

[会報誌]



×



ウィズ倶楽部

Vol. 121

毎月発行
2025/11

「もっと知りたい」「正しい知識を身につけたい」をお届けする情報誌。



犬猫向け記事byウィズペティ

愛犬・愛猫の写真を使って
グッズ作りやSNSで楽しむ方法をご紹介します.....p04

ペットと過ごす冬に備えて
今しておきたい冬支度.....p08

人向け記事byウィズメディカ

秋冬こそ！
シミ・シワ治療について..... p20

骨を丈夫にする
栄養素と効果的な摂り方について.....p24



Vol. 121

[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** 愛犬・愛猫の写真を使って
グッズ作りやSNSで楽しむ方法をご紹介
- P08** ペットと過ごす冬に備えて
今しておきたい冬支度
- P11** 愛犬に合った預け先の選び方
ペットホテルとペットシッターどっち？
- P13** やめさせたい時は？
愛猫がネズミや鳥を持ってくる理由は？
- P15** 犬の病気辞典
犬の耳ヒゼンダニ症について
- P17** 猫の病気辞典
猫の鼠径ヘルニアについて
- P19** 幸せを呼ぶペット占い

人向け記事byウィズメディカ

- P20** 秋冬こそ！
シミ・シワ治療について
- P24** 骨を丈夫にする
栄養素と効果的な摂り方について
- P26** 食べる時間が体型に影響を及ぼす！
時間別でみるおすすめの食事について



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。

楽しむ方法

1

愛犬・愛猫の写真を印刷する

シンプルですぐできるのが印刷すること。
データだけで持っているとなえてしまうのではと不安な方は、印刷しておけば保存ができます。
さらにプリントした写真は、写真立てに入れて飾って楽しめるのもメリット。
自宅でプリントするのもいいのですが、写真店に頼むと美しい仕上がりになります。
ネットが得意な方は、プリントサービスのWEBサイトから頼むことも可能です。

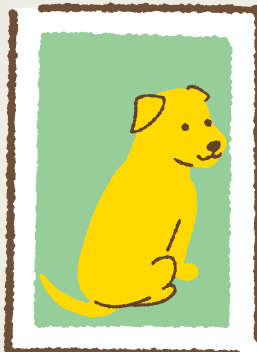
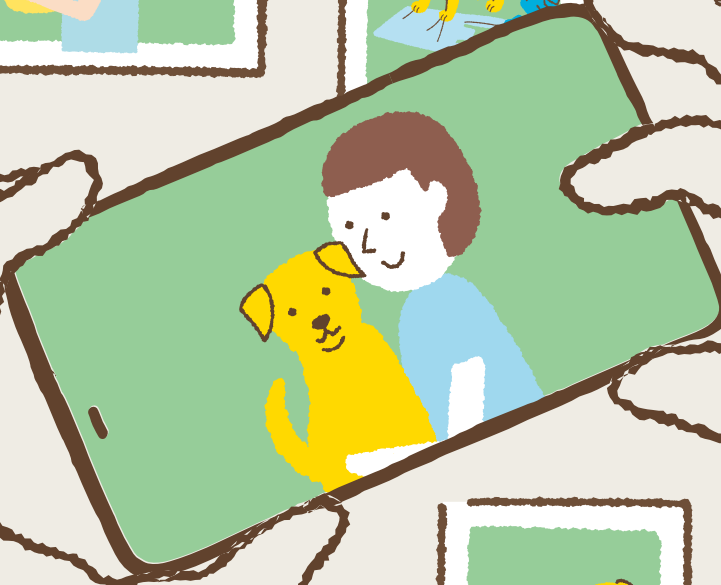
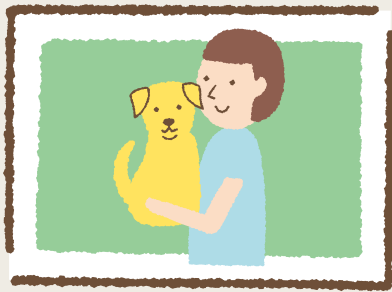
愛犬・愛猫
の写真を使っ

「グッズ作り」や「SNS」で
楽しむ方法をご紹介



教えて!!

ペット栄養管理士さん



楽しむ方法

2

愛犬・愛猫の写真をシールにする

かわいい愛犬・愛猫の写真をシールにして、いろいろなところに貼ってみましょう。

シンプルなノートや表紙に貼れば、唯一無二の素敵なノートが完成します。

お友だちへのハガキ、メッセージカードやお手紙に貼って、愛犬・愛猫のかわいらしさを分けるのもいいですね。愛犬・愛猫の健康ノートを作って貼っておくのもおすすめです。

定期的にシールにして貼っておくと、体型の変化などもチェックできます。

ご自宅にプリンターがあるなら、「シールタイプ」の印刷用紙で簡単にシールが作れます。

スマートフォンやタブレットなどの画像をすぐ印刷できる、コンパクトなプリンターも最近では販売されています。

コンビニエンスストアでもシールプリントができます。



「自分でプリントするのはちょっと」

「コンビニエンスストアでのやり方がわからない」という方は写真屋さんにお問い合わせすると安心です。クオリティも高く、さまざまな希望を取り入れてくれるでしょう。

楽しむ方法

3

愛犬・愛猫の写真をアイコンや待ち受けにする

SNSやチャットツールをお使いの方は、愛犬・愛猫の写真をご自分のアイコンにするのもおすすめです。

「自分の顔を出すのは抵抗がある」という場合も愛犬・愛猫なら特定されることもありません。

SNSなどでは、かわいいアイコンが人気になることもあるかもしれませんね。

スマートフォンやタブレット、パソコンの待ち受け画像にすると、使うたびに愛犬・愛猫が現れてほっこりするでしょう。

いつも持ち歩くスマートフォンの待ち受けにすると、どこに行くのも一緒という気持ちになります。



楽しむ方法

4

愛犬・愛猫の画像でグッズを作る

愛犬・愛猫
の写真を
使って

「グッズ作り」や「SNS」で
楽しむ方法をご紹介



教えて!!

ペット栄養管理士さん

愛犬・愛猫の画像でオリジナルグッズも作れます。プリント会社が行っているサービスで、ペットショップや写真屋さんで頼めます。インターネットのサイトから注文も可能です。マグカップやTシャツ、トートバッグ、クッション、スマホケースなどにプリントができます。家族でさまざまなグッズをお揃いにするのもおすすめです。トートバッグにプリントしてお出かけすれば注目的になるでしょう。

愛犬のお散歩や愛猫の動物病

院の受診に持って行くと、声をかけられるかもしれません。愛犬・愛猫のお誕生日など記念日のたびに作るのも、素敵ですね。グッズを作成できるサイトによっては、作ったグッズをネット上で販売することも可能です。「うちの子Tシャツ」をまったく知らない人が気に入って、購入してくれるかもしれません。もしも売れたら、ちよつとしたおこづかいにもなりますね。「画像 Tシャツ 販売」などと検索するいろいろなサイトが出てきます。



楽しむ方法

5

SNSに投稿する

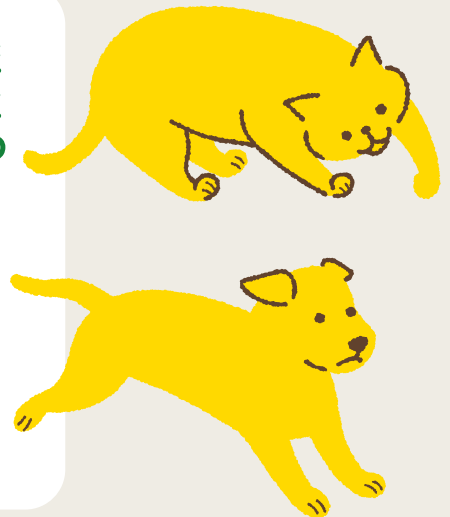


パソコンやスマホの操作が得意なら、SNS投稿も楽しいでしょう。多くの人に愛犬・愛猫のかわいい画像を見てもらえます。もちろん家族や友人など、限定した人に見せたい「非公開」設定も可能です。スマートフォンで撮影した写真をその場で投稿できるので、散歩中の表情やお家の中でくつろいでいる姿もすぐにアップできます。

動物の投稿は人気があるので、ファンがつくかもしれません。見た人からの反応もわかりやすく、投稿も楽しみになるでしょう。同じ犬種、猫種を飼っている人と友だちになれることも。毎日アップすれば、日記代わりに使える点がメリットです。動画モードで撮影して、動画サイトにアップするのもいいですね。ただ、動画は編集が必要なので、10分程度であっても少々手間がかかる点はデメリットでしょう。いずれにしても投稿する際は、住所など個人情報が出ないように注意してください。お家の周りの風景などで場所が特定されるケースもあります。何気ない投稿から思いがけないトラブルに発展することもあるので、十分気をつけてください。

まとめ

今月はスマートフォンなどで撮影した愛犬・愛猫の写真の楽しみ方を紹介しました。スマートフォンなどについて溜まりがちな愛犬・愛猫の写真はシールにしたり、グッズにプリントしたりと楽しみ方ができます。SNSに投稿するのも、見た人からの反応が得やすく楽しくなるでしょう。ただし個人情報の流出には十分注意してくださいね。この機会にフォルダに溜まった愛犬・愛猫の写真をチェックしてみてくださいね。





ペットと過ごす冬に備えて、 今しておきたい冬支度

秋から冬にかけては寒さが増すとともに体調不良が起こりやすい時期です。

しかし暖かい防寒グッズをうまく活用し、冬に起こりやすい病気にも備えておくことで、冬ならではの過ごし方を楽しめる時期でもあります。

寒さ対策も楽しみながら、ぬくぬくと冬を過ごすために準備を進めましょう。

獣医師 齋藤厚子

まずは防寒グッズをチェック

寒い時期にはお部屋の中でもお散歩でも防寒グッズが大活躍します。

お部屋の衣替えも兼ねて、愛犬・愛猫の防寒グッズもチェックしてみましょう。

あまり外に出ないワンちゃんや猫ちゃんの場合、自宅内で役立つグッズを見てみましょう。

お散歩が日課のワンちゃんには、散歩時の防寒グッズも必要になります。

完全室内飼育でも、通院などで出かける機会が多い犬猫のためには、短時間の外出時に寒さをしのげる防寒グッズがあっても良いかもしれません。

代表的な防寒グッズをご紹介しますので参考にしてみてください。

① ペット用ベッド・ブランケット

夏の間は接触冷感素材など涼しさを感じる素材でできたベッドを使用していたご家庭も多いかと思いますが、冬は全く逆の暖かい素材でできたベッドやブランケットがおススメです。

近年は、ペット自身の体温で暖まり蓄熱する素材でできたベッドやブランケット、マットなどが人気です。

これらは電気などを使う必要がないため、留守番中にも安心して使用することができます。

② ペット用ヒーターマット

もう少し温かさが必要な場合には、ペット用に作られたヒーターマットなどがおススメです。ペット用のものはあまり高温にならない設定になっているため、長時間のお留守番であっても火傷の心配は少なく使いやすくなっています。

中にはペットハウスにヒーターマットが内蔵されているものや、こたつのような形状のもの、電気毛布のようにブランケットが暖かくなるものもあります。

ペットの好みやデザインを参考にお気に入りを探してみるのも良いでしょう。

③ 湯たんぽ

湯たんぽはお留守番や夜間の防寒にも使いますが、寒い日の外出時にも活躍します。

体の冷えやすい子犬や子猫、シニア犬・シニア猫などは、病院を受診する際にキャリーやカートに入れてあげると暖かく移動させることができます。湯たんぽと言っても、昔ながらのお湯を入れて保温するタイプのものでなく、レンジでチンして温めるジェルタイプのももあります。

ペット用のものは破損しにくい設計になっているものが多いため、体の大きさに合わせてちょうどいいサイズのものを選んであげましょう。

④ ペットウェア

お散歩に出ることが多いワンちゃん・ネコちゃんには、お散歩時の防寒具として服を着せるのがおススメです。

地域によっては秋から寒さが堪えるようになることもありますので、寒くてお散歩を早く切り上げなくてはならないように、気温に合った服を選んであげましょう。

まだ日差しの暖かな秋口の日中であれば比較的薄めの服でも十分ですが、早朝や日が落ちたあとの夕方などは冷え込みが徐々に厳しくなってきました。

特に心臓病や関節疾患を抱えている子の場合、室内と外気温の寒暖差によって血圧の変動が負担になったり、関節の痛み・動きのぎこちなさが出やすくなったりすることがあります。

そのような子たちの場合は、少し厚めの素材の服や関節まで覆えるよう長袖・長ズボンタイプの服を選んであげたり、症状によっては関節のサポーターなども検討してあげると良いでしょう。

雪が降るような地域で長時間お散歩するようなワンちゃんの場合、より寒さをしのげるコートやジャケット、さらにはダウンベストなどもおススメです。

またできるだけ長袖・長ズボンにしてあげると、雪の付着による毛の濡れを防ぐことができ、お散歩中・お散歩後の冷えが

ら体を守れます。

冷たい路面を歩くのが苦手な場合は、ペット用の靴やペットソックスなども試してみることをお勧めしますが慣れるまでに時間がかかることも多いようですので、雪が降る前に少し練習して慣れさせてあげておくことが雪が降ってからも楽しくお散歩できるでしょう。

無毛種の犬猫(チャイニーズレステッド・ドッグやスフィンクスなど)や、病気によって被毛が薄い子、アンダーコートがない品種の犬猫、暑い地方原産の犬猫などは寒さに対する耐性が低いため、完全室内飼育であっても服を着せてあげた方が良いでしょう。

服が必要かどうかは普段の愛犬・愛猫の様子をよく観察し、寒さで震えている様子や、暖かいベッドにこもってばかりで遊ぶことが減った、などという変化が見られたら検討してあげましょう。

寒い時期に起こりがちな健康トラブル

寒い時期には空気が乾燥するため感染症が増えたり、寒冷刺激が持病の悪化要因になったりすることがあり、呼吸器や心臓疾患・関節疾患を抱えている犬猫の病態悪化などに注意が必要です。また寒い時期には泌尿器疾患も多く見られます。

このような体調不良が起こった場合もいち早く気づいて対処してあげられるよう、これからの季節はどんなトラブルが起こりやすいのかをチェックしておきましょう。

① 風邪症状

寒くなるにつれて増えるのが、犬猫の風邪です。ワンちゃんではケンネルコフ、ネコでは猫カゼなどと呼ばれる、主に呼吸器症状を示す病気が増えやすくなるのです。これらの疾患は空気中のウイルスや細菌が原因で起こります。

空気が乾燥しやすくなるこれからの寒い時期にはそのような病原体が浮遊しやすい環境となり、犬猫の間で伝播しやすくなると考えられます。

ヒトで寒い時期にインフルエンザなどが流行のと同じです。

さらに、急激に寒くなる環境の変化に体が対応できないと免疫力が低下し、こうした感染症にかかりやすくなってしまいうことも一因となっています。

完全室内飼育で自宅外の猫に接触していないのにカゼ症状が出てしまうことがあるのは、こうした免疫力の低下によって、潜在的に罹患しているウイルスの働きが活発になるためと考えられます。子猫の時に猫カゼを経験したことのある猫ちゃんでは、この時期に症状がぶり

返すことが多くなりますので、くしゃみや鼻水などが多くなってきた場合には早めに病院を受診して悪化する前に対処しましょう。

またこれらの病気は定期的にワクチン接種を受けることで免疫力を上げ予防することが可能です。

沢山の犬が集まる場所に行くことが多いワンちゃんや、子猫の時にネコ風邪をひいていたことがある猫ちゃんなどは発症のリスクが高くなりますので、予防接種の時期を今一度確認し、接種時期を逃さずに定期的に追加接種を受けるようにしましょう。

② 泌尿器疾患

寒い時期には頻尿、血尿、おしっこが出ないなどといった泌尿器トラブルが多く見られます。

これは夏に比べて飲水量が減ることによって尿量が減り、尿の濃度が濃くなるために尿中に結晶や結石ができやすくなるためです。

尿中に結晶や結石ができると膀胱の粘膜を刺激して膀胱炎症状を示すほか、尿道が細くて長いオス猫では尿道閉塞などを起こしてしまうこともあります。尿石症は年齢に関係なく若い犬猫でも発症することが多い疾患ですので、病院を受診する予定がある場合には採尿して一緒に持っていく、尿検査をしてもら

うことをお勧めします。

尿検査は愛犬・愛猫に痛みなどの負担をかけることなく実施可能で、得られる情報によっては病気の早期診断・悪化防止に非常に役立つ有意義な検査です。

③ 関節疾患の悪化

膝や肩、腰などに関節炎などの疾患を抱えている場合、寒い時期に筋肉がこわばることによって症状が顕著に表れることがあります。ぎこちない動きをしている中で、冬場の滑りやすい路面で滑って転んだりすると、さらに症状を悪化させてしまうことにも繋がりがありません。

関節の状態は疾患によっては元に戻すことはできませんが、日頃から負担がかからない程度に適度に運動することによって関節周囲の筋力の低下を予防し、また必要に応じて関節を保護するサプリメントなどで内側からもケアしてあげることで、冬場にケガや悪化しないように対策しておきましょう。

また外出時には関節を冷やさないように袖のついた服で保護する、サポーターなどで補助してあげることも検討しましょう。

④ 肥満

冬場はお散歩時間が短くなることで肥満になりやすい時期です。

肥満になると、心臓や関節にかかる負担が増えたり糖尿病など他の病気になるリスクが上がってしまう、猫では肥満が泌尿器疾患のリスク因子になると言われています。

また一度肥満状態になってしまうと体を動かすことが億劫になり、動かなくなることでますます肥満を助長してしまうという悪循環にも陥りがちです。

寒いと外に出たがらないので冬の間はお散歩はしないと割り切っている飼い主さんも時々見受けられますが、せっかくのお散歩習慣を冬で途切れさせてしまうのは健康面を考えても勿体ないことですし、運動量が減るとワンちゃんたちのストレスも溜まりがちです。

可能であれば、寒さがお散歩の妨げにならないように暖かい防寒着を用意し、寒くても楽しくお散歩できるように工夫しましょう。

暖房使用時の注意

寒い時期にはほとんどのご家庭で何らかの暖房器具を使用すると思います。

近年は比較的安全性の高いファンヒーターやパネルヒーターなどが増えてきていますが、ストーブやホットカーペット、こたつなどを使用するご家庭では、ペットのやけどに十分注意しましょう。

ストーブを使用している家庭では、スト

ーブの周りに近づきすぎないように柵などを設置することをお勧めします。

特にやんちゃな子犬や子猫がいるご家庭では、走り回って遊んでいるうちにうっかりストーブに接触したり上に乗ってしまう可能性もありますので、可能な限り安全対策を講じておきましょう。

足腰が不自由あるいは寝たきり状態の犬猫では、自分で移動したり寝返りができないため、熱源に近いところに長時間寝せていることでやけどを負ってしまうことがあります。

熱源からはある程度距離をとること、時々体が熱くなりすぎていないかチェックするとともにこまめに体位変換をすることを心がけましょう。

また、一見火傷の危険がないように見えるホットカーペットでは低温やけどに気を付けましょう。

低温やけどは高温の物体に触れて起こる火傷とは異なり、比較的低めの温度（45～50℃程度）であっても同じ部位を長時間温めていることで生じます。

そこでまだ熱くない温度で生じるため、やけどを負っている状態に気づかず皮膚の深部まで熱が作用してしまいます。初めは皮膚の赤みや痒みのような状態ですが、時間が経つてから少しずつ皮膚障害が現れ、重度の場合は皮膚が壊死して脱落してしまうこともあります。

ヒトでも設定温度が高いホットカーペットの上で長時間寝てしまうことで起こることがあり、注意喚起もされていますが、ヒトよりも皮膚が薄いペット達ではよりそのリスクがあると考えられます。こうした状態に陥らないためにはもっと低温で設定されているペット用のヒーターマットを用意するのがおススメですが、部屋に敷いてあるホットカーペットも厚めの敷物を敷く、設定温度を低くする、タイマーを利用して自動で切れるようにしておくなど、安全対策をしておくようにしましょう。

また暖房器具の使用によって、皮膚や呼吸器粘膜が乾燥しやすくなることもあります。乾燥した皮膚は痒みの原因になったり、皮膚のバリア機能が低下することで皮膚炎を起こす原因になることもあります。暖房の使用時には適度に加湿することも忘れずに、また皮膚が弱い子では保湿剤などの使用も検討すると良いでしょう。

加湿器は使用前にお手入れを

暖房を使用する時期は室内の湿度が下がりやすく、ヒトも乾燥によって風邪が流行ったり皮膚の力サつきなどが気になる時期ですよね。

そのため、乾燥対策として加湿器を使用する機会も多くなります。

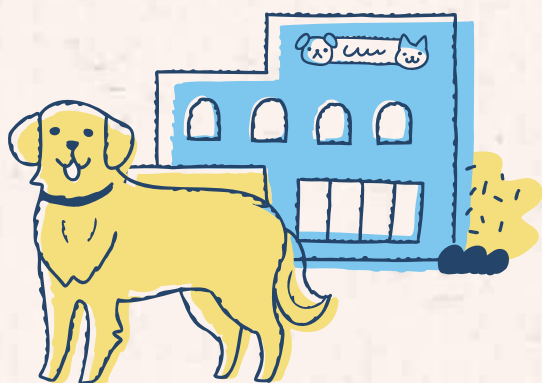
部屋を適度に加湿することはヒトやペット達の健康を守ることに繋がり、非常に良いことですが、一点だけ気を付けたいのが加湿器のお手入れです。

加湿器には様々なタイプのものであり、中にはあまりお手入れが必要ないものもありますが、加湿器内にカビが発生しやすいものもあるため、定期的なお手入れを忘れないようにしましょう。

また加湿器や暖房を使用することによって外気との寒暖差が生じやすい窓際や玄関などでは結露が発生しやすくなり、そのような場所ではこもった湿気によるカビが発生しやすくなることがあります。

体高が低く、私たちよりもそのようなカビに接触しやすい空間で生活しているペット達は、知らず知らずのうちにそれらを吸引したり接触してしまうことで、咳やくしゃみ、皮膚の痒みや炎症を起こす可能性もあります。

そのようなカビを防ぐためには、適度に換気をしたり、カビが付着して増殖しないようにこまめに掃除をして部屋の埃などを取り除くことを心がけましょう。またスチーム式の加湿器はカビの発生は少ないと言われていますが、熱い蒸気が出るため、誤ってペット達がやけどしないように設置場所をよく考えましょう。



ペットホテルとペットシッターどっち？

愛犬に合った 預け先の選び方

愛犬をペットホテルに預けるのかペットシッターに依頼するのかどっちにしたら良いのかわからないという人のために愛犬にあった預け先の選び方を紹介しています。

愛犬飼育スペシャリスト 有川莉保

ペットを飼っている人の中には急な用事で「お家を何日か空けなくてはいけなくなってしまう」という経験をしたことのある人もいます。

今回はそんな急な用事の時に愛犬をペットホテルとペットシッターのどちらに預けるべきなのかについて紹介していきます。

愛犬の性格に合った預け先を正しく選ぶことによって飼い主さんがいない間の負担も軽減することができます。

ぜひ、どちらが愛犬には合っているのか考えるようにしてみてくださいね。

ペットホテルの メリットとデメリット

ペットホテルは犬を預かってくれる施設のことです。

預ける際にはワクチン接種が済んでいることや病院でのノミダニ予防を行なっているかなどが条件になることが多いです。

また、フードなども日数分持っていく必要があります。

お散歩してくれることもあるので、リードや首輪も準備しましょう。

ペットホテルのメリットは従業員の人が営業時間の間は近くにいることができることです。

最近では24時間体制で従業員の人がいてくれるペットホテルもあります。

また、他の犬も宿泊していることが多いので寂しさは少しは解消されるかもしれません。

ペットホテルのデメリットはいつもと違う環境で生活しなくてはいけないということです。

飼い主さんが不在であることに不安を感じている中で、さらに知らない環境で生活しなくてはいけないという状況は大によってはかなり大きなストレスになることがあります。

また、時期によっては予約が取れない

ないこともあります。

急な用事が入ってしまったときに予約が取れなかったということも少なくありません。

以上がペットホテルのメリットとデメリットです。

従業員の人が近くにいるくれるのは良い点ですが、犬にとっては知らない環境で過ごすことではないということや予約が取りにくいといったデメリットもあることを知っておきましょう。

ペットシッターの メリットとデメリット

ペットシッターは自宅にお世話をしてくれるペットシッターが訪問するということです。

事前に打ち合わせを行うことによってどのようにお世話をしたいかなどの要望を伝えます。

料金はお世話の内容というよりは、時間単位でいくらかと設定されていることが多いです。

ペットシッターのメリットはいつもと同じ環境で生活することができるといふ点です。

自宅にペットシッターが訪問してお世話をしてくれるので犬はいつもと変わらない環境で過ごすことができます。

また、時間内であればお散歩に連れて行ってもらったり、ケージのお掃除なども行なってもらえることがほとんどなので飼い主さんにとってはありがたいですよ。

一方、ペットシッターのデメリットはずっと愛犬を見ていてくれるわけではないことや防犯上の問題などです。

時間単位でお世話をしてくれるペットシッターは1日中面倒を見てもらうとなるとかなり高額な費用がかかります。大体は、身の回りのお世話が一通り済んだらおしまいです。そのため、愛犬が一人でお留守番する時間はどうしても長くなってしまいます。

また、防犯上の問題に関してはペットシッターとは言え、飼い主さんが留守の間に訪問するわけですから高価なものなどはしっかりとまっておくなど対策した方が良いでしょう。

以上がペットシッターのメリットとデメリットです。

環境の変化がないことで愛犬への負担は減りますが、一人でお留守番する時間が長くなってしまったり不安や寂しさがあります。

預け先は愛犬の性格で選ぼう

ここまでペットホテルとペットシッターのメリット・デメリットについて紹介してきました。

どちらにも良い点と悪い点が存在していますので、愛犬の性格にはどちらの預け先を選ぶべきなのかを判断する必要があります。

ペットホテルに向いている犬の性格としては、環境の変化に順応で

きる犬や他の犬がいてもストレスに感じる犬が少ない犬です。

また、体調がすぐれないなど人に見てもらっている時間が長い方が良いでしょう。ペットホテルに預ける方が良いでしょう。

特に病気がある犬の場合は動物病院などが併設しているペットホテルがあるので、そちらに預けておくとなりが一体調が急変してしまったりなどにもすぐに対応できるので安心です。

ペットシッターに依頼する方が良い犬の性格は環境の変化に強いストレスを感じる犬や他の犬が苦手な犬です。

また、ある程度一人でお留守番できる犬もペットシッターで大丈夫でしょう。

ペットシッターは何回も利用している場合には同じ人を選ぶことによって犬も「この人なら前にも会ったことある」と覚えていることが多いので安心することが

できます。

しかし、ペットシッターを派遣している会社によっては人を選ぶことができなかったり、毎回違う人がきてしまうこともあるので、人見知りをする犬は注意が必要かもしれません。

まとめ

いかがでしたでしょうか？

今回はペットホテルとペットホテルのどちらが愛犬に合っているのかについて紹介してきました。

誰しも急な用事で家を空けなくてはいけない時があると思います。

そんな時に愛犬をどうやって預けようか考えておくことは非常に大切です。愛犬の性格や特徴を理解し、愛犬にあった預け先を選ぶようにしましょう。

愛犬は飼い主さんがいないというだけでも不安です。その負担を少しでも軽減するために正しく預け先を選ぶことは非常に重要です。



愛猫がネズミや鳥を持ってくる理由は？ やめさせたい時は？

外に出かけていた飼い猫がネズミや鳥を持ち帰って飼い主さんの見えるところに置くと、びっくりしますよね。

なぜ愛猫がネズミや鳥を見つけてくるのか、紹介します。

愛玩動物飼養管理士 國澤莉沙

猫がネズミや鳥を持ってくる理由は？

猫がネズミや鳥を持ってきたり、室内飼いの猫でも虫などの獲物を持ってくることがあります。

愛猫家のあいだでは、お土産やプレゼントなどと呼ばれるその行動ですが、もともと猫は狩猟動物であるため、本能の一つです。

では、なぜとってきた獲物を飼い主さんや家族に見える場所に置いておくのかというと、猫なりの気遣いがあります。

獲物を持ってくる理由としては、飼い主さんのことを、仲間だと思っており、自分が面倒を見てあげないと飼い主さんが飢え死にしてみようと思っている可能性があります。

また、獲物を近くに置いて狩りの練習をさせようとしている可能性もあります。

弱った獲物を置いて、狩りをしてみてーと先生役になっている愛猫

の場合、鳥やネズミにトドメが刺されていなくて、まだ生きている可能性もありますので、注意が必要です。

ついつい、そんな獲物を持ってきたときは、猫に怒ってしまいがちですが、良かれと思って行動していることが多いため、関係悪化を防ぐためにも、怒ったりはしないのが、大切です。

飼い主さんのことを、獲物が自分で取れない困ったやつだと考えて、世話を焼いている可能性があります。

なんとも微笑ましい理由ですが、飼い主さんとしては、正直あまり欲しくないお土産ですよ。

さらには、自分が捕まえてきた戦利品を飼い主さんに見て欲しくて持ってきている場合があります。見てみてーと自慢して、飼い主に褒めて欲しい気持ちがあるのでしょう。

ドヤ顔をして、獲物を見せてくる場合には、単純に飼い主さんに褒めて欲しいのかもしれませんが。

獲物を持ってくる理由として、もう一つはせっかく捕まえた獲物を安全な場所に置いておこうと行動しているというのが、あります。愛猫と飼い主さんの絆が深いと、飼い主さんの側に獲物を置いておけば安全であり、とられないと感じているのかもしれませんが。安全な場所として、飼い主さんのそばに獲物を置く姿は可愛らしいですが、複雑ですよ。

次に愛猫がネズミや鳥を持ってきた時の対策について、紹介します。



ネズミや鳥などの お土産を持ってきたら？

ネズミや鳥が玄関の前に置かれていたり、飼い主さんによっては、血がついた獲物が寝ている間に置かれており、起きた時にびっくりしたという話も聞きます。

お土産やプレゼントと呼ばれる行動は、猫にとっては、良いことのもりでしようが、飼い主さんでは避けたいですね。
具体的な対策について、紹介します。

① 騒がずに獲物は そっと片付ける

ネズミなどを片付けるのは、勇気がいることですが、多くの猫は獲物を持ってきた時点で執着することなく、そのまま放置することが多いようです。

そのため、お土産を見つけたら余計に騒がずに猫が見ていないうちに静かに片付けましょう。

ンが大きいと、猫は飼い主さんが喜んでると思って余計に獲物を持つてくる可能性があります。

ポイントは、猫の見ていない時に素早く自然に片付けてしまいましょう。

② 完全室内飼いの徹底

近年は猫は室内飼いが主流になってきましたが、もし外に散歩に行っている場合には狩りをする機会を減らすためにも完全室内飼いに移行するのも、良いでしょう。

室内飼いが主流であれば、狩りの機会もグッと減るため、お土産の量も減ります。

しかし、猫の性格によっては、室内飼いでベランダぐらいにしか出ない子でも、蝶々や雀を狩る子もいます。愛猫の状態を見ながら、外に触れる機会を調節すると良いでしょう。

おもちゃでの遊びを 充実させる

猫の狩猟本能を満たすために、おもちゃで遊ぶ時間を十分に取、狩りの機会を減らす対策です。

ネズミのぬいぐるみのついたねこじゃらしや、ポインター、自動で動くおもちゃなどを活用して、狩猟本能を満たしてあげると良いでしょう。

また、おもちゃで飼い主さんと遊ぶ機会を豊富に作れば、絆を深めたり、愛猫の健康チェックにも効果的です。

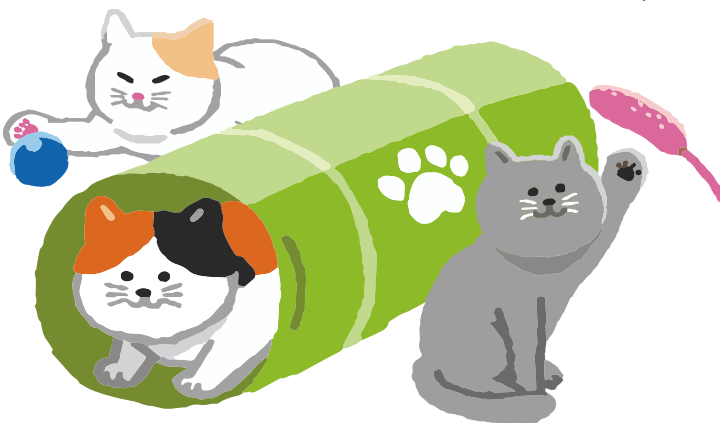
猫のおもちゃはいろいろなタイプのものが販売されていますので、猫の好みに合わせて選ぶと良いでしょう。

おもちゃで遊ぶことは、運動不足の解消やストレス発散にも効果的です。

まとめ

飼い主さんは困ってしまう、愛猫の行動として、ネズミや鳥を持ってくる時の対処法や理由について、紹介しました。

飼い主さんにとっては、あまり嬉しくない行動ですが、愛猫の愛情表現の一つでもあり、飼い主さんとの信頼関係がきちんとできている証拠でもあります。



犬の病気辞典 犬の 耳ヒゼンダニ症 について

葛野 宗 先生



犬の耳ヒゼンダニ症とは

ミミヒゼンダニによる感染症です。

外耳道および皮膚表面に生息するキユウセンヒゼンダニ科のミミヒゼンダニと呼ばれる小さなダニによって引き起こされる疾患です。

とても強い痒みを引き起こし、とくに仔犬での発症が多く見られます。

合では一過性の丘疹を伴う皮膚炎を生じることがあります。人間の耳道内に寄生することはまれと言われています。

犬の耳ヒゼンダニ症の 症状とは

耳に強い痒みを引き起こします。ミミヒゼンダニの寄生により強い痒みが引き起こされ、頭をさかんに振る、ずっと耳を掻いている、頭を傾けているなどの症状がみられます。

この痒みは犬の睡眠を妨げるほどの強さがあり、QOLを大幅に低下させます。また、痒みで頭を振ることで耳血腫を引き起こすことがあります。

外耳道には茶褐色から黒色の耳垢が認められることが多いのですが、犬では痒みがあっても耳垢の量は少ない傾向があります。ほとんどの場合、症状は耳に限ら

れますが、耳以外の皮膚(首、尾など)に寄生することもあります。

耳垢や皮膚を顕微鏡で調べ、ミミヒゼンダニの虫体や卵を検出することで診断します。

他の寄生虫症や細菌性外耳炎、マラセチア性外耳炎と鑑別する必要があります。

犬の耳ヒゼンダニ症の 原因とは

ミミヒゼンダニの外耳道への寄生が原因になります。

ミミヒゼンダニとよばれる肉眼ではほとんど見えないほど小さなダニが原因になります。このミミヒゼンダニは耳道内や皮膚表面に寄生し、角質や組織液を摂取して生活しています。ミミヒゼンダニのライフサイクルは約3週間とされており、成虫は宿主(犬)に寄生していると約2か月間生息し、宿主外の場合は約12日間生存

すると考えられています。

ミミヒゼンダニは接触感染する可能性が非常に高いため、接触のあった動物や同居動物は全て治療をおこなう必要があります。

犬の耳ヒゼンダニ症の 好発品種について

全犬種で好発します。

寄生虫が引き起こす疾患であり、好発犬種はありません。



犬の耳ヒゼンダニ症の 予防方法について

症状の早期発見・治療、耳の定期的なケアをおこないます。

正しい方法で耳掃除をおこなうことである程度の予防効果を期待できます。

また、定期的な耳のケアをおこなうことで、ミミヒゼンダニ症の早期発見・治療につながります。フィラリア・ノミダニ予防薬の中にミミヒゼンダニに効果があるものもありますので、定期的にフィラリア・ノミダニの予防をすることで、結果的にミミヒゼンダニの予防にもつながります。



犬の耳ヒゼンダニ症の 治療方法について

ミミヒゼンダニの駆虫をおこないます。

まずは耳道内の耳垢や分泌物を、耳道洗浄液などを用いて洗浄し除去します。

虫卵は駆虫薬に抵抗性を示すため、耳道内に存在する虫卵は物理的に出来る限り除去する必要があります。

耳道内の炎症が強い場合、細菌やマラセチアなどの感染を伴う場合は、抗菌剤やステロイド剤を含む点耳薬を短期間用いることもあります。

ミミヒゼンダニの成虫には駆虫薬が有効ですが、1回のみのも投薬ですと再発してしまうこともあります。

動物病院の検査で獣医師がミミヒゼンダニを確認されなくなつたと判断するまで継続した治療をおこなうことが大事です。

通常、予後は良好ですが、重症例では耳道の洗浄が不十分な場合、駆除が完了出来ないこともあります。



おすすめ商品

毎日美肌

コラーゲンペプチド&ローヤルゼリー



犬用



犬猫兼用

ミルク味(粉末)

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」は皮膚・毛艶の健康維持に必要な8種類の成分(コラーゲンペプチド・ローヤルゼリー・核酸(RNA・DNA)・月見草油・セラミド・ビオチン・d-α-トコフェロール・βグルカン)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。



猫の鼠径ヘルニアとは

腹腔内の脂肪や腸が鼠径輪から皮下に脱出した状態です。

ヘルニアとは、体内のある臓器が本来あるべき場所から脱出してしまった状態を指す言葉です。

鼠径部(後ろ足の付け根部分)に起こるヘルニアを単径ヘルニアといい、腹腔内の脂肪や腸、重度の場合は子宮や膀胱が鼠径輪という穴から脱出します。

軽度のヘルニアでは脂肪だけが脱

出するため、特に症状はなく、やわらかい膨らみとして触知されるだけです。ヘルニア輪が大きく、腸管が脱出している場合には、腸閉塞を起こす危険性があります。また、妊娠や重度の便秘状態となり、腹圧が強くなるような場合に、より多くの腸や腹腔内臓器が脱出してしまうことがあります。

大きなヘルニアがある場合には、問題が起る前に手術でヘルニアを治してもらいましょう。

猫の鼠径ヘルニアの症状とは

多くは無症状です。

ヘルニアがあっても、脂肪が脱出しているだけの場合には全く症状はありません。鼠径部にやわらかい膨らみとして触知され、指で押すと、中の脂肪をお腹の中に戻すことができます。

ヘルニア輪が大きい場合や腸管が脱出している場合は注意が必要です。

ヘルニアの起っている部分に開いている穴をヘルニア輪といいますが、ヘルニア輪が大きい場合は注意が必要です。

腸管が脱出してしまうことがあります(脱腸、脱出した腸が多いとヘルニア輪でその付け根が締め付けられ、腸閉塞や腸の壊死を起します。(嵌頓ヘルニア))

強い腹圧がかかる状態(便秘時や妊娠時)の時に、ヘルニア輪が広がり、より多くの腹腔内臓器(子宮や膀胱)が脱出してしまうことがあります。

膀胱脱が起ると排尿障害が起ります。

腸閉塞を起こした場合には急性の症状が出ます。

●嘔吐

●食欲不振

●ヘルニア部の硬結

●ヘルニア部の熱感、痛み

●元氣消失

などが起こり、緊急手術が必要で

猫の鼠径ヘルニアの原因とは

先天性です。

鼠径ヘルニアの多くは、先天性です。

鼠径ヘルニアは、後ろ足の付け根にある鼠径管(オスでは精索や血管、メスでは子宮につながる靱帯の通り道)から、腹腔内の脂肪や臓器が脱出して、ヘルニア囊という袋を作っています。

通常は片側に起こりますが、両側に起こることもあります。

遺伝などの関与も示唆されていますが、詳細は不明です。

後天性にもおこります。

交通事故や落下などの外傷によっておこる場合もあります。

外傷性のヘルニアは鼠径部に限らず、お腹の筋肉に裂け目が生じて起こる腹壁ヘルニアとしても起こります。

猫の鼠径ヘルニアの好発品種について

好発する品種はありません。特にありません。



猫の鼠径ヘルニアの予防方法について

予防方法はあります。

鼠径ヘルニアの多くは先天性に起こるので、予防する方法はありません。

ヘルニアの膨らみは子猫の時から確認することができますので、経過をよく見て、必要があればすぐ治療ができるように心がけましょう。また、外傷を予防するという意味では室内飼育の方がリスクは低いといえます。

猫の鼠径ヘルニアの治療方法について

手術で整復します。

鼠径ヘルニアを治す方法は外科手術です。

ヘルニア囊に入り込んでいる腸や脂肪を腹腔内に戻して、ヘルニア囊の付け根を縫い縮めて閉じます。

穴が小さく、たまに脂肪が出ては

戻る、という程度であれば、あえて

そこを修復するためだけに手術することは少なく、経過観察し、避妊手術や去勢手術の際に一緒に整復することが多くなります。

一方、腸管が出ている場合や、以前より膨らみが大きくなった、ヘルニア輪が大きくなったという場合には、将来的に腸閉塞や子宮脱、膀胱脱につながる可能性が高いので、予防的に早めに手術します。嵌頓ヘルニアとなり、腸閉塞が生じた場合は緊急手術が必要です。嵌頓した腸は血行障害によって壊死してしまうので、その部分を切除し、腸と腸をつなぐ手術が必要になります。

腸閉塞を起こしてしまうと痛みや吐き気などを生じ、全身状態も非常に悪くなってしまうです。鼠径ヘルニアがある場合は、一度病院で診察してもらい、手術をした方がいいのかどうか見てもらいましょう。

おすすめ商品

毎日爽快

植物酵素 & 乳酸菌



猫用 カツオ味(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)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。全猫種が食べやすいカツオ味(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。

Happy Horoscope

幸せを呼ぶペット占い

2025
11/1~
11/30

Aries

牡羊座

3 / 21 ~ 4 / 19

今月は、少しのんびり過ごすことを意識するとラッキーを呼びそう。愛犬とのお散歩は、公園のベンチでゆっくり休憩するのもおすすめ。愛猫とは一緒にお昼寝をすると絆も深まりそう。



Taurus

牡牛座

4 / 20 ~ 5 / 20

先月に引き続き、元気に過ごせそうです。体を動かす時間を増やすとストレス解消にもなるでしょう。シニアや病中病後の子は、ゆっくり足を動かしてあげるかやさしいマッサージがおすすめ。



Gemini

双子座

5 / 21 ~ 6 / 21

ちょっとあわただしかった先月に比べて、落ち着いた時間が過ごせるでしょう。食欲がアップしやすいので、食べ過ぎには注意してください。おうち遊びで触れ合う時間を増やすと吉です。



Cancer

蟹座

6 / 22 ~ 7 / 22

新しいおもちゃが幸運を呼びます。元気いっぱいのお犬には引っ張り合うロープ、愛猫には猫じゃらしなどがおすすめ。おとなしめの子とは、知育おもちゃと一緒に遊ぶと絆が深まります。



Leo

獅子座

7 / 23 ~ 8 / 22

今月は、ちょっとおしゃれに気を使うとラッキーです。トリミングに行くのもおすすめ。首輪やリードを新しくするのもあり。洋服を着ている子は、いままで着たことのない色を選んでみて。



Virgo

乙女座

8 / 23 ~ 9 / 22

先月に引き愛犬・愛猫は元気いっぱいです。活発な愛犬は、散歩時間を増やすのもいいですね。愛猫とはトンネル遊びや猫じゃらしなどがおすすめ。シニアの子はマッサージで触れ合ってください。

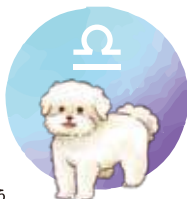


Libra

天秤座

9 / 23 ~ 10 / 23

今月は愛犬・愛猫が少しワガママになりそう。危険がない限りオーナー様は怒るのではなく、少し距離を置いて見守る姿勢でいるといいでしょう。ブラッシングやマッサージは吉を呼びます。



Scorpio

蠍座

10 / 24 ~ 11 / 21

今月は、愛犬・愛猫の「食事」の見直しが吉を呼ぶでしょう。年齢や状況にマッチしたフードかなど、かかりつけの獣医師に相談するのもおすすめです。食器を新調するのもいいでしょう。



Sagittarius

射手座

11 / 22 ~ 12 / 21

今月は愛犬・愛猫に意識して声をかけるとよいでしょう。ちょっとしたことでやさしくほめてあげると、オーナー様もペットたちもラッキー体質に。首輪を見直して新調すると吉を呼びます。



Capricorn

山羊座

12 / 22 ~ 1 / 19

言うことを聞かなかった先月に比べて今月の愛犬・愛猫はとても素直。オーナー様との信頼関係もぐっと深まっています。散歩や遊びの時間を少し長く取ると、いっそう絆が深まるでしょう。



Aquarius

水瓶座

1 / 20 ~ 2 / 18

今月は健康チェックやケアが吉を呼ぶでしょう。特に歯みがきのケアをしっかり行うのがおすすめ。動物病院で健康診断を受けるのもいいですね。診断のあとは、ごほうびを用意して。



Pisces

魚座

2 / 19 ~ 3 / 20

今月は愛犬・愛猫の敷物やベッドを見直すのに向いています。冬に備えてふかふかタイプを置いてあげるのもいいですね。天気の良い日は、しっかりお日さまに干すとラッキーを呼びます。





秋冬こそ！

シミ・シワ治療

秋から冬は、...

シワ・シミ
治療の
ベストシーズン

昨今は男女問わず、シミ・シワといった悩みを訴える方が増えております。
実は紫外線が弱まる秋から冬にかけてこそシミ・シワ治療を始める
ベストシーズンです。ここで一步踏み出すかどうかで、来春以降の肌の
印象が大きく変わってくるのです。

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。

シミ治療 紫外線が弱い時期に リスクを抑えて

夏が終わると「もう紫外線の心配はないし、肌ケアはひと段落」と安心してしまふ方が少なくありません。

外来では夏しか日焼け止めを塗らない、という報告も、ちらほら受けます。

実はこれが落とし穴。

冬でも外出時の日焼け止め使用が必須ですし、「紫外線の心配が減った時」次の紫外線の季節に向け、どうケアしていくか、ここが大事なのです。

筆者はいつも外来でこう言っています。

仕事も「うまくいっているときにどう振る舞うか」、病気の予防も「調子のいい時にどう過すか」が肝心ですよ？

シミ治療の代表はハイドロキノン・システアミンの塗布やレーザー・光治療（EPL）など、様々な治療法を、求める効果や予算を考慮しながら組み立て行っています。が、いずれの方法も施術後の肌は紫外線に非常に敏感な状態、いわゆる「いつも以上にシミがでやすい状態」となります。そこに紫外線を当ててしまうと、より濃いシミができてしまうのです。

従い、紫外線が強い季節にシミ治療を受けると、さらにシミが濃くなってしまふ、といった事態を招いてしまうことがあるのです。

秋冬は日照時間自体も短くなり、日差しも弱くなつて紫外線量がぐっと下がります。

汗で日焼け止めが落ちてしまうと、いったことも起こりにくくなります。こうした様々なリスクが軽減され、安全かつ効果的に治療を受けやすい時期です。

「今年の夏は日焼け止めを塗ったはずなのに、シミが濃くなった気がする…」と感じる方は多いもの。秋冬に治療をスタートすれば、夏の負債を清算できる可能性が高まります。

治療内容によっては3ヶ月～半年といった期間を要するもあり、秋から始め、日差しが弱い「猶予期間」を有効に利用することで、春先には「肌が明るくなった」と実感できるよう、治療を重ねていくことも可能となります。

注意点は「秋冬でも日焼け止めの塗布をやめない」こと。

ここを油断してしまうと、せっかくの治療が水の泡になってしまいます。シミは気になるけど、高価な治療までは…という方は、ぜひとも秋冬も正しい日焼け止めの使用を徹底してみてください。

これ以上新たなシミができなくなるだけでも、今までとの肌の違いを実感できるはずです。



シワ・たるみ治療 紫外線・乾燥が加速 させる「小ジワ」 に先手を打つ

秋冬は空気が乾燥し、肌の水分が蒸発しやすくなり、その結果、夏には目立たなかった小ジワが一気に浮き出やすくなります。ここだけで済めばいいのですが、ここに紫外線の影響が加わることで、浅いシワが深いシワへと進行し、戻りにくくなるのが恐ろしいところ。

肌の角質のさらに奥、真皮のコラーゲンが壊れると、肌が重力に逆らえなくなり、結果としてたるみが生じてしまいます。

こちらも紫外線が元凶の一つであり、この春夏で、すっかり肌の奥に通ってしまった紫外線が仇となることもあります。

シワ・たるみに対してもボトックスやヒアルロン酸注入をはじめ、

各種機器を使用して肌に光や熱を加えることにより、コラーゲンの生成を促し、肌のハリや弾力を回復させることでシワやたるみを改善するといった、様々な治療法を組み合わせていきます。こうした治療でも、一時的に肌が紫外線に弱い状態となりますので、日照時間が短く、紫外線が弱い時期に強化するのが有効に働くことがあります。



食生活と睡眠、 適度な運動も大切です

美容医療だけでも大きな効果が期待できるものではありませんが、治療効果を定着させるには日々の生活習慣を整えるための各種アプローチが欠かせません。

高価な治療がより効きやすく、より長持ちするよう肌の土台を整える、という意味でも、良い食生活と睡眠の質を確保することはとても大事であることに変わりはないのです。

昨今はアプリに食事内容を入力するだけで、自分に足りない栄養素、逆に取りすぎてしまっている栄養素を出すことができます。

どうしても足りない栄養素は様々なサプリメントで補つこともできます。

そんな工夫も質の悪い睡眠が続くと効果半減です。

良質な睡眠を確保するためには

食生活と、適度な運動。喋ることができる強度で1日合計20分、まとめてやっても何回かに分けてもOKです。



表情筋トレーニング でお手軽に 「たるみ予防」

日常でできる「表情筋トレーニング」も強い味方です。

●おしゃべりを楽しむ

自然に顔の筋肉を動かし、血流も促進。

●思いきり笑う

口角を上げる習慣がたるみ防止に直結。

唾液も増加するので誤嚥のリスクも減らせます。

●鏡を見ながら口角を意識

普段の「だらけ顔」を矯正し、意識改革にもつながります。

●顔ヨガ

短時間ででき、ほうれい線や二重あご予防にも有効。



まとめ

美容医療は高価なだけあり、確かに大きな効果が期待できるものです。が、気候を味方につけ、一見地味に思える「日々の生活習慣」という土台を整えてこそ、真に効果を実感できる可能性が高まるというもの。

紫外線が弱まる秋冬を味方につけて、来春以降「やっておいで良かった」と笑えるように、これを機に今から動き出してみませんか。



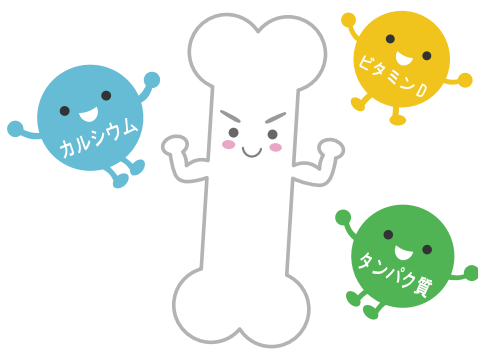
NUMBER SUPPLEMENT 16 | アスタキサンチン&エラスチン

おすすめ商品

紫外線刺激から肌を保護することを助け／紫外線を浴びた肌を乾燥から守り、肌のうるおいを守る
加齢とともに低下する血管のしなやかさ（血管を締め付けた後の血管の拡張度）維持に役立つ



本品にはアスタキサンチンが含まれます。抗酸化作用を持つアスタキサンチンは、紫外線刺激から肌を保護することを助ける機能性、紫外線を浴びた肌を乾燥から守り、肌のうるおいを守る機能性が報告されています。本品にはカツオ由来エラスチンペプチドが含まれています。カツオ由来エラスチンペプチドには加齢とともに低下する血管のしなやかさ（血管を締め付けた後の血管の拡張度）維持に役立つ機能が報告されています。ウイズメディカ独自の追加栄養補助成分として「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」を追加配合しています。ウイズメディカの製品はすべて国内のGMP認定工場で製造しています。



骨を丈夫にする栄養素と効果的な摂り方について

骨は古い組織を分解して、新しい組織を作ることを繰り返しています。
丈夫な骨を維持するためには食事に必要な栄養素を補い、新しい骨づくりをサポートすることが大切です。

管理栄養士 青山 愛果

骨を丈夫にする 栄養素3選

主食・主菜・副菜の揃った食事でも1日に必要なエネルギーを摂ることが健康な体づくりの基本です。

その上で、骨を丈夫にする「たんぱく質」「カルシウム」「ビタミンD」の3つの栄養素を意識的に摂ることが大切です。それぞれの栄養素の特徴や多く含まれる食品について紹介します。

1. たんぱく質

コラーゲンを中心としたたんぱく質によって骨の枠組みが作られています。日本人の食事摂取基準が示す男性のたんぱく質の推奨量は、15歳から64歳は65g、65歳以上は60gです。18歳以上の女性の場合は50gとされています。この量が1日の十分なたんぱく質量の目安です。1食あたりの量で考えると、分かります。男性は20g、女性は17gを下回らないようにしましょう。

「たんぱく質の豊富な食品」

たんぱく質は肉、魚、卵、大豆製品、乳製品に多く含まれます。1食の目安量とたんぱく質量を紹介しましょう。

- 牛ヒレ肉(ステーキ用120g) 24.6g
- 鶏むね肉(皮なし100g) 23.3g
- 鶏ささみ(2本90g) 21.5g
- 豚もも肉(脂身つき薄切り4枚100g) 19.5g
- 鶏もも肉(皮なし100g) 19.0g
- タラ(切り身1切れ100g) 17.6g
- ブリ(切り身1切れ100g) 17.1g
- マグロ赤身(刺身5切れ60g) 15.2g
- 木綿豆腐(1/2丁150g) 10.5g
- 絹ごし豆腐(1/2丁150g) 8.0g

2. カルシウム

骨の主要成分であるカルシウムは、骨粗しょう症予防において最も重要な栄養素です。

体内のカルシウムの99%は骨と歯に存在しており、血中のカルシウムが不足すると骨からカルシウムが溶け出します。カルシウムの摂取量が不足した状態が続くと、骨がもろくなってしまうため、食事で補うことが大切です。骨量を増やすには700〜800mgのカルシウムが必要とされます。

「カルシウムの豊富な食品」

食材によって吸収率は異なり、牛乳・乳製品の吸収率が40%と最

- 牛乳(コップ1杯200ml) 6.6g

- 納豆(1パック40g) 6.6g

- 卵(1個Mサイズ) 6.5g

- プレーンヨーグルト(80g) 2.9g

- スライスチーズ(1枚) 4.1g

も高く、次いで小魚が33%、野菜が19%です。カルシウムが豊富な食材の1食あたりの目安量とカルシウム含有量を紹介します。

- **がんもどき(1個100g)**
270mg
 - **牛乳(コップ1杯200ml)**
220mg
 - **さくらえび素干し(100g)**
200mg
 - **小松菜(1/2袋100g)**
170mg
 - **いわし水煮缶(1/2尾50g)**
160mg
 - **さば水煮缶(50g)**
130mg
 - **さんまかば焼き缶(50g)**
125mg
 - **スライスチーズ(1枚)**
113mg
 - **ヨーグルト(80g)**
96mg
- 乳製品だけでなく、骨ごと食べられる魚やがんもどき、小松菜を組み合わせることで摂ることがおすすめです。

3. ビタミンD

ビタミンDはカルシウムの吸収を促す働きがあり、日光を浴びることで体内で生成することもできます。最近では紫外線対策によって日光を浴びる機会が減少しているため、食品から補うことが大切です。男女ともに1日8.5μgを目安に摂りましょう。

【ビタミンDの豊富な食品】

ビタミンDは限られた食材にしか多く含まれない栄養素で、魚類に多く含まれます。鮭は特にビタミンD含有量が多く、手に入りやすい食材でおすすです。ビタミンD補給にぴったりの食品の1食の目安量とビタミンD含有量は下記のとおりです。

- **紅鮭(1切れ100g)**
33.0μg
- **さんま(1尾正味100g)**
16.0μg
- **銀鮭(1切れ100g)**
15.0μg

- **しらす干し半乾燥品(10g)**
6.1μg

骨を丈夫にする栄養素の効果的な摂り方

骨づくりにとって特に大切なカルシウム。吸収率を高めるために、ビタミンDと一緒に摂ることがおすすめです。

例えば、「鮭のクリームシチュー」にすると、牛乳のカルシウムと鮭のビタミンDが一緒に摂れます。また、カルシウムの吸収を妨げる「食塩」と「リン」を摂りすぎないことも重要です。リンは幅広い食品に含まれています。食品添加物として使用されていることも多いため、インスタント食品や加工食品を習慣的に召し上がる方は注意が必要です。これらの食品は食塩量も多いため、「インスタントラーメンのスープは残す」などの工夫ができるとうれいでしょう。

まとめ

骨を丈夫にするためには、主食・主菜・副菜を揃えた食事を基本として「たんぱく質」「カルシウム」「ビタミンD」を意識的に摂ることが大切です。カルシウムの多い食材とビタミンDの多い食材を組み合わせると、カルシウムの吸収が高まります。リンや食塩はカルシウムの吸収を妨げるため、これらを多く含むインスタント食品や加工食品の摂りすぎにはご注意ください。



食べる時間が体型に影響を及ぼす！ 時間別でみる おすすめの食事

何も意識をせずにいると体に悪影響を及ぼしてしまうことがあります。
体型の変化にもつながりやすいです。
そこで、こんな時間にはどんなものを食べたらいいのか、考えてみましょう。

管理栄養士 赤井 麻里子

朝食は 食べたほうがいいの？

朝食を食べることで様々なメリットがあります。

起床後1時間以内のなるべく決まった時間に食事をとることで、体内時計が整い、心身の活動機能が活性化していきます。

さらに、朝食で体温が上昇し、食後安静にしているだけでも消費されるエネルギーが増加します。

朝食を欠食した場合と食べた場合で比べると、前者の方が1日の消費エネルギーが少なくなります。朝食は代謝を上げてくれるのです。

おすすめの朝食はこれ！

ごはんなどの糖質と、肉・魚・卵・大豆製品などのたんぱく質を摂りましょう。

寝ている間にエネルギーとなる糖質は枯渇している状態です。また、朝食はたんぱく質の吸収がとて、も良い時間帯なので、しっかり組

み合わせてとることで代謝促進も期待ができます。

食欲がない場合は牛乳一杯だけでも飲めると、糖質+たんぱく質の補給になりますよ。

【ごはんやパンに

プラスするたんぱく質の例】

●納豆…ごはんのせて、ネギなどの野菜と組み合わせても◎

●しらす…そのままふりかけても、大根おろしや納豆・卵焼きに混ぜても◎

●焼き魚…ごはんに合う、良質なたんぱく源

●豆腐…味噌汁の具材としてプラス

●ロースハム…パンにのせる、焼いてごはんに合わせて◎

●ツナ缶…おにぎりの具材、チーズと一緒にパンにのせてトーストしても◎

●卵…卵焼き、目玉焼き、スクランブルエッグ等、バリエーションも豊富

●大豆…そのまま食べられる缶詰なら、サラダに入れて手軽に補給



昼食はがっつり食べていい？

昼食も代謝が良い時間帯です。昼食の量が少ないと夕食時の食べ過ぎや間食につながり、体型への影響、肥満の原因になるため、昼食はしっかりとっていきましょう。

揚げ物を食べたいときやしっかり外食をしたときは、昼食のタイミングがおすすです。

しかし、食べ過ぎてしまうと余分な脂肪合成にもつながるので、朝3・昼4・夜3程度の食事配分にするのが理想的といえるでしょう。

おすすめの昼食はこれ！

できるだけ主食、主菜、副菜をバランスよく食べましょう。

ラーメンやうどんなどの麺類、寿司、丼物、カレーなど、外食メニューは糖質に偏ることがあります。サイドメニューで副菜を追加したり、野菜がたっぷり具材に入った麺類を選んだり、などでいろいろな食材をとれるようにしましょう。

揚げ物は消化を助けてくれる、たっぷりの千切りキャベツと一緒に食べましょう。いろいろな食材をとることで、自然とよく噛むことにもつながります。よく噛むことは消費エネルギーを上げてくれて、午後の集中力アップや眠気防止にもなりますよ。



夜遅い食事は太るって本当？

よく、夜に食べると太る、と言われるますよね。

夕食はその後の活動も少なく、消費されないため太る、という原因の他に、体の仕組みにも要因があります。

それは、BMAL1（ビーマルワン）という生活リズムを調整するタンパク質の働きです。BMAL1は、体脂肪の増加司令を担っており、BMAL1が増加すると脂肪の蓄積量が増加します。

BMAL1は午後14時頃最も少なくなり、その後徐々に増加し午前2時頃最大になります。そのため、夕食は時間が遅くなるにつれて脂肪として蓄積されやすく、夜中の食事は太る原因になりやすいのです。

ライフスタイルにもよりますが、夕食はなるべく20時までの早めの時間帯にとり、22〜2時の飲食は控えると良いでしょう。

おすすめの夕食はこれ！

就寝までに3時間以上、しっかりと時間が空く場合は、昼食同様に定食形式でバランスの良い食事がおすすめです。

この時、主食は昼食よりもボリュームダウンすることを意識してみしましょう。1／3程度減らす、茶碗や盛り付けのお皿を小さめにする、などの工夫がおすすめです。夕食が20時以降や就寝直前などの時間帯に遅くなる場合は、血糖値を上げにくい野菜類や海藻類、きのこ類、こんにゃく、大豆製品を中心に軽めにとりましょう。主食は夕方に食べておいて夕食時はカットする、または半量以下にして朝食にまわしましょう。



まとめ

様々なライフスタイルの中でも食事でのリズムを作っていくことは代謝を上げることにつながります。食べるタイミングによって、食事のボリュームや内容を少しだけ工夫すると、体型も維持しやすいです。起床後1時間以内に朝食をとり、夕食は就寝の3時間前には済ませ、1日3食とるよう、心がけていきましょう。



2024 年
7月11日(木)
から販売開始

毎日美食

まいにちびしょく

鶏肉&海と山の幸の贅沢コース

ドッグフード:成犬用総合栄養食(ドライフード)

Concept

「美食を愛犬に」

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

1kg 本製品

定価 5,480円



50g
お試しセット

3袋定価 990円

1日の給与目安量

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



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(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。



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

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&セラチン

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) / セラチン(セラチン加水分解物) / 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
セラチン(セラチン加水分解物) 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(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