



# コノコダヨリ。



KONOKODAYORI MAGAZINE

FROM KONOKOTOTOMONI

**PICK UP!!**

正しいダイエットでわんちゃん健康維持をしましょう!!

コノコウラバナシ/コノコ奮闘記/わんここばなし



# 正しいダイエットで おんちゃんの 健康維持をしましょう!!

あけましておめでとうございます。

年末年始はどのように過ごされましたか?

2020年のスタートは、お問い合わせをいただくことも多い

ダイエットについて解説していきます!!

## なぜ肥満になるの??

Why is my dog gaining weight?

Check 1  
おやつやご褒美を  
過度に与えていませんか?



粒の大きさが同じでも、銘柄でカロリーが倍以上の差があることがあります。ドッグフードも銘柄ごとにカロリーが異なりますのでパッケージの確認はしっかりしましょう!

Check 2  
散歩や運動をお休みがち  
ではありませんか?



小型犬だから室内で自由に生活していれば十分と疎かになっていませんか?散歩は、筋力の発達と維持・新陳代謝の促進・体内時計の正常化・ストレス発散など様々な効果効能をもたらします。

### ! 肥満だとこんな悪影響が!

体に負担がかかる。

足腰や関節・心臓・血管・内臓機能・皮膚など、日々相当な負担が生じてしまいます。

病気にかかりやすくなる。

わんちゃんにも生活習慣病があり、糖尿病・高血圧・心臓病など人間同様の病気を発症します。



CHECK!

今回の記事の内容についてもっと知りたい方は、右に記載のURLからわんちゃんのダイエットについてまとめた記事をお読みいただけます。より詳しい内容となっておりますので、ぜひご覧ください!



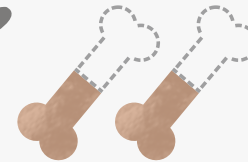
### Round 1 気づかれないように 食事を減らす。

急に食事量を減らしてしまうと、わんちゃんにとってストレスとなります。食べ物を催促したり、飼い主様の留守中に食べ物を探し回るなどの行動にも繋がります。ですので、食事はスプーン1杯程度ずつ減らしていく、おやつを与える回数はそのままで量を半分にするという方法がオススメです。

食事  
スプーン  
1杯程度減らす



おやつ  
回数はそのまま  
量を半分に



### Round 2 早食いさせない ようにする。

わんちゃんの脳は満腹中枢機能が鈍いので、どれだけの量を与えても満腹感を感じることはありません。しかし食事という楽しい時間が長くなればなるほど、満足感を得ることは出来ません。そのためにおすすめの方法は知育玩具の活用です。知育玩具にドッグフードや食事を詰め、遊びながら少量ずつ食べるよう工夫をします。

知育玩具



### Round 3 十分な運動を させる。

過度な肥満の解消には人間同様にスイミングも効果的です。近年わんちゃん専用のスイミング施設や水泳療法を取り入れる動物病院も増えています。

スイミング



まとめ

わんちゃんの肥満は軽視できない問題です。わんちゃんの健康維持は飼い主様の手にかかっています! わんちゃんの健康のために日々の生活習慣を改善しましょう!



<https://konokototomoni.com/article/2154/>



QRコードからも  
チェックできます



Secret episode

# コノコノ ウラ バナシ。

こんにちは!10月からコノコトモニのメンバーになりました松浦麻衣です。可愛いわんちゃんの紹介を待っていたみなさま、今回は私で恐縮ですが読んでいただけたら嬉しいです。

New Face!!

Profile

マツウラ マイ  
松浦 麻衣  
(出身地:大分県)



## 大福との出会い

私は小さい頃からわんちゃんが大好きで、ずっとわんちゃんと一緒に暮らしていました。現在は、ペットショップで一目惚れした、女の子のチワワの大福3才と一緒に暮らしています。

私が言うのも変なのですが、凄くお利口さんで、人間が大好きで懐っこく、とても可愛い顔と性格の子です!

また変わっているのですが、今まで「ワン!」と鳴いたことがなく(クゥーとは言うのですが)寝言で「ワフ、ワフ」と小さく鳴いているくらいです。私はその声を聞くのが好きなので、テレビの音を小さくして、大福の寝顔と寝言を聞いている時がとても至福な時間です!

私は大福を通して、わんちゃん健康にととても気を遣うようになりました。またこれからは、皆様の大切なわんちゃんの為、少しでもお役に立てるようわんちゃんに関わる勉強を沢山し、頑張っていきたいと思います。

### 最後に一言

皆様の可愛いわんちゃんと、飼い主様の為に少しでもお力になれるように頑張っていますので、これからもどうぞよろしくお願ひ致します!

コノコトモニ  
スタッフ  
へはこちらから

<https://konokototomoni.com>

コノコトモニ

検索



Let's  
Check!

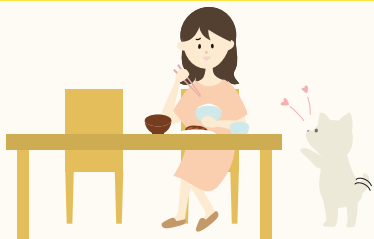
## コノコ奮闘記

vol.21

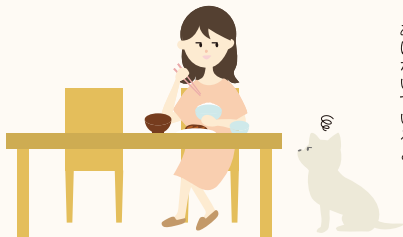
- 大福の奮闘 -



一緒に暮らしている  
大福のお話です。



私ที่บ้านでご飯を食べていると、「頂戴!頂戴!」とアピールをしてくれます。



大福には専用のさきみをあげているのですが、人間のごはんをあげないでいると...



大福には専用のさきみをあげているのですが、人間のごはんをあげないでいると...  
プタさんとネコさんのぬいぐるみを交互に持って来て、私にくれます。そうすると何か貰えると思っているのでしょう。  
大福なりのおねだりの最終手段のようです。

KONOKOTOTOMONI



# わんここばなし

Theme わんちゃんの成人年齢は?

こんにちは。コノコトモニの中島です。お正月が終わるとすぐに成人式ですね。街中で華やかな着物を身にまとった方々がとっても楽しそうに歩いているのを見て、自分の成人式を思い出したりします。皆様はどんな成人式をされましたか?

さて、わんちゃんたちはだいたい1歳半くらいで人の20才と同じに達すると言われています。わんちゃんがもうすぐ1歳半というご家庭では、成人式を行ってあげるのも良いかもしれませんね。ちなみに、看板犬のゆずも来月で4歳になります。人間に換算すると32歳。健康診断を受診したりして、健康維持に努めてあげたいものです。

大型犬	人間
1歳	12歳
2歳	19歳
3歳	26歳
5歳	40歳
7歳	54歳
10歳	75歳
12歳	89歳
15歳	110歳

小型犬 中型犬	人間
1歳	15歳
2歳	24歳
3歳	28歳
5歳	36歳
7歳	44歳
10歳	56歳
12歳	64歳
15歳	76歳

※出典: 飼い主のためのペットフード・ガイドライン(環境省発行)