

わんにゃん通信10月号

担当 田代



ぽっちゃりはかわいいだけの話??

★こんなこと、思い当たりませんか？

- ☐ ウエストにくびれがない。
- ☐ 重くて抱き上げられなくなった。
- ☐ 歩きにくそうにしている。
- ☐ 首輪がキツくなった。
- ☐ 高いところへ登らなくなった。



★1歳の時の体重を覚えていますか？

ネコちゃんの肥満は増加傾向にあり、今や半数以上の割合です。ヒトの食べ物を与えたり、おやつが多かったり…。おねだりされるとついあげてしまうのは、誰しも経験があるのでは？ネコちゃんの理想体重は、1歳頃の体重といわれています。また、ウエストにくびれがあるか、肋骨に触れるかどうかでネコちゃんのカラダをチェックするのも、大切なことです。





★肥満は万病のもと。

ネコちゃんの寿命にも影響します。

肥満は糖尿病、下部尿路疾患等、万病のもとになるだけではなく、ネコちゃんの寿命にも影響を及ぼします。しかし、いざ減量と言っても、食事を減らせば良いのか、運動量を増やせば良いのか何から手を付ければ良いのか、わからない方がほとんどではないでしょうか。

★基礎代謝に着目し、理想体重を目指しましょう。

健康に理想体重にするためには、摂取カロリーだけではなく消費カロリーにも着目しましょう。基礎代謝を活発にする食材をバランスよく摂取することによって、消費カロリーを増やすことができます。獣医師の先生の指導のもと、理想体重を目指しましょう。

クイズ(⌘⊙>⌘<⊙)。☆♡

Q1

次の3つのうち、ネコちゃんの肥満に関して正しいものはどれでしょうか？

1. 肥満は運動量と関係がない
2. おやつ量は肥満と関係ない
3. 肥満はいろいろな疾患のリスクを高める

Q2

次の3つのうち、ネコちゃんの減量に関して正しいものはどれでしょうか？

1. 減量は自己流に計画しても良い
2. 減量は獣医師と相談して進める
3. 減量に使う食事はカロリーが低ければ低いほど良い

Q1 の答え: 3. 肥満はいろいろな疾患のリスクを高める

Q2 の答え: 2. 減量は獣医師と相談して進める

