

洗面器にお湯をはって
スポンジで泡立てます。



タオル

タオルは吸水性のよいものを
多めに用意しておきます。



ペット用バスタブ

専用のバスタブに入れて
あげると洗いやすくな
るでしょう。



ドライヤー

スタンドタイプが便利です。最近はペットを中に入れて
乾かせるドライヤーボックスも販売されています。
もちろん人が普段使っているものでも対応可能です。



愛犬
愛猫の

シャンプーのコツ



ポイント

02

シャンプーを
泡立てておく

洗面器の中でスポンジを使って
あらかじめ泡立てておくことが
コツ。愛犬・愛猫に直接シャンプ
ーをかけて泡立てないようにし
ます。

ポイント

01

シャンプー前に
ブラッシング
をする

シャンプーする前に必ずブラッ
シングをしましょう。特に長毛
種は毛玉や絡まりがでやすい
ので、ていねいにブラッシングし
てからシャンプーします。

ポイント

04

体にシャワーを
押し当てる
ように濡らす

シャワーの音に驚く子もいま
す。シャワーヘッドを体に押し
付けるようにすると、怖がり
にくくなります。

ポイント

03

お湯はぬるめ

お湯はぬるめを心がけます。
夏では30℃前後が適切で
す。



ポイント

05

いきなり顔に
シャワーを
かけない

ワンちゃんもネコちゃんも顔が濡れるのは苦手です。いきなり顔にシャワーをかけると暴れたり、興奮したりする恐れもあります。背中からそっと濡らすようにしてくださいね。

ポイント

06

スポンジで
泡をつける

スポンジで優しく全身にシャンプー泡をつけていきます。その後優しく体と足を洗います。

ポイント

07

足先やおしり
周囲は念入りに

指と指の間、肛門の周囲は特に汚れがたまりやすい場所です。念入りに洗ってあげましょう。

ポイント

08

顔は最後に洗う

洗う時も顔は最後です。シャンプーの泡やお湯が目や耳に入らないように注意します。あごの下は、ニキビができるネコちゃんがいるので、ていねいに洗います。

ポイント

09

ていねいにすすぐ

泡やシャンプー剤を皮膚や被毛に残さないように、ていねいにすすぎましょう。顔は湿らせたスポンジで落とします。

ポイント

10

顔から念入りに拭き取る

シャンプーが終わったら、しっかり水分を拭き取ります。ゴシゴシとこするのではなく押さえるようにして拭き取ります。

ポイント

11

ドライヤーで
被毛と皮膚を乾かす

ぬれたままにせず、必ずドライヤーで乾かしましょう。ドライヤーは弱めの風量に設定します。ドライヤーを、エプロンの胸ポケットなどに固定すると両手があいて作業しやすくなります。





夏に見られることの多い感染症はどのように感染するのか、どんな症状が出るのか、予防はできるのかについてご紹介します。

です。フィラリアに感染した犬を蚊が吸血すると蚊の体内にフィラリアの幼虫が入り蚊の体内で幼虫が少し成長します。その蚊が他の犬を吸血すると、成長

しかし症状が出た場合には犬よりも重篤なことが多く、突然死なども報告されているため注意が必要です。

フィラリアの予防薬を投与する前には
病院で血液検査（抗原検査やマイクロフィ
ラリア検査）を受け、体にフィラリアの成
虫がいないことを確認してから投与し
ましょう。

ヘモプラズマ症

ヘモプラズマ症とは猫に貧血をおこす感染症で、伝染性貧血や以前はヘモバルトネラ症とも呼ばれていた病気で、病原体はマイコプラズマの一種で、猫の赤血球の表面に感染することで赤血球の細胞膜を脆弱化し、さらにその赤血球は猫の体内で異物として認識されてしまうため、赤血球の破壊が亢進して貧血を起こします。

感染経路はまだはっきりとはわかっていませんが、ノミやダニなどの吸血性の外部寄生虫の関与や、猫同士のケンカ、母子感染などが原因と考えられています。溶血による貧血が起るため、元氣・食欲がなくなったり、発熱、可視粘膜が白くなる、あるいは黄疸によって黄色くなる、ふらつく、呼吸が速くなるなどといった症状が現れます。

適切な診断を受けて適切に投薬すれば症状は改善しますが、発見が遅れると貧血が重度になることもあるため、注意が必要です。この病気を予防するためには感染している猫や吸血性節足動物との接触機会を減らすこと、ダニ予防などの対策をしておくことなどが挙げられます。飼い猫を自由に外に出すことは控え、散歩などで外に出ることがある猫の場合はノミやダニ予防をしておくことを

お勧めします。

バベシア症

バベシア症は赤血球に寄生するバベシアという原虫が原因で起こる感染症です。犬だけでなく牛や馬にも感染がみられ、日本国内で犬にバベシア症を起こすとされるバベシア・ギブソニとバベシア・カニスという種類の2種はヒトには感染しません。しかし牛や馬に感染する種類のバベシアはヒトへの感染も報告があるため注意が必要です。

バベシアはダニの媒介によって感染するとされており、犬の赤血球の中に寄生して赤血球が破壊されるため、猫のヘモプラズマ症と同様に元氣・食欲が低下し、貧血や黄疸、可視粘膜の蒼白化、赤色の尿（血色素尿）、発熱などが起こり、重篤化すると命に関わります。

バベシアに感染していると診断された場合、治療には抗原虫薬やステロイド投与、輸血などの対症療法を行うことで症状は改善しますが、バベシアを完全に体内から駆除することは難しいことが多く、投薬での治療も副作用が出ることも多いため慎重に行う必要があります。治療で一度症状が改善したとしても完治したわけではなく、再発がみられた場合には適宜投薬を行い症状を抑えて

いく、ということを繰り返さなくてはなりません。そうならないためにも、できるだけ感染させないようにダニ予防をしっかりしておくことが重要です。

重症熱性血小板減少症候群 (SFTS)

重症熱性血小板減少症候群 (SFTS) はここ数年ニュースなどで耳にすることが多くなったマダニ媒介性の新興感染症です。ヒトでの感染が報道されることが多いですが、原因ウイルスはマダニの吸血によって伝播し、犬や猫、その他の多くの動物種に感染する人獣共通感染症です。患者発生地域では野生動物の抗体保有率も高いことがわかっています。ほとんどの動物は無症候で耐過すると考えられていますが、ヒトと猫や犬は比較的感受性が高く、特にヒトと猫は発症すると重症化しやすく致死率も高い感染症です。

犬や猫が発症すると、元氣・食欲低下、発熱、黄疸、消化器症状（下痢や吐き気、腹痛、下血など）などの症状が現れ、血液検査では血小板減少、白血球減少、肝酵素の上昇などが認められます。

ヒトでは抗ウイルス薬による治療が行われますが、犬や猫ではまだ効果的な治療方法はなく、対症療法と支持療法を

行いつつ状態の改善を図ります。

しかし重症例では5日ほどの短い期間で死亡してしまうことがあり、特に猫では犬よりも発症頭数、致死率が高いため注意が必要な病気です。

さらにこのウイルスは血液や体液、排泄物や嘔吐物を介して感染動物からヒトに感染した例も認められており、飼い猫から飼い主や診療にあたった獣医師が発症した例も報告されています。経過が早いと発症して診断がつくまでに命を落としてしまうこともあるため、やはり予防が重要です。対策としてはダニが潜む草むらなどには極力入らないようにすること、ダニ予防をしっかりしておくこと、愛犬の散歩後はブラッシングなどで体表面に付いたダニなどを払い落とすようにすることなどが挙げられます。

エキノコックス

エキノコックスは主に北海道での発生が多いとして知られる寄生虫感染症ですが、現在は北海道にとどまらず、本州の各地で発生が認められている人獣共通感染症です。原因は多包条虫という寄生虫で、ネズミなどの中間宿主とイヌ科動物（終宿主）の体内でライフサイクルが回っており、感染した犬から他の犬に伝播することはありません。

感染したイヌ科動物（キツネや犬など）の便に排泄された多包条虫の虫卵をネズミが摂取すると、ネズミの体内で虫卵から孵化した多包条虫が肝臓などの内臓に寄生して増殖、そのネズミを捕食したイヌ科動物の体内で多包条虫が成虫になります。

犬が感染しても目立つた症状は示さず、エキノコックスが小腸に寄生するため時々血液混じりの粘液塊を排泄する程度ですが、感染動物の糞便内にはエキノコックスの虫卵が含まれており、それらを処理したヒトが何らかの形で経口感染してしまうと肝臓や肺、脳などで増殖して病変を形成し臓器障害を起こします。犬では症状が顕著でなく、ヒトでも発症までの期間が長い（10年以上）ために発見が難しい病気ですが、発症したヒトでは致死性的となることもあります。

愛犬が感染してしまうと接触機会の多い飼い主さんの感染リスクは高いため、感染させないようにすることを心がけたい病気です。

そのためにも、ネズミを捕食してしまう可能性がある場合には定期的に駆虫薬を投与し、排便時に環境を汚染してしまわないように駆虫薬投与後の便を適切に処理することが重要です。

レプトスピラ感染症

レプトスピラ感染症は、レプトスピラという細菌に感染することによっておこる感染症で、ヒトにも感染することがある人獣共通感染症です。

自然界ではげっ歯類をはじめとする野生動物が保菌しており、これらの動物の尿に含まれるレプトスピラに汚染された土壌や水に接触することで経皮感染します。そのため、川遊びをしたりアウトドアレジャーなど自然の多い環境で過ごすことの多い犬が感染するリスクが高くなります。感染すると肝臓や腎臓で菌が増殖し、肝不全や腎不全を起こしてしまうことがあります。

症状としては元気・食欲低下、発熱、嘔吐などを示し、症状が進行すると多尿または無尿、黄疸、出血傾向などがみられ、多臓器不全に移行して致死性的となってしまうことも多い怖い病気です。

また感染した犬の尿にもレプトスピラが排泄されるため、尿を処理する飼い主さんにも感染のリスクがあります。

治療には抗菌薬が使用されますが、発症してから診断がつくまでの間に命を落としてしまうこともあるため、やはり予防することが重要な感染症です。

恐い病気ですが、ワクチンで予防することが可能です。

レプトスピラにはいくつかの血清型があり、地域によってその分布が異なります。血清型が異なるワクチンでは予防はできないため、住んでいる地域にどんな型のレプトスピラの発生があるのかを確認して接種する必要があります。

各地の動物病院ではその地域で発生の見られるレプトスピラに対応したワクチンを扱っていることが多いですが、旅行や引越しをする場合には対応していないレプトスピラの予防が必要になるケースもあるため気を付けましょう。

ライム病

ライム病は数種類のボレリア属細菌が原因でおこるダニ媒介性の感染症です。欧米では病原性の強いボレリア属細菌による重症ライム病が犬に発生するため、日本よりもっと一般的に知られている病気ですが、日本国内で認められているボレリアは病原性が弱く自然治癒することもあるため、中には動物病院を受診せずに症状が改善している例も多いと考えられています。

ライム病の主な症状は発熱や元気・食欲低下、関節炎による歩行異常、起立不能などがみられ、下痢や結膜炎などがみられることもあります。

寒冷地に住むダニによって媒介されるた

め、北海道での発生が多いとされていますが、他の地域でも注意が必要です。

治療には抗菌薬の投与が有効なため、愛犬がダニに咬まれた場合は病院でダニを除去してもらうだけでなく、適切な抗生剤を処方してもらうことでライム病発症を予防できます。

ダニ予防やワクチン接種で事前に対策を

ここでは夏場に見られることの多い感染症の一部を紹介しましたが、今回紹介した他にも様々な種類の感染症が起ります。

全ての感染症にかからないように気を使って生活するのは大変ですが、感染症はダニや蚊などの節足動物が媒介するものが多く、予防薬やワクチン接種で予防が可能です。

感染症の中には発症後の経過が早く、診断がついてからの治療では間に合わなくなってしまうものも少なくないため、あらかじめダニ対策やワクチン接種などで守りを固めておくことが重要です。

特に外遊びが好きな犬猫では感染症の原因となる病原体との接触機会が多いと考えられますので、必要な対策を確認して愛犬・愛猫の健康を守ってあげましょう。



犬の攻撃行動の原因と対応について

重篤な被害を起こしうる攻撃行動は、専門の獣医師が早期に介入すべき問題行動の一つです。

今回は攻撃行動の原因や分類などについて解説します。

獣医師 増山 綾乃

攻撃へのはしり

通常犬の攻撃はささいな行動から始まり、徐々に実際の攻撃へとステップアップしていきます。このような一連のボディーランゲージを「攻撃へのはしり」と呼びます。「咬みつく」という行動は犬にとっての最終手段であり、飼い主はその前に送られてくるサインを見逃さないことが重要です。

第一段階:

不快感を表すサイン

攻撃行動の最も初期の段階では、犬たちは不快感や不機嫌であることを行動で示して教えてくれます。以下の6つが不快感や不機嫌を表す代表的なサインです。

- 鼻を舐める
- まばたきをする
- あくびをする
- 顔を背ける
- 周囲の匂いを嗅ぐ
- その場から立ち去る

これらの行動が組み合わさって見られたときは、犬がストレスを受けている可能性があります。ストレスの原因が明らかかな場合は、可能な限り取り

除いてあげましょう。また、犬が顔を背けているものにわざと近づけるなど、犬を追い詰めるような行動はやめましょう。

第二段階:

強いストレスを表すサイン

ストレスを受け続け、逃げ場のない犬たちは、第二段階の行動に移ります。以下のような行動が見られた場合、犬たちは強いストレスを受けており、全身を使ってストレスを訴えています。このようなサインが見られた場合、できる限りこれ以上の刺激を与えないようにしましょう。

- 耳を後ろに引く
- うずくまり、尾を足の間に巻き込む

第三段階:

警告のサイン

第三段階の犬たちは攻撃間近であり、少しでも刺激を与えると実際の攻撃に移ってしまうような不安定な状態です。この時点でも犬を落ち着かせることは可能ですが、状況により対応が異なるため、判断が難しく

なります。

● 体をこわばらせる

● うなる

● 歯を剥き出す

● 咬む仕草をする

攻撃行動の原因と分類

攻撃性が現れる原因にはさまざまなものがあり、一部遺伝的な要因も関与しているのではないかと考えられています。ほとんどのケースでは環境による影響が最も大きいと言われています。犬の攻撃行動を修正するには、何が攻撃性を引き出しているのかを明らかにすることが重要です。

● 自己主張性攻撃行動

飼い主や家族に向けられる攻撃行動で、自分の意思や主張を示すための攻撃行動です。例えば、飼い主さんが犬の手足を触った時に犬が攻撃行動を仕掛けると、多くの飼い主さんは怯んで触るのをやめてしまいます。すると犬たちは、攻撃を仕掛ければ自分の意思が通るのだと学習してしまい、何か嫌なことをされる度に攻撃を仕掛けるようになってしまいます。

●恐怖性／防御性攻撃行動

恐怖や不安を感じた時に、自分の身を守るために行う攻撃行動です。攻撃行動に伴い恐怖を示す姿勢や表情が見られます。

●葛藤性攻撃行動

飼い主や家族など、身近な人との関係性に葛藤を感じている時に起こる攻撃行動です。例えば、犬が「飼い主の側にいたいけど、体を触られるのは嫌だ」と思っている時に体を触ってしまうと、攻撃行動が誘発されることがあります。

●捕食性攻撃行動

野生下の犬が獲物を捕らえようとすると、ときに見せる攻撃行動です。赤ちゃんや小動物が対象となることがあります。

●縄張り性攻撃行動

ベッドなど、犬が自分の縄張りとして認識している場所に人間や他の動物が立ち入った際に誘発される攻撃行動です。「自分の休息場所が脅かされるのではないか」という不安が原因で攻撃行動が引き起こされると考えられています。

●所有性攻撃行動

お気に入りのおもちゃなど、自分の所有物と認識しているものに人が触ろうとした際などに引き起こされる攻撃行動です。縄張り性攻撃行動と同様に、背景には「自分の所有物が奪われるのではないか」という不安が関係していると考えられています。

●転嫁性攻撃行動

嫌なことがあった時に誘発される、いわゆる「八つ当たり」的な攻撃行動です。人や他の動物だけでなく、近くにある物に対して攻撃が向けられることもあります。

●疼痛性攻撃行動

身体に痛みを感じている際に、飼い主などから体を触られて痛みを感じて誘発される攻撃行動です。または、犬が「触られると痛いのではないか」と予期することで、それを避けようと攻撃を仕掛けてくる場合もあります。

●母性攻撃行動

妊娠時や出産後に子犬を守ろうとして、飼い主や他の動物に向けられる攻撃行動です。

●特発性攻撃行動

前触れもなく、急に始まる攻撃行動です。詳しい原因はわかっていませんが、てんかんなどの脳疾患が関与している可能性が指摘されています。特発性攻撃行動が発現すると、本人にも怒りのコントロールができず、周囲に対して激しい攻撃行動を示します。

攻撃行動と犬種

飼い主への攻撃性の高い犬種としては、チワワやウェルシュ・コーギー、ミニチュア・ピンシャー、柴犬、パピヨン、ヨークシャー・テリアなどが挙げられます。また伝統的に猟犬として暮らしてきた犬種では捕食性攻撃行動が発現しやすいなど、特定の攻撃行動が遺伝することもあると考えられています。

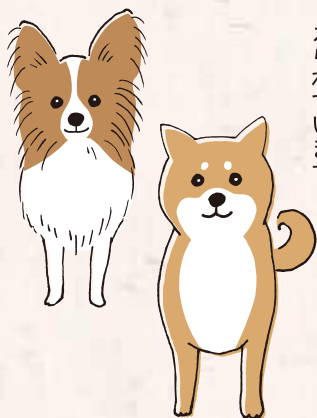
攻撃行動への対応法

近年、犬の攻撃行動は単なるしつけの問題ではなく、治療が必要な精神疾患の一つであると考えられています。また攻撃行動は飼い主や家族、周囲の人や動物にまで危害を与えかねないため、早期に適切な対応をとることが重要です。

やみくもに自己流で修正しようとする、かえって逆効果になってしまうこともあります。そのようになる前に、行動学を専門に学んでいる獣医師のカウンセリングを受けることがおすすめです。

カウンセリングでは、攻撃行動の原因を突き止め、咬傷事故を防止するための方法についてアドバイスを受けることができます。また、てんかんなど投薬治療が必要な疾患の診断にも結びつきます。

大切な飼い犬と楽しい時間を過ごすためにも、犬とのコミュニケーションは必要不可欠です。攻撃行動に悩まれている飼い主さんは、ぜひ一度カウンセリングを受けてみてはいかがでしょうか？





猫エイズと猫白血病の正しい知識

最近「保護猫」が話題になってきており、猫を迎える際の選択肢の一つとして「保護猫」を候補に入れる方が増えてきています。

獣医師 松本 千聖

最近「保護猫」が話題になってきており、猫を迎える際の選択肢の一つとして「保護猫」を候補に入れる方が増えてきています。

そのこと自体はとても喜ばしいことなのですが、野外や多頭飼育崩壊現場などの過酷な環境の中で生き抜いてきた「保護猫」は伝染病に罹患しているリスクが高いと言えます。伝染病の中でも、特にリスクが高く、また完治も難しい反面、発症前にウィルスの保有を調べるのできるのは「猫エイズ」と「猫白血病」です。

「保護猫」を引き取る前に、この2つの病気に関する正しい知識を持つていただくことは大切なことです。この記事がその助けの1つになればいいかと現在保護猫活動に従事している獣医師の一人として思います。

猫エイズとは？

「猫エイズ」は正式な疾患名ではなく、正しくは「猫免疫不全ウイルス感染症」または「猫後天性免

疫不全症候群」と言います。

猫の血液、唾液、乳汁などに存在している猫免疫不全ウイルス（FIV）が主に喧嘩の際の咬傷によって感染します。また、母猫から子猫への乳汁感染などによる垂直感染も報告されています。

猫エイズの症状は？

猫エイズでは「急性期」、「無症候キャリアー期」、「持続性全身性リンパ節症期」、「エイズ関連症候群期」、「エイズ期」といった5つの病期がみられ、数年から10年前後の長期間にて進行していきます。

●急性期

発熱、下痢、全身性リンパ節腫大などの症状が認められ、感染後数週間〜数カ月間持続します。

●無症候キャリアー（AC）期

急性期を過ぎると感染猫には臨床症状が全く認められなくなる期間が数年から10年以上続きます。しかし、FIVの排出はおこなっており、他の猫に感染を広げることが出来る状態です。

●持続性全身性リンパ節症（PGL）期

全身のリンパ節腫大以外はAC期と同様に大きな症状が認められない期間であり、数カ月〜1年程度持続します。

●エイズ関連症候群（ARC）期

免疫異常に基づく慢性感染症や慢性炎症性疾患が認められ、特に多いのは歯肉炎や口内炎、上部気道感染症などです。数か月〜数年程度持続します。

●エイズ期

ARC期の症状に加えて著しい体重減少や日和見感染症、またリンパ腫をはじめとする様々な悪性腫瘍、貧血などの血液学的異常が認められる末期の状態です。

猫エイズの検査方法は？

次の2つの条件を全て満たしている場合に血液を用いたスナップ検査で調べます。

①生後半年以上であること

猫エイズの検査は「抗体検査」であり、ウイルスそのものではなく、感染したウイルスから体を守るために作られる「抗体」の有無を調べる検査です。

よって生後半年未満の子猫の場合は母猫からの移行抗体が体内に残っている可能性があるため、その移行抗体に反応して感染していなくても「陽性」と出てしまうことがあります。子猫の場合は完全に移行抗体が体内から消失する生後半年以上になってから検査するようにしましょう。

②猫エイズ陽性および猫エイズ未検査の猫から隔離して2か月以上が過ぎていること

FIVに感染してから抗体検査で検出可能なレベルまでに抗体が生産されるには約2か月の期間が必要だと言われています。よってウイルスを持っている可能性のある猫と接触してから2か月以上空けて検査を行わないと、感染し

ていても抗体が検出できず、誤って「陰性」と出てしまう危険性があります。

なお、上記の2つの条件に加えて「FIVワクチン未接種なこと又は最終接種日から1年以上が経過していること」も必要とはなりますが（ワクチン接種による抗体に反応して陽性となってしまったため）、背景が不明の保護猫の場合はワクチンの接種状況を確認することが難しいため、まずは上記2つを満たしてから検査をお勧めします。

猫エイズの治療、予防法は？

猫エイズの治療は主に対症療法がメインとなり、根本的にFIVを体内から排除する治療は未だ確立されていないのが現状です。予防法は、一番はFIVに感染しないこととなり、完全室内飼いにすることがベストだと言えます。同居猫がFIV陽性の場合、喧嘩をさせないようにすることや可能ならば食器やトイレの共用な

ども避けたほうがより安心でしょう。また、FIVのワクチン接種も検討しても良いかと思えます。

猫白血病とは？

「猫白血病」は正式な疾患名ではなく、正しくは「猫白血病ウイルス感染症」と言います。猫の唾液、乳汁などに存在している猫白血病ウイルス（FeLV）によって食器の共用やグルーミングなどによって感染します。また、母猫から子猫の乳汁感染などによる垂直感染も報告されています。

猫白血病の症状は？

猫白血病では初期症状として、発熱や元気消失、全身リンパ節腫大、貧血などが感染後約数週間〜約数か月間認められます。これらの急性期の症状が収まった後には「FeLVが体内から排除される一過性の感染」または「FeLVが体内に潜伏している持続感染」の2つのケースに分かれます。感染した猫がどちらになるかは、感染時の猫の年齢や健康状態などによ

りますが後者の場合は無症状の持続感染期間が約数年間続いた後、リンパ腫や再生不良性貧血、糸球体腎炎などの悪性腫瘍、造血器系疾患、免疫介在疾患といった様々な疾患が認められます。

猫白血病の検査方法は？

猫白血病の場合は「抗原検査」のため、感染した可能性がある時から1か月以上経過してから血液を用いたスナップ検査で調べます。

猫白血病の治療、予防法は？

猫白血病の治療は主に対症療法がメインとなり、根本的にFeLVを体内から排除する治療は未だ確立されていないのが現状です。予防法は、一番はFeLVに感染しないこととなり、完全室内飼いにすることがベストだと言えます。同居猫がFeLV陽性の場合、完全隔離飼育、食器やトイレの共用なども避けましょう。また、FeLVのワクチン接種も検討しても良いかと思えます。

犬の病気辞典 犬の 炎症性腸疾患 (IBD)について

葛野 宗 先生



犬の炎症性腸疾患 (IBD)とは

犬で慢性の消化器症状を引き起こす原因不明の疾患です。

対症療法に効果を示さない、または再発を繰り返す慢性の消化器症状を示す病態を慢性腸症と呼びます。慢性腸症は治療反応性により、食事反応性腸症、抗菌薬反応性腸症、炎症性腸疾患に分類されます。炎症性腸疾患は免疫抑制薬に治療反応を示すことから、免疫抑制薬反応性腸症と呼ばれ

ることもあります。炎症性腸疾患は、原因特定が出来ず、腸に慢性的な炎症が見られます。

犬の炎症性腸疾患 (IBD)の症状とは

慢性の消化器症状を引き起こします。

主な症状としては、小腸性下痢、大腸性下痢、嘔吐、体重減少、腹痛などが認められます。上部消化管(食道、胃、十二指腸)の病変が重度である場合は嘔吐や小腸性下痢がよく見られ、大腸の病変が重度である場合は大腸性下痢がよく見られます。小腸性下痢は、軟便から水様便など様々ですが、便の量が増え、回数はそのほど増えない傾向があります。小腸に出血がある場合は黒色便が見られます。大腸性下痢は、軟便、粘液便、血便がよく見られ、便の回数が増える傾向があります。

炎症性腸疾患は、炎症が起こっている細胞の種類や部位によって、リンパ球プラズマ細胞性腸炎、好酸球性胃腸炎、肉芽腫性腸炎、組織球性潰瘍性腸炎などに分類されます。

バセンジーの免疫増殖性腸炎

バセンジーで見られる遺伝的な炎症性腸疾患とされています。小腸性下痢や嘔吐が見られ、ストレスで悪化することがあります。予後は数年とされており、重度な炎症性腸疾患と言えます。

ボクサーの組織球性潰瘍性結腸炎

主に若齢のボクサーやフレンチブルドッグに見られる炎症性腸疾患です。

大腸に潰瘍が形成され、下痢、血便、しぶりなどが見られ、重度になると体重減少や食欲不振を引き起こします。炎症性腸疾患の中では、治療反応性が低く、予後が悪いとされています。

犬の炎症性腸疾患 (IBD)の原因とは

原因が不明な疾患です。

炎症性腸疾患は、一般的な検査で原因特定出来ない消化器疾患と定義されています。

腸粘膜における持続的な炎症、腸絨毛の障害によって消化器症状が見られます。持続的な炎症は、腸粘膜の過剰な免疫応答、腸粘膜バリアの異常、腸内細菌叢の異常などの複数の因子がかかわっていると考えられています。

犬の炎症性腸疾患(IBD)の好発品種について

以下の犬種で好発がみられます。

- シャーペイ
- ジャーマンシェパード
- バセンジー
- フレンチブルドッグ
- ボクサー

リンパ球プラズマ細胞性腸炎では、ジャーマン・シェパード、チャイニーズ・シャーパーイなどの犬種で発生率が高いとされ、免疫増殖性腸炎ではバセンジー、組織球性潰瘍性結腸炎ではボクサー、フレンチ・ブルドックが好発犬種です。



犬の炎症性腸疾患（IBD）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。

予防方法はありません。早期発見・早期治療をおこないます。

犬の炎症性腸疾患（IBD）の治療方法について

免疫抑制剤を用いた治療をおこないません。

食事反応性腸症、抗菌薬反応性腸症が除外され、腸粘膜に炎症が認められた場合、免疫抑制剤の投与をおこないます。

免疫抑制剤の第1選択はステロイド剤となりますが、ステロイド剤の効果が不十分である場合やステロイド剤の量を減量したい場合は、他の免疫抑制剤を併用することがあります。

腸粘膜にリンパ管拡張所見が認められる場合は低脂肪の療法食を投薬治療と並行して用いることもあります。

低脂肪療法食で効果が不十分である場合は、ササミ、ジャガイモ、白米などを用いた超低脂肪の手作りごはんの使用を検討します。下痢の改善のため、免疫抑制剤に併用して抗菌薬を投与することがあります。

大腸性下痢が主体となる場合、可溶性食物繊維の投与を検討します。

ステロイド剤の単独投与や他の免疫抑制剤との併用によって良好にコントロールが出来ることが多いため、予後は悪くないと言えます。

しかし、多くの症例で何らかの薬剤の投与が必要になります。

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

腸の健康維持のために5つの消化酵素の働きを持つ「植物酵素(植物発酵エキス プロテアーゼ・アミラーゼ・リパーゼ・セルラーゼ・ラクターゼ)」「乳酸菌(有胞子性乳酸菌)」「ビフィズス菌」「ビタミンC」「ビタミンB2」「ビタミンB6」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 拡張型心筋症 について

齋藤厚子先生



猫の拡張型心筋症とは

心筋が伸びて、収縮力が落ちる病
気です。

拡張型心筋症は、心臓が大きく拡張することによって心筋の収縮力が低下し、全身に血液をうまく送り出せなくなる病気です。

以前は肥大型心筋症に次いで猫でも多い病気とされていましたが、キヤットフードにタウリンが添加されるようになってからその発生は減少しました。拡張型心筋症が重度になると、うっ血性心不全兆候として肺水腫や胸水・腹水貯留、呼吸困難がみられるようになり、血栓症などに

より後ろ足が麻痺してしまうこともあります。初期にはあまり目立つた症状を示さないため、早期発見はなかなか難しいところですが、定期的な健康診断などでも見つけることができる病気ですので、特に好発品種とされている猫では定期的に検査を受けるようにしましょう。

猫の拡張型心筋症の 症状とは

うっ血性心不全症状がみられます。

初期はあまり症状を示しません。心臓が徐々に拡大することで逆流を防止する弁がうまく閉じなくなり、逆流が起こるようになると、心雑音が聞こえるようになります。

心雑音は病院で聴診器をあててもらわなければなかなかわかりませんが、病院に行った際には必ず聴診をしてもらえらると思いますので、ここで早期発見できれば幸いです。

しかし、気付かれないまま心臓がさらに拡大すると、心筋が引き延ばされることによって収縮力が落ち、血液を全身に拍出できなくなつて、以

下のような症状がみられます。

- 活動性の低下／●食欲低下／●寝ていることが多くなった
- 疲れやすい／●呼吸が速い、苦しそう／●咳をする／●開口呼吸する／●倒れる／●舌の色が青っぽい／●お腹が膨れている(腹水)
- 急に後ろ足が動かなくなる(麻痺する)

重度になると全身の血液循環が悪く、強い倦怠感から寝ていることが多くなります。肺でもうっ血が起こるため、肺水腫や胸水貯留などから呼吸困難となる場合が増え、寝ていても呼吸数が多い、開口呼吸する、舌が青い(チアノーゼ)などを頻繁に起こすようになります。

動脈血栓塞栓症は非常に危険な状態です。

また心臓内に血液がうっ滞することとで血栓ができ、その血栓が流れて行って血管に詰まってしまうことがあります。(動脈血栓塞栓症)

血栓は多くの場合は後ろ足の付け根の血管が分岐する部分で詰まります。血栓塞栓症では、血流が途絶

えることによって足の麻痺がおこり冷たくなり、激痛を起こして猫はパニック状態となります。時間が経過すると足は壊死してしまうため、緊急治療が必要ですが治療してもその甲斐なく血流が再開しなかったり、そのまま命を落とすこともあります。

猫の拡張型心筋症の 原因とは

タウリン欠乏によっておこります。

以前はタウリンの不足によって拡張型心筋症が多かったとされています。拡張型心筋症とタウリン欠乏の関連性を報告した論文が発表されて以降、キヤットフードにはタウリンが添加されるようになり、その後の猫の拡張型心筋症の発生は激減しました。

遺伝性の要因が関与している可能性があります。

特定の品種に好発傾向があるので、遺伝性の要因が関係している可能性があります。

猫の拡張型心筋症の好発品種について

以下の猫種で好発がみられます。

●アビシニアン／●シヤム

好発品種は上記の2種ですが、雑種猫でも発生します。

猫の拡張型心筋症の予防方法について

バランスの取れた食事管理を心がけましょう。

今では猫のごはんはキャットフードが主体ですので、あまり心配することはありませんが、ホームメイド食などの場合にはタウリン欠乏とならないように気をつけましょう。

定期的に病院で聴診をしてもらいましょう。

初期にはあまり目立った症状が出ない拡張型心筋症ですが、無症状の時期でも心雑音が発生していることが多くあります。ワクチン接種などで病院を受診した際には必ず聴診してもらい、早期発見につなげましょう。

猫の拡張型心筋症の治療方法について

進行抑制のために内服薬で治療します。

拡張型心筋症と診断された場合には、心臓の負荷を減らすお薬や、強心作用のあるお薬、不整脈を改善するお薬、肺水腫を改善するお薬などで心臓にかかる負担を減らし、進行を抑制する治療をおこないます。どのお薬をどれくらいの頻度で服用するかは、心臓の精密検査を受け、心臓の動きや不整脈の有無、うっ血の程度などを総合的に評価してから提案されますが、初めからたくさん種類ののお薬を飲むことはあまりありません。心臓のお薬は全身の循環に作用するため、血圧が大きく変動することを防ぐために、少しずつ投薬を始めます。無症状の場合、どの段階になったら投薬を始めるのが良いかはまだ議論の余地がありますが、症状が出現している場合にはできるだけ早く治療開始することが推奨されます。

基本的には一度飲み始めた心臓薬は生涯続けることとなり、お薬の種類や量は進行に伴って徐々に増えていくことになりますが、肺水腫などで呼吸困難を起こし、苦しい思いをさせないために、継続して飲みましょう。

肺水腫を起こして呼吸困難となった場合には集中治療が必要です。

心不全から肺水腫や胸水貯留を起こし、呼吸困難となった場合には緊急治療が必要です。

すぐに病院へ連れていきましよう。呼吸困難時にはまず酸素室に入り、呼吸を整えながら利尿剤で肺水腫を治療します。

胸水が貯留している場合には胸腔に針を刺して胸水を抜去することもあります。状態が安定するまでは点滴などで心筋保護作用のあるお薬や心臓の収縮を助けるお薬を投与し、酸素室から出て内服治療が可能となったら退院できます。

心臓のお薬や利尿剤をすでに飲んでいるのに肺水腫を繰り返す場合、予後はあまり良くありません。

動脈血拴塞栓症を発症した場合は命の危険があります。

動脈血拴塞栓症も命に関わる緊急事態です。血拴が詰まることによって激痛が生じるため、猫はパニック状態になってしまします。

そのままだと心臓にかかる負荷が大きいため、鎮痛剤で痛みを抑えるとともに、血拴を溶かす治療を行います。血拴を溶かすためには、血拴溶解剤というお薬をできるだけ早い段階で投与しなくてはなりません。発症から時間が経ちすぎていると、血流が途絶えた部分の壊死が始まり、壊死した組織から漏れ出した成分が体の循環に乗って致命的になる場合があります。

また、血拴溶解剤を使用しても血流が再開しない場合もあり、断脚を余儀なくされることもあります。心臓の状態が悪く麻酔がかけられないことが多いため、多くはそのまま死亡してしまします。

血拴症になってからの救命率は低いため、抗血拴薬であらかじめ予防することが重要です。

Happy Horoscope

幸せを呼ぶペット占い

2025
08/1~
08/31

Aries

牡羊座

3 / 21 ~ 4 / 19

今月は、お手入れに力を入れるとよい流れになります。ブラッシングは特にていねいに。爪切りや歯みがきも忘れずにやっておくと運氣アップ。食欲がアップしているので食べ過ぎに注意。



Taurus

牡牛座

4 / 20 ~ 5 / 20

オーナー様にペット仲間ができそう。楽しい話や情報を提供してくれるでしょう。ペットたちはちょっとのんびり気分。言うことを聞かない時もありますが、おおらかな気持ちで見守って。



Gemini

双子座

5 / 21 ~ 6 / 21

今月はペットの「寝床」の環境を見直すと、運氣がアップしていきそう。ベッドを見直したり、位置をチェックしたりしてみましょう。ベッドを新調するなら、明るい水色が吉を呼びます。



Cancer

蟹座

6 / 22 ~ 7 / 22

集中力がアップしているので、知育おもちゃなどで遊ぶとラッキー。新しい遊びもすぐに覚えてくれそう。愛犬には思いっきりほめて、愛猫にはおやつのごほうびでほめてあげてください。



Leo

獅子座

7 / 23 ~ 8 / 22

元気に過ごせそうな月です。ただ興奮しやすい子もいるので、オーナー様が優しく声をかけて落ち着かせてあげましょう。ラッキーアイテムは液状のおやつ。ごほうびにあげるいいですね。



Virgo

乙女座

8 / 23 ~ 9 / 22

ペットにとってもオーナー様にとっても、うれしいことが起こりそう。お散歩中に「かわいい」と声をかけられたり、窓越しの愛猫をほめられたり。お礼を一言言うときさらに運氣がアップ。



Libra

天秤座

9 / 23 ~ 10 / 23

今月はペットの写真を撮って、スマホや携帯電話の待ち受け画面にするとラッキーを呼ぶでしょう。ペットにもオーナー様にもいいことがあります。写真を撮る時は優しく声をかけてあげて。



Scorpio

蠍座

10 / 24 ~ 11 / 21

今月は、ペットが頑張り過ぎてしまいそう。オーナー様を喜ばせたい気持ちが強くなっているようです。大丈夫だよと声をかけ、優しくマッサージをしてあげると気持ちがほぐれていきます。



Sagittarius

射手座

11 / 22 ~ 12 / 21

お部屋のなかの遊びが吉を呼ぶ月。オーナー様も一緒にかくれんぼや宝探しゲームを楽しむと、絆も深まっていきます。遊んだあとは、のんびりお昼寝でリフレッシュすると運氣アップ。



Capricorn

山羊座

12 / 22 ~ 1 / 19

楽しい変化が多い月。例えば爪切りなど、今までできなかったことや苦手だったことを克服できそう。愛犬は思い切り大げさなくらいほめて、愛猫にはとおきのおやつで静かにほめて。



Aquarius

水瓶座

1 / 20 ~ 2 / 18

今月は、フードボウルや水入れがペットに吉を呼ぶでしょう。お気に入りの食器は、いつもよりしっかり洗ってあげると悪い気を寄せ付けません。新しくするなら、陶器のタイプがおすすめ。



Pisces

魚座

2 / 19 ~ 3 / 20

ペットが新しいことに挑戦したくなる月。いつもと違うお散歩ルートを歩いたり、新しいおもちゃで遊んだりするのがおすすめ。オーナー様も一緒に楽しそうにすることがポイントです。





ずっと座る、

ずっと立つ—

その働き方が

「老け」の原因に!?



「座りっぱなし」「立ちっぱなし」同じ体勢を、長時間続ける
ライフスタイルを長年継続し、そのまま無対策でいると、
代謝低下や血流障害、さらには「老け」にまでつながって
しまうことも……!? 今月は、そのメカニズムを詳しく説明いたします。

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。

「なんとなくの不調」 スルーしていませんか？

「なんとなく疲れが抜けない」

「夕方になると足がパンパン」

「最近、集中力が続かない気がする」

「そんな不調を抱えていませんか？そして「年齢のせいかな」「夏バテかも」と片づけてしまう……。

でも実は……、その不調の原因、

「あなたの働き方」にあるかもしれない

「座りっぱなし」の「働き方」とは、

「座りっぱなし」「立ちっぱなし」。

同じ体勢を、長時間続けるライフ

スタイルです。こうしたスタイルを

長年継続し、そのまま無対策でい

ると、代謝低下や血流障害、さら

には「老け」にまでつながってしま

うことも……？

今月は、そのメカニズムを詳しく

説明いたします。「忙しくて対策す

る時間がない」「働き方なんて急に

変えられない」というそのアナタ、

ぜひチェックしてみてください。

「座りすぎ」 「立ちすぎ」が身体に 与える意外なダメージ

日本人の平均座位時間は、1日7

〜9時間とも言われています。

リモート／在宅ワークが浸透しつ

つあったコロナ禍を経て、オフィス

出勤が復活している方も多くい

らっしゃるようですが、それでもま

だ多くの方が「長時間座って働く」

もしくは「長時間の立ち仕事」と

いうスタイルのどちらかに偏りが

ちではないでしょうか。

実はこの働き方が、全身の巡りや

体調、そしてその先の「老け」に直

結（くわ）しているのです。

人間は二足歩行ゆえ、重力に逆ら

って血液を運ばなくてははいけませ

ん。この「人間だけの特殊性」が、

肩こり、腰痛、足のむくみなどを

引き起こす要因となります。

ここが他の四足歩行の動物たち

と大きく違う点です。

心臓から出る血管＝動脈はその名の通り、血管そのものが脈を打ち、そのポンプ作用で血液を送り出すことができます。問題は心臓に戻す方の血管＝静脈の方。こちらはポンプ作用がなく、周囲の筋肉が動かないと心臓へ血液が戻りません。その結果、さまざまな体調不良、ひいては老化につながってしまうのです。

座りっぱなし・ 立ちっぱなしで起こる 身体の変化

ずっと座っていると、太ももやふくらはぎなどの筋肉使用量が減ってしまいます。

結果、脚の血流が心臓に戻りにくく、下半身に滞留しがちになります。

これが「むくみ」の正体です。

特に夕方になると「脚がむくむ」「靴がきつくなる」などの症状が、

まさに「むくみ」によるものです。

また、座り姿勢では股関節が圧

迫されて血流が阻害されます。

股関節には体内の水分を血液に

戻す「関所」に当たるリンパ節が

豊富に存在しますので、「ここが滞

ってしまいます。

また、下半身に血流が滞留する

＝老廃物が心臓に戻らないこと

を意味します。



血液は定期的に心臓に戻ることで、その温度を一定に保つのですが、血液循環が悪くなることで、その機能も活用できなくなります。

ゆえに、さらなる冷えや倦怠感につながってしまうのです。

脚の老廃物がうまく排出できない、血液の温度が一定に保てない、その結果、新陳代謝は低下し、太りやすくなり、肌のトーンやハリにも悪影響を及ぼすことになります。さらに長期間続けると、脚の静脈がブヨブヨに伸びてしまい、筋肉が縮んでも心臓に血液が戻りにくくなってしまう。静脈瘤などといった症状を生じてしまいます。静脈が広がってしまうと、そのサイズが戻ることはほぼ不可能となってしまう、生涯に渡って悩まされることになってしまいます。立ちっぱなしも実は危険で、座りっぱなしのと同様、血液が下に溜まりやすくなる結果、むくみ・だ

るさや、下肢静脈瘤や腰痛、関節炎といった慢性トラブルの要因となります。

「一日中立ち仕事だけど、移動してるから大丈夫」と思っている、レジ打ちや接客など、じっと同じ姿勢の時間が長い方、要注意です。

今すぐできる！ 簡単セルフケア

座りすぎの健康リスクを軽減する方法として、「60分〜長くても90分ごとに1分立ち上がる、または歩く」が推奨されています。

が……、

実際には会議中や集中作業中にそんなにこまめに立てないのが現状だったりしますよね。

だからこそ、「もっと現実的な対策」が必要かと思えます。次に例をあげてみますね。

★エレベーター待ちの1分で

「つま先立ち」「足踏み」10回

かかとを上げ下げするだけで、ふくらはぎのポンプ機能を刺激し、血流がグンとよくなります。足踏みできればなおよし。

足首をぐるぐる回す・かかとを上げ下げするだけでもむくみと疲労感がだいぶ変わってきます。



★「貧乏ゆすり」は、

実は医学的に◎

「落ち着きがない」「行儀が悪い」と
思われがちな貧乏ゆすりですが、
実は体の「そろそろ動いて血液循
環させてほしい」サインだったりす
ることはご存知でしたか？

実は貧乏ゆすり、下肢の血流改
善・エコノミー症候群予防に効
果があるとされています。

長時間座らざるを得ない場面で
は、足をリズムカルに揺らすだけ
でも「座りっぱなしの害」をやわら
げる手段になります。

静かに、バレない程度に、こっそり
活用してみてもいいかもしれません。



★着圧ストッキングの着用

医療用である必要はなく、市販の
ものでも構いません。

ぜひ試してみてください。



「老けるのは歳のせい」 じゃない!?

昨今の抗加齢(アンチエイジング)
医学会では「老化は病気の一種」
という言葉が飛び交うようにな
ってきました。老化は年齢や遺伝
的要素が原因となることは3割
ほどで、あとの7割は「生活習慣
によるもの」だということです。

つまり、老け込む原因は、年齢だ
けではなく「その働き方」にある
と。忙しい毎日だからこそ、「なん
となく不調」をそのままにせず、
今すぐできることから変えてみ
る。それが、未来の自分への一番の
健康投資となります。ぜひ今、こ
の瞬間から実践してみてください
ね!



NUMBER SUPPLEMENT 15

N-アセチルグルコサミン & モリンガ

おすすめ商品

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



本品に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。本品にはN-アセチルグルコサミンが含まれます。N-アセチルグルコサミンは、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することが報告されています。



太陽の光を浴びることの重要性！ 日光浴の効果について

日光浴は、私たちの健康に不可欠な要素です。ですがテレワークや自宅での娯楽が増える昨今では1日の中で一度も日光を浴びない人がいるのではないのでしょうか？
この記事では日光を浴びることの重要性と効能について詳しく解説していきます。

健康運動指導士 森 健司

日光浴の基本情報とその効果

日光浴は、私たちの体にとって重要な役割を果たします。特に日光を浴びることによる一番大きな効能はビタミンDが生成されることです。ビタミンDは骨の健康維持・免疫機能の強化に大きく役立ちます。

さらに、日光は体内時計を調整する役割も持ち、私たちの生活リズムを整える助けとなります。これにより、睡眠の質が向上し、全体的な健康状態も良好になります。適度な日光浴を行うことで、これらの多くの健康効果を享受できるのです。というわけで次からは日光浴の効果について詳しく見ていきましょう。

骨の健康と日光浴

骨の健康を保つためには、日光浴が非常に重要です。ビタミンDはカルシウムの吸収を助け、骨密度を維持するために不可欠な栄養素です。カルシウムは、骨を強

くし、骨折を防ぐために重要なミネラルであり、ビタミンDの助けがなければ十分に吸収されません。そのため、日光浴によるビタミンDの生成は、骨粗鬆症の予防にも効果的です。

特に高齢者は、骨の健康が脆弱になりがちであるため、意識的にビタミンDを摂取する必要があります。日光を浴びることで骨の強度を保つだけでなく、転倒による骨折リスクを減少させることができます。また、若い世代にとっても、骨の発達と成長に日光浴は欠かせません。適度な日光浴を取り入れることで、健康的な骨を維持し、将来的な骨の問題を防ぐことが可能です。

免疫機能の強化

日光浴は、免疫機能を強化するためにも重要です。

日光を浴びることで生成されるビタミンDは、免疫システムに直接影響を与え、体が病原体に対して適切に反応するのを助けます。

す。ビタミンDが十分に供給されていると、免疫細胞が活性化し、風邪やインフルエンザといった感染症に対する抵抗力が高まります。特に冬季には、日照時間の減少によりビタミンD不足が懸念されるため、意識的に日光を浴びることが推奨されます。

さらに、日光浴は免疫機能をサポートするだけでなく、炎症を抑える効果もあります。

慢性的な炎症は多くの疾患の原因となり得るため、日光を浴びることでこのリスクを軽減できるのです。また、ビタミンDは自己免疫疾患の予防にも関連しており、日光浴が健康維持に重要な役割を果たす理由の一つとなっています。

精神的健康への影響

日光浴は、私たちの精神的な健康にも大きな影響を与えます。日光を浴びることで脳内のセロトニンの分泌が促進され、気分が向上し、幸福感が増す効果が

あります。セロトニンは「幸せホルモン」とも呼ばれ、ストレスを軽減し、気分を安定させる役割を持っています。

これが、日光浴がうつ病や不安障害の予防・改善に役立つとされる理由です。

特に、冬季うつ(季節性感情障害:SAD)に悩む人々にとつて、日光浴は効果的な対策となります。

冬季は日照時間が短くなり、日光を浴びる機会が減るため、セロトニンの分泌が低下し、気分が落ち込みやすくなります。

このような状況では、意識的に日光浴を取り入れることが、SADの予防に役立ちます。

毎日短時間でも自然光を浴びる習慣を持つことが、精神的健康を維持する鍵となります。

規則的な睡眠への重要性

朝の光を浴びることは、体内時計をリセットし、日中の覚醒と夜間の睡眠を適切に調整するために非常に重要です。

具体的には、朝の6時から8時頃の早朝に光を浴びることで、脳の視交叉上核(SCN)が活性化されます。

この時間帯に日光を浴びることで、メラトニンの分泌が抑制され、覚醒が促進されます。

その結果、夜間には再びメラトニンの分泌が増加し、22時から23時頃に自然な眠気が訪れるように体が準備されます。

このリズムの形成により、睡眠の質が向上し、昼夜のサイクルが整います。

規則的な睡眠への重要性

日光浴は健康に多くの恩恵をもたらしますが、正しい方法で行うことが重要です。

日光浴の最適な時間帯は、紫外線が強すぎない午前中か夕方が推奨されます。

特に紫外線が最も強い正午前後は避けるべきです。

また、日光浴の時間は個人差がありますが、一般的には15〜30分程度が適切とされています。

ただし、過度の日光浴は逆に健康に悪影響を及ぼす可能性があります。

特に長時間の直射日光は、日焼けや皮膚がんのリスクを高めるため、注意が必要です。日焼け止めクリームや帽子、サングラスなどの紫外線対策を講じることが重要です。

また、日光浴後には、肌を保湿することで、紫外線によるダメージを軽減できます。

まとめ

日光浴は、ビタミンDの生成、骨の健康、免疫機能の強化、精神的健康の維持、適切な睡眠などに大きく貢献します。

しかし、過度な日光浴は健康を害する可能性もあるため、適切な時間帯に短時間の日光浴を行うことが重要です。

紫外線対策をしながら、日光の恩恵を最大限に活用しましょう。

おすすめ商品

NUMBER SUPPLEMENT 17 | エピガロカテキンガラート&緑茶フッ素

口内環境を良好に保つ(歯垢の生成を抑える)/歯の再石灰化を促進し、歯の表面を改善してむし歯の原因となる酸に溶けにくい状態にすることで歯を丈夫で健康にする



本品には、緑茶フッ素が含まれます。緑茶フッ素には歯の再石灰化を促進し、歯の表面を改善してむし歯の原因となる酸に溶けにくい状態にすることで歯を丈夫で健康にする機能が報告されています。本品には、エピガロカテキンガラート(EGCg)が含まれます。エピガロカテキンガラート(EGCg)は、口内環境を良好に保つ(歯垢の生成を抑える)機能が報告されています。ウィズメディカ独自の追加栄養補助成分として「ラクトフェリン」「KT-11(乳酸菌)」「キシリトール」「甜茶」「ポリグルタミン酸」「ナタマメ」「アスコフィラン」「シャンピニオン(150倍濃縮)」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。



ダイエットにおける自分に 適したエネルギー量 (カロリー)の考え方について

「太りすぎたから痩せないと…」

「健康診断の結果が良くなかった…」

そんなお悩みはありませんか？高血圧・高血糖・脂質異常の改善や重症化予防には
肥満を解消することが推奨されています。

管理栄養士 青山 愛果

「太りすぎたから痩せないと…」

「健康診断の結果が良くなかった」

そんなお悩みはありませんか？高血圧・高血糖・脂質異常の改善や重症化予防には肥満を解消することが推奨されています。

体重(kg)を身長(cm)の2乗で割った数であるBMI(ボディマス指数)という数値が体型を示す指標です。BMI25以上が肥満とされており、BMI22が健康体型の基準値となります。肥満の方が健康的な体型を目指すためには、自分に適したエネルギー(カロリー)の量を知ることが大切です。

ダイエットで重要な「エネルギー出納」の考え方

なぜ体重は増えたり、減ったりするのでしょうか？体重の増減は下記のように、摂取エネルギー量と消費エネルギー量の差「エネルギー出納」で決まります。

【エネルギー出納がプラス】

摂取エネルギー>消費エネルギー
↓太る

【エネルギー出納がマイナス】

摂取エネルギー<消費エネルギー
↓痩せる

【エネルギー出納がゼロ】

摂取エネルギー=消費エネルギー
↓維持

減量を目指す場合、消費エネルギーを増やし、摂取エネルギー量を減らすことが基本となります。

1日の消費エネルギー量を把握して、摂取するエネルギー量を決める方法

まずは自身の消費エネルギー量を知ることが大切です。

1日の消費エネルギー量は「基礎代謝量×身体活動レベル」で推測することができます。

人間が生きていく上で最低限必要なエネルギーのことを「基礎代謝量」と呼びます。推定式で算出することもできますが、計算方法が複雑です。基礎代謝量を測定できる体重計もありますので、自宅の体重計を確認してみてください。

減量中でも、基礎代謝量分のエネルギー

ルギー量は確保することが健康的を維持する上で重要です。

基礎代謝量に乘じる「身体活動レベル」を選ぶ基準の一例を下記に示します。

生活の大半を座って過ごす場合

↓1.5

家事や通勤・散歩などで体を動かす時間がある場合↓1.75

立ち仕事や徒歩移動が多い場合、または余暇には運動する習慣を持つ場合↓2.00

基礎代謝量に自身に当てはまる身体活動レベルの数値を乗じた

値が、1日の消費エネルギー量の推測値です。

摂取エネルギー量を「基礎代謝量と消費エネルギー量の間」になるよう調整することが、減量の第一

歩です。

減量目標を立てて、「1日にマイナスすべきエネルギー量」を決めたい場合は、次に紹介する方法をご覧ください。

減量目標から逆算して1日にマイナスすべきエネルギーを決める方法

さらに具体的な考え方として、減量目標から逆算して「1日にマイナスするエネルギーを決める」方法があります。

体脂肪1kgを落とすには、7200kcalのエネルギーを消費することが必要です。

ここから、減量目標を立てて1日にマイナスすべきエネルギー量を算出します。

減量目標を「1か月で1kg」とした場合、7200kcalを1か月(30日)で割ると1日の消費すべきエネルギー量は240kcalです。1日240kcal分、食事からの摂取エネルギーを減らすか、運動で消費エネルギーを増やすかを考えていきます。

これが「減量のための行動プラン」です。日々の食生活や運動習慣を振り返りながら、考えていきましょう。

【食事から摂取エネルギー量を減らす例】

●ビールを0kcalのノンアルコールドリンクに変える

↓マイナス200kcal

●ポテトチップスは小袋を選ぶ(60gから27gへ変更)

↓マイナス185kcal

●習慣的に飲んでいたジュース(200ml)をやめる

↓マイナス100kcal

●ごはんを大盛りから普通盛りにする

↓マイナス80kcal

「摂取エネルギー量を抑えること」はダイエットの基本です。

何気なく食べているジュースやお菓子、アルコール飲料に注目してみると、食べ過ぎに気が付く方もいらっしゃると思います。

止められそうなものやカロリーダウンできる代替え食品を探し、「これなら続けられそう」と思う工夫を実行しましょう。

【運動による消費エネルギー量の例(体重70kgの場合)】

●散歩(30分) ↓129kcal

●子どもと遊ぶ(歩く・走る30分)

↓129kcal

●やや早歩き(15分)

↓79kcal

●階段を速く上る(5分)

↓54kcal

通勤や買い物など外を歩く機会に、早歩きをしたり階段を使うことで消費エネルギーがアップします。

食事と運動それぞれから、習慣的に続けやすい方法をいくつか組み合わせることが継続のポイントです。

無理のない減量目標を立てることが大切

極端に食事を減らすことや運動量を増やすことは体を壊す原因になります。あくまでも最終的な目標は「健康な体型になること」です。

特に、食べる量を減らしすぎると筋肉量の低下や代謝が落ちることにもつながり、栄養不足により体調を崩すリスクが高まります。

栄養不足を防ぐために、主食・主菜・副菜をそろえた食事を取り、基礎代謝量分のエネルギー量は確保しましょう。

筋肉量を落とさず痩せるためには、減量目標「1か月で現体重の5%まで」が上限です。体重90kgの場合、1か月の減量上限は4.5kgになります。

まとめ

BMI25以上の肥満状態が続くと、生活習慣病のリスクが高まります。肥満解消は健康的な生活を送る上でとても大切です。自分の消費エネルギー量を把握し、減量目標を立て、毎日続けられる行動プランを継続していきましょう。減量には時間がかかりますが、コツコツ続けることで健康な体がつくれます。

無理なく続けられる方法をいくつか組み合わせ取り組んでみてください。

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



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



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&ウラジログシ

主要成分

ヤシ殻活性炭、ウラジログシエキス、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)



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

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)

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

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)

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

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)

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

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)

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

犬猫兼用



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

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)

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



便通の改善に※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

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 / ゴマ油 / 米油 / ゴマ抽出物 / 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
愛玩動物飼養家連合・ペットオーナー連合

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