



# コノコダヨリ。



KONOKODAYORI MAGAZINE

FROM KONOKOTOTOMONI

**PICK UP!!**

マッサージで愛犬の体の負担を軽減しよう!  
コノコウラバナシ/コノコのアンバサダー5期生紹介



# マッサージが愛犬の体の負担を軽減しよう!

あなたの愛犬は、普段どのように座ったり、寝たりしていますか？  
今回はわんちゃんの体の強張りをほぐすための、マッサージについてご紹介します!



コノコのアンバサダー3期生: 蘭丸ちゃん、吉宗くん

## なぜマッサージが必要?

人には、座り方や歩き方、寝る体勢など、無意識のうちに身についた“癖”があります。  
デスクワークなどで長時間同じ姿勢を続けることによって、  
体に歪みが生じるという話もよく耳にしますよね。

🐾 🐾 わんちゃんも同じで、一定の場所に負荷がかかり続けると筋肉がこわばってしまいます。

🐾 🐾 今は痛みや大きな歪みがなくても、  
何気ない癖の積み重ねが体に負担をかけることがあります。

🐾 🐾 そこで今回は、わんちゃんの体をやさしくほぐすためのマッサージ方法をご紹介します!  
わんちゃんの凝っている部分をほぐし筋肉の柔軟性をあげ、  
血流の良い状態を作ることは、健やかに歳を重ねることに繋がります。



なかだいら さほ  
監修 仲平 佐保

理学療法インストラクター・師範/犬の整体師  
愛犬家の飼い主力を高める講座や施術会を開催しています。

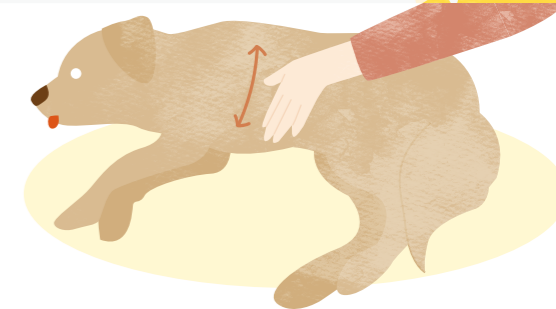
## わんちゃんの体をほぐす マッサージ

Let's try!



### 01 背中側面のマッサージ

わんちゃんの身体の側面を、指の腹や手の平を上下に往復しながら動かします。寒風マッサージのように摩擦するイメージです。



### 02 脇下のマッサージ

わんちゃんの脇の下を手で挟んで揉みます。力の入れ過ぎに注意して、一定の速度で優しく手を動かしましょう。



### 03 腰のマッサージ

腰のあたりを上下同時に捻るように手を動かしましょう。  
背中からお腹側の方向に交互に手を動かし捻っていきます。



### POINT

わんちゃんが普段、横になったときに下にしている側を少し長めにマッサージしてあげましょう。できれば反対側も同じように行ってあげると◎  
ただし、嫌がる様子があるときは無理せず、時間を置いてからケアしてあげてくださいね。



### ワンランクケア

普段からマッサージや温熱療法(米ぬかカイロやあずきカイロなど)で温め、血流をよくすることは、将来の身体の動かしやすさにつながります。ぜひ毎日のケアに取り入れてみてください。



マッサージの仕方は  
こちらの動画でも  
解説しています!



### まとめ

四足歩行のわんちゃんは、人よりも体に負担が  
かかりやすい傾向があります。  
ぜひ、今回ご紹介したマッサージを  
取り入れてみてくださいね!

Secret episode

# コノコノ ウラ バナシ



こんにちは!コノコトモニの土井です  
(^^)今回はオフィスで開催した「ハロ  
ウィンイベント」の様子についてご紹介  
いたします♪



## ハロウィンイベントのご報告♪

10月18日・19日にコノコトモニのオフィスにて、日頃コノコトモニを  
ご愛顧いただいている飼い主様限定のハロウィンイベントを開催しま  
した!当日は、たくさんのわんちゃん&飼い主様が遊びに来てくだ  
さり、とてもにぎやかな2日間となりました♪イベントでは、広報犬に  
なりきれ「なりきり体験」や、世界で1つだけのハロウィンアートを楽し  
める「肉球アート」、わんちゃん用のミニ帽子をデコレーションできる「ハロ  
ウィン帽子」、ハロウィンならではのコンテンツをご用意!さらに、「ジグザグ  
ゲーム」や、「まてまて選手犬」などのミニゲームも実施。フオトスペースには、  
衣装アイテムをご用意し、撮影を楽しむ飼い主様の姿がとても印象的でした♪  
当日の可愛いわんちゃんのハロウィン姿は、コノコトモニ公式Instagram  
でもご紹介していますのでよかったら見てみてください!  
改めまして、ご参加くださった皆様、そして可愛い姿を見せてくれたわん  
ちゃんたち、本当にありがとうございました♡



### スタッフからのコメント

わんちゃんたちの可愛い仮装が本当に印象的で、準備期間からワクワクしていました♪  
当日も笑顔があふれる場面がたくさんあり、スタッフにとっても忘れられない時間となり  
ました!これからも楽しいイベントを企画していきますので、ぜひ次の機会もお楽しみに♪  
皆様とまたお会いできることを、スタッフ一同心より楽しみにしております(^^)

コノコトモニサイト  
へはこちらから

<https://konokototomoni.com>

コノコトモニ

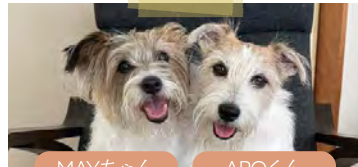
検索



Let's  
Check!

## コノコのアンバサダー 5期生紹介

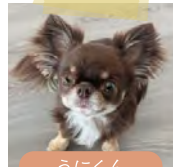
コノコトモニを1年間一緒に盛り上げてくれる  
5期生のわんちゃんたちをご紹介します☆  
ぜひアンバサダーのわんちゃんのInstagramも  
チェックしてみてくださいね♪



MAYちゃん

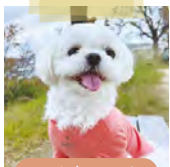
APOくん

ジャックラッセルテリア  
@mimi\_apoapo



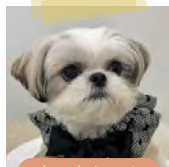
うにくん

チワワ  
@ebiuni.911



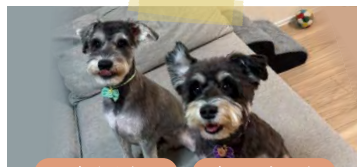
ころすけくん

マルチーズ  
@corocoro  
corosuke.0825



タルトちゃん

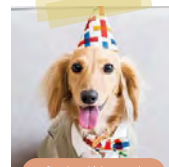
MIX(シーズー×チワワ)  
@tata.tarte



まろくん

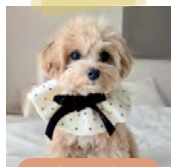
ましゅちゃん

ミニチュアシュナウザー  
@msymarogram



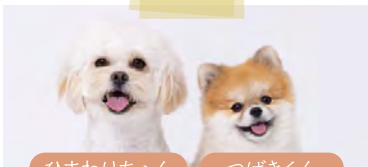
まめぞうくん

ミニチュアダックスフンド  
@\_mame616



むくくん

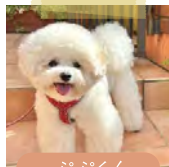
MIX(マルチーズ  
×トイプードル)  
@muku\_maltipoo



ひまわりちゃん

つばきくん

MIX(ペキニーズ  
×トイプードル)  
@himawari\_to\_tsubaki



ぷぷくん

MIX(ビションフリーゼ  
×トイプードル)  
@pupu\_bichonpoo



トイプードル @nemokun\_

後列

アナくん・ライトくん  
ブランくん・ネモくん

中列

お月見ちゃん・三日月ちゃん  
尊ちゃん・ルナくん

前列

マーニくん・博士くん  
朔ちゃん