### 序章

## はじめに

執筆:一般社団法人日本アニマルウェルネス協会

まずはじめに、犬や猫の食事を学ぶ前にペットフーディストを目指す方に、知っておいてほしい「動物の5つの自由」「自然治癒力とホメオスタシス」「ペットフーディストの役割と提案」この3つの大切なことについて学びます。

### 🚹 動物の5つの自由

動物の権利を定義するための最も総合的な取り組みの一つは、1965年、イギリスのブランベル (Brambell) 委員会の発足と共にスタートしました。この委員会は議会によって成立されたもので、農場における動物の福祉を再検討し、動物が生活するための最低限の基準を確立するものです。委員会は、犬や猫を含む全ての動物が持つ最低の自由として、「5つの自由」を啓発しました。現在では国際的に認知されている動物の福祉の指標であり、いかなる状況下であっても、この5つの自由はすべての動物に与えられなくてはならないと考えられています。動物に関わるすべての人に知っておいていただきたい内容です。

※原文の「Freedom」を、「自由」や「権利」といういくつかの言葉で訳していますが、当講座テキストでは「自由」という言葉を使用します。

- 飢えや渇きからの自由: Freedom from Hunger and Thirst 健康維持のために適切な食事と水を与えること。
- 痛み、負傷、病気からの自由: Freedom from Pain, Injury or Disease
   怪我や病気から守り、病気の場合には十分な獣医医療を施すこと。
- 3. 恐怖や抑圧からの自由: Freedom from Fear and Distress 過度なストレスとなる恐怖や抑圧を与えず、それらから守ること。 動物も痛みや苦痛を感じるという立場から肉体的な負担だけでなく、精神的な負担もできうる限り避けること。
- 4. 不快からの自由: Freedom from Discomfort

温度、湿度、照度など、それぞれの動物にとって快適な環境を用意すること。

自由に身体の向きを変えることができ、自然に立つことができ、楽に横たわることができること。

炎天下の日差しや、雨や風をしのぐことができること。

身動きもできない狭い場所、糞尿にまみれた状態、日よけのない炎天下、雨や風、騒音などにさらされている、といった飼育環境は動物にとって好ましくありません。

5. **自然な行動をする自由**: Freedom to Express Normal Behavior 各々の動物種の生態・習性に従った自然な行動が行えるようにすること。 群れで生活する動物は同種の仲間の存在が必要です。 これらの5つの自由を前提として、犬や猫たちの生活の質を高めるための手段の一つとして食事があります。

### 2 自然治癒力とホメオスタシス

次に適切な食事を考えるために、生物が本来自らのものとしてもっている「自然治癒力」と「ホメオスタシス」を理解します。

#### [1] 自然治癒力

外部からのさまざまな刺激に対応して健康を保とうとする働き。

**例**) 転んで傷を作っても、かさぶたができて修復することができる。 ウイルスに感染して風邪を引くと、自ら体温を上げて(発熱して)ウイルスを死滅させたり、 身体の中にガン細胞ができてもそれを消去したりできる。

#### [2] ホメオスタシス (恒常性)

気温などの外部環境の変化や運動などの身体的変化に応じて、体内環境を一定範囲内に保とうとする働き。体温や血糖値などを一定範囲内に維持したり、体内の老廃物を排出したりすることも、ホメオスタシス(恒常性)によるものです。

これら、自然治癒力・ホメオスタシスが正常に機能していると……

- ◎病気にかかりにくい体をつくる。
- ●万が一病気になってしまっても、回復は早く、動物自身もその家族も負担を最小限にすることができる。
- ●症状や苦痛を軽減することができる。
- ◎老化を遅らせる。

一方で、生体の持つ自然治癒力やホメオスタシス(恒常性)を超えた刺激が加わったり、うま く働かなくなったりしたときに病気になります。その原因はさまざまです。

### 第1章

## 犬や猫の食事

執筆:一般社団法人日本アニマルウェルネス協会

この章では、犬や猫の食事について 基本的なことを学びます。 各論のベースになる基礎的な知識です。 しっかりと理解しておきましょう。



### 食事の重要性

「医食同源」という言葉があるように、日頃から栄養バランスのよい食事をとることは、健康維持や増進、病気予防や改善につながると誰もが知っています。食事と健康のつながりは深く、切っても切れない関係です。 つまり食べることは、単に空腹を満たすだけの行為ではなく、動物が生きていくために欠かせない生命活動のひとつなのです。

### <食事の意義>

- ●生きるために欠かせない本能のひとつ
  - ◎最も自然な栄養補給の方法
- ●身体だけでなく心の健康にも欠かせないもの

犬猫も私たち人間も誰に教えられたわけでもなく、自然に「食べる」という行動をとります。 これは考えなくても、体内のエネルギーが不足すると空腹を感じ、食欲が起こるからです。動 物は食べることで、生命活動に必要なエネルギーを補給します。また身体は栄養素と水分から できており、食材の栄養素を取り入れることで、体内の古い細胞を新しい細胞へと作り変えて いきます。

しかし、身体が必要としている栄養素が足りなかったり、栄養が偏った食事を摂り続けたりした場合には、身体は足りない栄養素を補おうとして「もっと、もっと」と食べ過ぎてしまったり、イライラしてものを壊したり吠えたりなど、ストレスを感じやすくなる傾向があります。逆に適切な食事は犬猫の心を豊かにし、気持ちの安定や喜び、幸福感などの増進につながります。そしてクオリティ・オブ・ライフを高め、彼らの自然治癒力を高めることに重要な役割を果たします。

食事を1回おろそかにしたからといって、急に病気になったり、大きく体調を崩したりすることはありません。しかし、食事は毎日の習慣です。悪い食習慣が続くと少しずつ不健康な身体に変わっていってしまうので注意が必要です。

また体調が気になるときほど、サプリメントやハーブなどのケアを試したくなるオーナーは多

いと思いますが、その前に、まずは食事自体に目を向け、今の食事が適切かどうか見直すことが大切です。特にパートナーの食事はオーナーが与えるものがすべてですから、オーナーが食事の重要性を理解したうえで、正しく選択していくことを心がけましょう。



### 適切な食事のために

では、犬や猫にとっての適切な食事とはどういうものでしょうか?

近年、獣医療の発展や栄養バランスの整ったペットフードの流通によって、犬も猫も平均寿命がずいぶん延びました。しかし一方でアトピーやガンなどの難治性疾患や心臓病、腎臓病の犬猫は増えています。また病気ではなくても、肥満だったり、反対に少食で食に興味がなかったりと、オーナーの悩みは尽きません。

悩みが出てから、それに対応した食事を探す以前に、まずは病気を予防し健康を維持するためにできる食事を知り、それを与えることが大切です。

適切な食事の基本ポイントは以下の2つです。

### 1 栄養バランス

食事の中に含まれる栄養素は不足しても過剰になってもいけません。バランスがとても重要です。ただ、人と犬猫はもちろんのこと、犬と猫でもそれぞれの動物が必要としている各栄養素の要求量は違い、消化や代謝のしくみも異なるため、栄養バランスも大きく違います。また年齢、ライフスタイルや体質などによっても、必要としている食事内容や栄養バランスは異なります。個々にあった食事を選ぶことは、病気を予防するためにとても重要です。

### バランスを考えるために必要なこと

- ・犬や猫の食性、消化の仕組みを理解する。
- ・犬や猫の基本的な栄養学について理解する。
- ・さまざまな犬や猫の食事について理解する。
- ・日頃からパートナーの体調や身体の変化に気付けるよう、観察する習慣を身に付ける。

### 第2章

## 消化吸収の仕組みと健康

執筆:(株)ベックジャパン 獣医師 近 朋之

監修:自由が丘動物医療センター院長 寺村 靖史

食事のことを学んでいくためには、

食べたものがどのように消化吸収され、動物の身体の中 に入っていくのかを知らなければいけません。

ここでは、消化吸収のための臓器である消化器の構造と その機能について学んでいきましょう。



### 1 犬と猫の消化吸収の仕組み

消化器の一番重要な機能は食べ物の消化吸収です。動物は消化器で食べ物を消化し、吸収し、 エネルギーに変えることで生体活動を行っています。消化器の各構造はそれぞれがそのため の役割を持ち、緻密に連携することでその機能を保っています。

まずは消化管の構造に沿って消化吸収の流れを見ていきましょう。

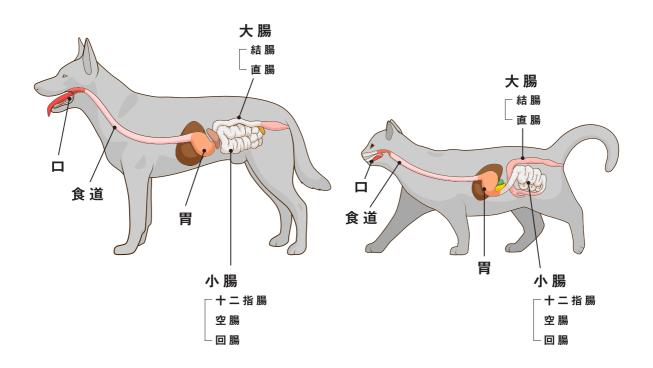
消化器とは、摂取した食事や水を物理的または化学的に消化し、栄養を吸収し、そして便として未消化物を排泄する一連の流れを担う器官です。消化器は、口から肛門に至る食道・胃・小腸・大腸からなる消化管と、消化管に導管という通り道を通って消化液を分泌する消化腺で構成されています。

また、消化の仕組みは物理的消化と化学的消化に分けられます。

物理的消化とは、食物を砕いて細かくしていく作業です。口の中で咀嚼したり、胃の中で撹拌したりすることです。

対して化学的消化とは、血管を通るほど小さい分子にするために、化学的に細かく「分解」 することです。このとき必要なのが消化酵素です。

消化管のそれぞれの部分とそこで消化の為に何が行われているのかを確認していきましょう。



(1) **□** 

口は食べ物が最初に通過する入り口で、食べるための構造が備わっています。

咬むための歯、食べ物を運んだり味を感じたりする舌、唾液を分泌するための唾液腺などです。 食べ物は、口の中で唾液と混ざり食道を通過しやすくなり飲み込まれます。

人では唾液にも消化酵素が含まれ、咀嚼により消化酵素と混ぜる役割があるため、物理的消化 と化学的消化の両方がなされます。犬の唾液にはほとんどこの消化酵素が含まれておらず、猫 ではまったくないとされています。そのため、犬や猫の口の役割は物理的消化が主であり、食 事をあまり咀嚼せず、食べ物を細かくしたらそのまま飲み込んでも問題ないのです。

### Column

#### **唾液の役割**

食べ物の消化や飲み込みを助ける以外にも、唾液には重要な役割があります。

- ■歯の再石灰化……歯にカルシウムを沈着させることで健康な歯を保ちます。
- ■口腔内の殺菌……口腔内の雑菌が増えすぎないよう殺菌物質を含みます。
- ■□腔内pHの維持······さまざまな唾液の役割が適切にはたらくようpHを一定に保ちます。

この口腔内のpHですが、中性に近い人と異なり、犬や猫はアルカリ性です。なぜアルカリ性になっているかは諸説ありますが、アルカリ性であることで虫歯になりにくく歯周病になりやすいのが犬や猫の歯の特徴です。定期的な歯磨きをして歯周病を防ぎ、歯の健康を保ってあげることも、犬や猫の食の健康を保つことに繋がるのです。

#### 

食道は口から胃へと食べ物を運ぶ細い管状の器官です。

食道には筋肉の層があり、この筋肉が食道の中に入った食べ物を胃の方向へと押し進めます。

#### (3) 胃

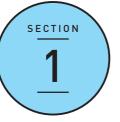
食道を通り入ってきた食べ物は一旦胃に蓄えられます。胃は伸展性があり、食べ物を保管する ということも胃の1つの役割です。また、分泌される胃酸と混ぜ合わせられる場所でもあります。 胃液に含まれる消化酵素ペプシンによってタンパク質の最初の消化が行われます。

### 第3章

## 犬と猫の基礎栄養学

執筆:ペットベッツ栄養相談 代表 ペット栄養コンサルタント 奈良なぎさ

犬はヒトではなく、猫は犬ではありません。 種族の違いは、その食事にも反映します。 ここでは、生命維持に必要な栄養素とその働き、 さらには犬と猫の栄養特性および 栄養バランスについて学び、 正しい食事管理をするための基礎知識を学習します。

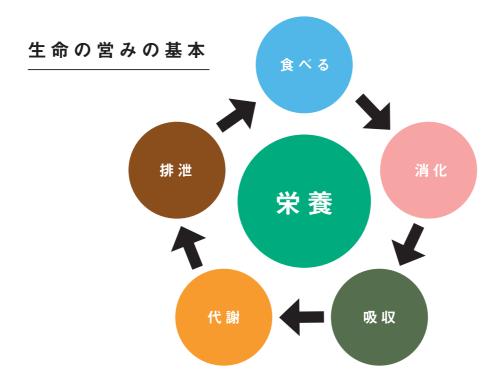


### 栄養と栄養素

生物は、生命体の維持、成長、繁殖などさまざまな生命活動を営むために、体内に必要なものを取り入れ、不必要なものを排泄しています。このような生命の営みを「栄養」といいます。「必要なもの」とは「栄養素」と「エネルギー」のことであり、「食べること」で獲得しています。「不必要なもの」とは、「代謝産物」や食事と一緒に取り込まれた「有害物質」のことであり、主に尿中や糞便中へ排泄されます。

「栄養素」とは、生命活動のために体外から取り入れる物質のことで、「水」、「タンパク質」、「脂質」、「炭水化物」、「ビタミン」、「ミネラル」に大別され、これを「6大栄養素」と呼びます。 それぞれの栄養素には、異なる働きがあるため、何を、どれだけ、どのようなバランスで食 事から摂取するかが健康状態を左右します。

この章では、基礎栄養学を理解し、そのことが大切な家族の一員であるパートナーの健康管理にどのように影響するのかについて学びます。



### 6大栄養素と主な働き

		栄養素	主な働き
		タンパク質	エネルギー源/身体をつくる
	3大栄養素	脂質	エネルギー源/生理機能の維持
6大栄養素		炭水化物	エネルギー源/腸管の健康
0人术贷系		ビタミン	生理機能の調整/補酵素
		ミネラル	生理機能の調整/身体の構成成分/酵素の活性化
		水	生命の維持

### 栄養素の不足・過剰による主な症状と病気

栄養素	不足	過剰
タンパク質	成長遅延、筋肉量の減少、体重減少 皮膚や被毛のトラブル 諸機能低下(免疫力、回復力など)	肥満、軟便、下痢 腎臓疾患、肝臓疾患、心臓疾患
脂質	被毛のトラブル、生理機能の低下	肥満、膵臓疾患、肝臓疾患
炭水化物	活力の低下、便秘	肥満、糖尿病、軟便、下痢、栄養不良
ビタミン	食欲不振、代謝の低下、神経異常	中毒、下痢
ミネラル	骨、皮膚、筋力などの異常、貧血	中毒、尿石症、心臓疾患、 腎臓疾患、骨の異常
水	食欲不振、脱水	消化不良、軟便、下痢

### 1 水:

### 全体重の約60%をしめる生命維持に最も大切な栄養素

水は、成犬または成猫体重の約60%を占め、生命維持に欠かすことができません。単にのどの渇きをいやすだけでなく、生命活動に必要な多様な働きがあるため、10%程度の脱水で死に至ることがあります。

#### 「1] 水の機能



#### 物質の溶解

- 消化、吸収、代謝など体内で生じる化学反応の溶媒
- 必要な物質の細胞への運搬、不必要な物質の体外排泄
- 細胞の浸透圧維持

#### 体温調節

- 体温を一定に保つ

#### [2] 水の出納

水は、身体に供給される水と排泄される水があり、これらのバランスが一定に保たれることが 大切です。

#### ≪1≫供給される水

供給される水には、食事に含まれる水、飲水、体内で栄養素がエネルギーになる際に生成される水 (代謝水) があります。代謝水の生成量は、食事により異なりますが、 | 日の水分摂取量の5~10%にすぎないため、食事中に含まれる水と飲水により得られる水分量が実質供給される水の量になります。

### 《2》排泄される水

体内から排泄される水は、尿、糞便、不感蒸泄があります。不感蒸泄は皮膚及び呼吸から絶えず蒸発している水です。一般的に供給される水分量と同じ量が排泄されますが、気温、湿度、体調により異なります。

### 第4章

### ペットフード

執筆:獣医師 伊東希

近年あまりにも多くのペットフードが市販され、 どのフードがよいのかオーナーがその選択を しかねているのが現状です。 表面的な情報に左右されるのではなく、 客観的にフードを選ぶことができるよう、 ペットフードに関する基本的なことを学びましょう。

- ・一般食 (おかずタイプ)
- ・一般食 (総合栄養食と一緒に与えてください)
- ·栄養補完食
- ・カロリー補完食
- ・副食
- ・犬用、猫用サプリメント

section 2

### パッケージを読む

世の中に溢れているペットフードの中からパートナーに合ったフードを選ぶのは至難の業です。 まず、ペットフードを理解する基本となるのがパッケージに記載されている情報です。メーカー のキャッチフレーズや広告のイメージで選ぶのではなく、これらの情報をもとにペットフード 選びができるようになりましょう。



体重	体重を維持 したい場合	体重	体重を維持 したい場合
2kg	60g	10kg	200g
4kg	100g	15kg	270g
6kg	135g	20kg	335g
8kg	170g	25kg	395g

※体重が気になる場合は、現在の体重 に相当する給与量の70%を目安に 与えてください。

#### 原材料

鶏肉、大麦、玄米、甜菜繊維、かつお節、ビール酵母、卵黄、酵母エキス、にんじん、オリゴ糖、かぼちゃ、ブロッコリー、発酵調味液、胃布、コンドロイチン蛋白複合体(サメ軟骨抽出物)、しいたけ、乳酸菌・セレン酵母、グルコサミン、ミネラル類(卵殻カルシウム、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)、ピタミンE、ビタミンB、ビタミンB、ビタミンB、ビタミンB、ビタミンB、ビッミンB、ピアミンB、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)

#### 大用総合栄養食【オールステージ】 この商品はペットフード公正照引物等会の

この商品はペットフード公正取引協議会の 定める分析試験の結果、総合栄養食の基準 を満たすことが証明されています。

- 保証・栄養分析値 相タンパク質 18.0%以上 相 脂 肪 5.8%以上 相 繊 維 1.9%以下 相 灰 分 3.6%以下 水 分 23.5%以下 (代謝エネルギー(ME) 277kcal/100g
- ■賞味期限:裏面下部に「年、月、日」の順で記載
- ■使用上の注意
- ・コーティング削等は不使用です。袋内で粒同士が水分を共有してくっつく場合がありますので、開封後はかるくもみほぐしてから与えてください。
- ・原材料の収穫時期や生産・製造時の環境条件等によって、粒の大きさや形、色、香りにバラつきが生じることがありますが、品質には問題ありません。
- 必要な栄養素やそのバランスは生物によって異なります。犬以外には与えないでください。
- ●まれに犬の体調や体質によって本品があわない場合があります。何らかの異常に気付かれた時は、給与を中断してお早めに獣医師にご相談ください。
- ■保管方法
- ●高温多湿や直射日光を避け、風通しのよい場所に保管してください。
- 保管状態によっては風味が落ちる場合があります。
- 小児の手の届かない場所に保管してください。内袋は開封後冷蔵庫に保管し、2日以内に使い切ってください。
- ■内容量:80g
- ■原産国:日本



■販売者: 株式会社カラーズ 神戸市灘区桜口町4-1-1 TEL:078-858-1173

作の

### 表示内容

ペットフードのパッケージには、その中身についての情報が多数記載されています。

### [1]「ペットフード安全法」で、表示が義務付けられているもの

#### ●販売用ペットフードの名称と犬用・猫用

前章で学んだように犬と猫では必要とされる栄養素の量と必須栄養素が異なるため、それぞれ に対応したフードを選択します。

#### ●原材料名

原則的に添加物を含む全ての原材料を表示する義務があります。

ペットフード安全法では、原材料名の記載順序に規定はありません。しかし「ペットフードの表示に関する公正競争規約・施行規則」では、添加物以外の原材料は、使用量の多い順に記載すると定められています。消費者に対する適切な情報提供の観点からは、原則、多い順に記載することが望ましいとされています。

#### ●賞味期限

未開封の製品を定められた方法で保存した場合において、期待される栄養価や風味、品質の保持が充分に可能であると認められる期限を表示しています。一般的な賞味期限はドライフードであれば製造から1~2年、ウェットフードであれば2~3年で設定されています。

#### ■事業者の氏名または名称及び住所

#### ■原産国名

ペットフードを最終加工した国名が記載されています。原材料の産地ではありません。

#### 「2]「ペットフードの表示に関する公正競争規約」で表示が定められているもの

ペットフード安全法で義務付けられている5項目以外に、目的、内容量、給与方法、成分についても表示することになっています。

- ●ペットフードの目的(総合栄養食か、間食か、目的食かなど、主食として与えてよいかどうかの重要な指標)
- ●内容量(|袋〈缶〉あたりの重量)
- ●給与方法(与え方や給与量の目安など)
- ●成分 (保証分析値)

### 第5章

## 犬の手作り食

執筆:Kitchen Dog! 代表 南村友紀

ここでは、健康な犬に手作り食を 食べさせたいと思う人へのいくつかの基本を、 南村友紀先生に教えていただきます。 すでに手作り食をしている方だけでなく、 知識がないことで躊躇している方へのサポートに 役立ててください。

### 『安全で、犬の食性やからだのしくみにマッチした材料と必要最低限の加工』

です。

これを前提に、健康な成犬の

What?何を、 → step 1
How much? どれくらい、 → step 2
How? どのように、 → step 3

を一つずつ学んでいきましょう。

### Step 1…〈What?〉必要な栄養素

基礎栄養学の章で学んだように、表 I の左の3つの栄養素は、エネルギーを生む栄養素で、右はその三大栄養素を働かせるための栄養素になります。

栄養素ごとに、どんな食材を選べばよいかを見ていきたいと思います。

#### 表 1

# エネルギーを生む 3大栄養素

- ●タンパク質
- ●脂質
- 炭水化物(糖質+繊維)

### 3大栄養素を働かせるための 栄養素や物質

- ●ビタミン
- ●ミネラル
- ●その他の栄養素や物質

### [1] タンパク質

犬にとっての必須アミノ酸を効率よく摂るには、動物性のもの、特に動物の肉・家禽類の肉や 卵が最も適しています。手始めに、どこでも手に入る牛肉、豚肉、羊肉などや、それぞれの馴 染みのある内臓(ハツ、レバー、腎臓、モツなど)を使ってみると良いでしょう。

#### ≪1≫タンパク質を供給する主な食材



牛肉 豚肉、馬肉、羊肉、鶏肉、猪肉、鹿肉、うずら肉、キジ、合鴨、鴨など牛・豚・鶏などの内臓類 (ハツ、ミノ、小腸、牛の第二胃 (ハチノス)、レバーなど) 鶏卵、うずら卵

### ❸目安となる1日の必要摂取エネルギー量(カロリー)と、目安となるタンパク質源の食材の量、 この二つの数字が最初に把握できれば、残りのエネルギー量を脂質と炭水化物より摂取でき るよう食材を選ぶ

ただ、あまりカロリー値を気にしすぎないようにします。必要摂取エネルギー量を満たさなく てはと思うあまり、炭水化物および脂質を摂り過ぎて、ビタミンやミネラルのバランスを崩す ことがないようにしましょう。

同じ100kcalでも、りんごとカステラと牛肉では、表3、表4のように、中に詰まっている栄養 素がまったく違います。

代謝されて消費されるためには、栄養素がバランスよく含まれているべきですが、糖質や脂質 ばかりがふくまれていると、ミネラルやビタミンが不足し、中性脂肪として身体に蓄えられる =太るだけです。

必要摂取カロリーを満たしたいなら、MCTオイル<sup>※3</sup>を使うことをお勧めします。

※3 MCTオイルとは、ココナッツやパームに含まれる中鎖脂肪酸だけを取り出した食用油です。小腸で吸収されるとダイレクトに 肝臓に運ばれ消化されエネルギーとして使われ、体脂肪として蓄積されにく、酸化にも強いオイルです。

#### ■ それぞれが同じ100gの場合のカロリー

表 3

表 4

319 kcal

カステラ

牛肉/ もも肉、生



127 kcal

りんご/ 皮つき、生



61kcal

#### ■100kcal中の栄養バランス

りんご/ 牛肉/ カステラ 皮つき、生 もも肉、生 ■水分 ■タンパク質 ■ 脂質 ■炭水化物 ■ミネラル □ ビタミン

5

手犬のり

### Column

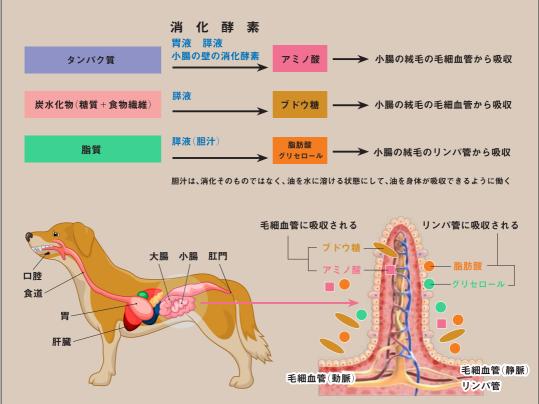
### 見えないところを、思い描こう

食べ物が口から入り、ウンチとして出てくるまでを、いつも想像してください。

## 消化 → 吸収 → 代謝 → 排泄

食べたからといって、体内に吸収されるわけではありません。 食べ物に含まれているさまざまな栄養素を体内に吸収できる。

食べ物に含まれているさまざまな栄養素を体内に吸収できるまでに分解し、腸壁の絨毛から吸収されて初めて、栄養素は体内に入って活動することができるのです。大きなウンチが出たから健康的なわけではありません。ひょっとしたら、それは吸収されずに消化管を通り抜けて来ただけなのかもしれませんから!食べ物がきちんと消化されることを思い描いていれば、レシピなんて必要ないのです。目の前に揃えた食材を、どうやって調理すればきちんと消化し、吸収されるかを思い描けば、調理方法はおのずとわかるものです。



5

### 健康な犬の毎日の食事

### 体重4.8~8.5kgの犬の1日分(333kcal タンパク質36.1g)

※画像はレシピどおりの量で作ったものです。



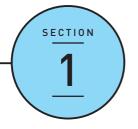
- ●鮭、ささみ、カブの葉、カボチャをオリーブオイルで和えて、オーブンペーパーで包み、蒸 し焼きにする。180℃に熱したオーブンで20分~30分
- ②粗熱が取れたら鮭とささみは食べやすい大きにほぐし、カボチャは潰す。
- ❸キャベツとカブを茹でこぼし、りんご、カブの葉と一緒にフードプロセッサーにかける。
- 4全ての材料を混ぜる。
- ⑤カロリーを充足させたい場合は、MCTオイルを8g足す。足りないカロリーはおやつに回しても良い。

### 第6章

## 食事関連の主なトラブル

執筆:ペットベッツ栄養相談 代表 ペット栄養コンサルタント 奈良なぎさ

食べたものが体に適していないときに 生じる主な症状が嘔吐、下痢、便秘、食欲不振などの 消化器トラブルです。 これらは何を意味するのか、なぜそうなるのか、 どのようなアドバイスが できるのかについて理解を深めます。



### 嘔吐と吐出

第3章「犬と猫の基礎栄養学」で学んだ1日あたりのエネルギー要求量の計算が出てきます。 テキストを振り返りながら、理解を進めてください。

食べ物は、嚥下により口から食道へ移動し、その蠕動運動により胃に到達します。しかし、その途中で逆流して口から吐き出されるのが「嘔吐」または「吐出」です。どちらも単発で生じる場合は、食事内容の見直しなどで改善されますが、頻度が高い、繰り返し生じる場合は、病気が関与しているため獣医師による診断が必要です。「嘔吐」と「吐出」には次のような違いがあります。

### 嘔 吐

嘔吐は、口から取り入れた食べ物などが胃や小腸上部から逆流して吐き出される状態です。これは、体外に危険物などをできるだけ速やかに排泄しようという体の自己防衛反応でもあります。そのため、単発で生じるときは正常な反応であることが多い一方で、頻度が多い、繰り返し生じる場合は異常です。胃や十二指腸の上部へすでに移動した食塊が逆流するため、腹筋に強制的な収縮が起こり体力を消耗します。嘔吐の前兆には「悪心」をともない、犬や猫ではよだれを流す、食事とは関係のないときに唇をくり返しなめて落ち着かない様子になります。

#### 吐出

吐出は、食塊が胃に入らずに食道から逆流し口から吐き出される状態です。未消化な形状で粘 液が伴うのが一般的な外観です。気管に食べ物が入りそうになりむせる、咳で刺激されるなど、

#### 嘔吐と吐出の違い

	嘔吐	吐出
逆流部位	胃、消化管上部	食道
吐出物	半消化状態	未消化(粘液がついている)
前兆	流涎、唇をなめる	とくにない
吐出物	食べない	食べることが多い
体力	消耗する	消耗しない

何かのきっかけで吐出することもありますが、一般的には犬や猫にみられる正常な反応であるため、吐出物を再び食べる行動が見られます。一方で、頻繁に生じる、呑み込みがうまくできない、体重が減るなどの他の症状を伴う場合は異常です。

### 1 主な原因

嘔吐や吐出の主な原因としては次のようなことが考えられます。

#### 嘔吐の主な原因

- ●食べ過ぎ
- ●早食い
- ●異食(おもちゃ、ソックス、髪の毛、小枝、枯葉、砂、石など)
- ●ストレス(フードの急な切り替え、環境の変化など)
- ●毒物の摂取 (薬、犬や猫に毒性のある食品や植物、腐敗物など)
- ●病気(胃腸病、肝臓病、膵臓病、腎臓病 など)

#### 吐出の主な原因

- ●早食い
- ●高食物繊維のドライフード
- ●何らかの刺激 (咳、痛みなど)
- ●病気 (食道炎、食道腫瘍、巨大食道症など)

### Column

良いアドバイスは、問題点に気づいてもらうこと

犬や猫の食が関係するトラブルの多くはオーナーがまねいています。たとえば、「食べ過ぎ」はオーナーによる「与えすぎ」であり、異食はオーナーの注意や 知識の不足から生じることが多いのです。しかし、悩みを相談されているオーナーにいきなり間違いを指摘するのは好ましくありません。良いアドバイスとは、指摘することではなく、気付いていただき再発を防ぐことだと思います。 原因となりそうな知識をさりげなく話の中に取り入れるといいでしょう。

## 2 どうしたらいいの!?

### 動物病院へ

「食事のアドバイスは、病気ではない場合に行う」が基本です。 次のような場合は、動物病院へ行くことをお勧めします。

嘔吐の頻度が多い、繰り返す
嘔吐物に血液が混じっている
嘔吐物の色が赤い、赤黒い、黒い
食欲はあるが、体重が減少してきている
食欲不振が続いている
好きな食べ物の臭いを嫌がる
元気がない
最近どこかに強く体や頭をぶつけた

### 状態に応じたアドバイスを

健康上問題はなく、食事が関係している嘔吐には、次のような原因と対応策があります。

原因	考えられる問題点	対応策
給与量が多い	胃にかかる負担が大きい	給与量の見直し/給与回数を増やす/ 給与量が少なくなるペットフードの選択
脂肪含有量が高い	食物の胃内滞留時間が延長 し、悪心や消化不良を起こす	今よりも低脂肪のフードへの変更
食物繊維が多い		食事中の食物繊維源の見直し/野菜やイモ類を減らす
胃腸の動きが悪い		給与回数を増やす/フードをふやかし消化の負担を減らす
早食い	吐出、嘔吐しやすい 肥満になりやすい	フードをふやかし消化の負担を減らす/ふやかしたフードを 浅い皿に平らにして与え、舌で食べるようにする
異食	空腹または栄養不良	摂取エネルギー、給与量、食事回数の見直し
ストレス	消化不良を生じやすい	給与場所、室内環境など原因の除去と改善をおこなう

作の

食

### 3 具体例

#### 具体例 ①:

**Q.** 5歳のパグですが、フードを切り替えてから、時々嘔吐をします。動物病院では特に 問題はないので、様子をみるように言われました。どうしたらよいでしょうか?



### 着眼ポイントと食事管理のアドバイス

嘔吐なのか、吐出なのかが不明ですが、動物病院で病的な異常はないことが確認できているので、一時的な嘔吐や吐出を起こしやすい条件に着眼します。

#### ●急いて食べていた

たまたま何かがきっかけで嘔吐することがあります。

⇒ 嘔吐に規則性や、繰り返しがなければどのような時に急いで食べたのかを思いだしていただき、原因を取り除きます。そもそも食べるのが早い場合は、少量頻回、またはふやかして与えるようにすることで嘔吐の頻度が減るかを日ごろから観察します。

#### ●新しいフードの栄養バランスが変わった

脂肪や繊維質が多いフードは、胃の中でとどまる時間が長くなり、嘔吐や吐出のリスクが高くなります。

⇒ 少量頻回にして与えることで、嘔吐/吐出の頻度が改善または減るかためしてみます。

#### ●環境の変化があった

季節の変わり目や環境の変化がストレスで一時的に胃腸の動きが停滞することがあります。

⇒ そのような時は、少量頻回、またはふやかしで消化の負担を軽減します。

### 第7章

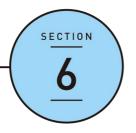
## 薬膳

執筆:仙台プラム・アニマルクリニック院長/ペット薬膳国際協会常任理事長 梅原孝三

この章では健康な犬の手作り食のアレンジとしての薬膳、そのベースとなる中医学の基礎知識を学びます。 第5章で学んだ犬の手作り食の基本を振り返りながら、 食材選びの際に「薬膳」の視点を入れて レシピを作ってみましょう。

※猫について:薬膳では、完全肉食動物である猫にとって消化が難しい穀物や野菜などを使用するため、猫に薬膳を取り入れることが難しくなります。そのためこのテキストでは犬の薬膳として学びます。





## 体質チェック

獣医師であれば、毎回多くの項目をチェックしますが、毎日オーナーがそのチェックをするのは現実的ではありません。ここではオーナーへのアドバイスとして使えるチェック方法についてお伝えします。

### ■ うちの子チェック

毎日、朝ごはんの前か後にチェックします。

### うちの子チェック表

耳	□ 臭(	l'	汚れ	かゆがる	傷がある	聞こえにくい	
E	□ 目 <sup>3</sup>	やに	涙	かゆがる	赤い	視力低下	
п	_ よ:	だれ	出血	口臭	歯肉の色が 悪い		
皮膚・被毛	□被□	毛が抜 る	毛艶がない	皮膚が赤い	フケが多い	痒がる	
糞便	□軟(	便	血便	便秘			
尿	□尿(	の色	血尿	尿が出ない	臭いがきつ い	指定の場所以外 でトイレをする	トイレの回 数が多い
元気・体調	□元	気がない	体が熱い	体が冷えて いる			
食事・飲水	□ 食名	飲がない	嘔吐	水や食物を こぼす	好きなもの しか食べな い	水を飲もうとし ない	以前食べて いたものを 食べなくな った
歩き方	□歩	かない	歩き方が いつもと 違う				
行動	□ 紙≀	める	痛がる	よく吠える	頭を振る	咳をする	くしゃみ、 鼻水が多い

項目が多いように見えますが、耳、目、口、皮膚・被毛、糞便、尿、元気、食事・飲み水、歩き方、行動と、パートナーのそばにいるオーナーであれば、難しい項目はありません。大切な

### 第9章

## 病気と食事管理

執筆:ペットベッツ栄養相談 代表 ペット栄養コンサルタント 奈良なぎさ

食事から得た栄養素とエネルギーを体内で利用するために、体はさまざまな代謝を行っています。病気になると、何らかの形でこの代謝に変化が起きます。不適切な食事が原因になることもあれば、年齢、環境、感染症、遺伝など原因は多様です。

病気の食事管理では、その代謝変化を正常化させる、またはこれ以上 負担をかけないようにする、さらには再発の防止や予防を目的として います。これを、「食事療法」と呼び、各病態に対応した特別な食事が 「療法食」です。

この章では、犬と猫の主な病気について、療法食を用いた食事管理方法を中心に説明しています。



### 3 消化管と膵臓の病気の栄養管理のポイント

消化管の病気で共通する症状は、嘔吐、便秘または下痢、食欲不振です。これらの症状を緩和、 改善するためには以下のようなポイントで病態の回復をサポートします。

#### ① 消化器官の「仕事量」を軽減

「消化に良い食事」が消化管の仕事量を軽減し、回復を促します。 消化性を左右する主なポイントは下の表のとおりです。

	消化が良い(早い)	消化が悪い(遅い)
食品	鶏胸肉、鶏ささみ、鯛、鱈、カレイ、白米、 ジャガイモ	牛肉、豚ばら、ぶり、さんま 玄米、サツマイモ
食品の組み合わせ	単純(炭水化物源1、タンパク質源1など)	複雑
脂肪	低い	高い
食物繊維	少ない	多い
形状	液状>ペースト>粥状	固形
大きさ	小さい	大きい
硬さ	やわらかい	硬い

#### ② 十分なエネルギーの供給

フードをふやかす、お粥にするといった形状は消化に良い一方で、食事全体の見た目の量が増 えるためエネルギー不足になっていることがあります。エネルギー不足は、体力の回復や組織 の修復が遅れる原因となるため、十分なエネルギーが得られるように注意をします。

#### ③ 消化管の回復をサポート

消化管は免疫器官としても重要な役割を担っているため、軟便や下痢が続くことは病気からの

### 第10章

## 介護期の食事

執筆:一般社団法人日本アニマルウェルネス協会

※ホリスティックケア・カウンセラーのためのスキルアップ専門講座 シニア犬介護コーステキストより

ここでは、介護期の食事の与え方について学びます。 介護期になると、食事内容についてはもちろんですが、 『与え方』に工夫が必要になります。 ただし、介護の方法に『正解』はありません。 テキストに記載されているポイントなどを理解し、 そのオーナーに合った方法を提案していきましょう。

### 3 介護期の食事の選び方

#### [1] 自力で食べられる場合

- ・ドライフードより嗜好性が高く、効率的に水分が摂れるウエットフードがお勧め
- ・食べ慣れていれば生食を与えても問題ない
- ・ドライフードを与えている場合は、スープやミルクなどを用いて水分補給を行う
- ・噛むことはストレス発散や脳への刺激にもなるので、口腔内に問題がなければ噛むおやつや 噛む玩具も積極的に与える (犬のみ)
- ・食器を置く高さや食器の形状を考慮し、食べやすい状態を作る

#### [2] 食事介助が必要な場合

- ・流動食は水分が多くカロリーが低いものが多いので、頻度高く与える (体重もこまめにチェックしながら適量を与える)
- ・排泄状態を見ながら、水分量、カロリーを見極める。自由に水が飲めないので脱水しないよう注意が必要
- ・ソフトスプーン、取手付きお皿、シリンジなどの介助グッズを効果的に使う

#### 〈家庭での脱水チェック方法〉

介護期になると、自力で水を飲めない場合や、飲む量が減る可能性があります。 こまめに脱水のチェックを行い、食事の工夫などで、早めに水分を与えるようにしましょう。

- ・口腔内の湿り具合を、指で確認する。指の滑りが悪いようなら、脱水の可能性が高い。
- ・背中の皮膚を引っ張り、皮膚の戻りが遅ければ、脱水の可能性が高い。

### 第11章

## 犬や猫の食事選びの接客

**執筆:ホリスティックケア・カウンセラー 青根未佳** 

ここでは、『接客』について、理解を深めていきます。 接客方法に絶対的な『正解』はありません。 ただ、基本的な考え方を理解しておくことで、 自信を持って接客することが可能になります。 テキストをよく読み、ご自身の接客を振り返り、 取り入れることができるものは取り入れていきましょう。

<u>2</u>

### 接客基礎技術

### | 会話が増える傾聴力

これまでは心の在り方についての話でしたが、ここからはテクニックについての話です。どのようにすれば会話の中でお客様の心が開けるのか、どのようにすればお客様の悩みに対して解決まで手伝うことができるのか。これらに大きく貢献するのが傾聴力です。

#### 「1〕傾聴力とは

相手の話を聞くことを、一般的には「聞く」と書きます。通常は私たちが使用する言語を、音の情報として二つの耳を使って聞くことをさします。話し手の声を耳で受け止めることが「聞くこと」ですので、相手の意図する内容や感情までを意識して聞く必要はありません。しかし、接客を通して、オーナーとの信頼関係を築いていくには、オーナーの話に積極的に関わり、相手の表情や言葉に含まれた意味を考察しながら、心の耳を傾けて「聴く」こと(傾聴)が必要になります。相手のニーズを明確にするためには、「話し上手」にならず、まず「聴き上手」になることが大切です。積極的かつ共感的に相手の話を聴くことです。つまり、「この人はどんな気持ちで、このような話をするのだろうか…」ということをわかろうとする積極的な姿勢で話を聴くことです。

#### [2] 傾聴の5つのポイント

目の前のオーナーを大切にする心構えで傾聴すると、相手は自分の気持ちを素直に話すことができ、自己理解が進み、内面的な変化を促すことができます。そうすることで、こちらも必要な情報を引き出しやすくなり、より的確な提案やアドバイスができたり、信頼関係を構築したりすることができます。傾聴力が高まると寄り添い度が上がると同時に、解決度の高い提案ができるようになります。ここでは傾聴力を高めるための5つのポイントを押さえておきましょう。

#### ①受け入れる姿勢

SECTION 1の4で学んだ受け入れる姿勢が傾聴でのポイントとなります。 お客様が話をしている間、落ち着きのある自然なテンポで、頷きやあいづちなどを取り入れな

### 第12章

## 価値の伝え方

執筆:有限会社ワンクスクリエイション代表取締役/ペットビジネス未来塾主宰 森たぐい

ペット業界でセミナーや経営の相談を受けていると、売上や利益を上げることに遠慮がちだったり、悪いことのように感じたりしている方がいらっしゃることに気づきます。 もちろん、お客様の利益を考えない、自分だけのために売上を上げることは良くありませんが、自身の持つ知識や技術を活用し、お客様や犬や猫の役に立つことで、「価値」を提供し、その結果売上・利益を得ることは、むしろとても大切なことなのです。

ここでは、ペット業界で働く者として、「価値」とは何か?や、価値を提供するために大切な「価値の伝え方」について学んでいきたいと思います。

### 反応の出る POP の書き方

### POPは商品名から書かない 必ず下記の順番を守る

- **①キャッチコピー**
- ②リードコピー
- ③商品名
- 4)価格

2	
3 0000	) () ()

## 



### 2 キャッチコピーの作りかた

### [1] キャッチコピーとは

辞書で調べると、

- ・消費者の心を強くとらえる効果をねらった印象的な宣伝文句
- ・人の注意をひく広告文、宣伝文

と出てきます。

お客様に価値を伝えるための文章といえますが、作りかたを間違えると、それはまったくお客様に届かないものになります。

キャッチコピーは [何ができる] [商品のよさ] を伝えるのではなく、[その商品・サービスを 使ったとき、どんないいことがあるか?] を伝えるためのものです。

POPだけでなく、チラシ、HPなど、さまざまなところでキャッチコピーは使われますので、