

# はあとわんニュースレター

2025年2月



今年の冬は一段と厳しい寒さに！！



2025年の新年が訪れ、すでに1か月が経過します。

年末年始と忙しさが続く季節はあっという間に時が過ぎますね。

忙しさから体調を崩してしまった方も少なくないのではないのでしょうか？

インフルエンザ等各種感染症の流行もいまだに続いております。

どうかお体にお気をつけて、冬のラストスパートも乗り越えていきましょう♪

1年で1番寒い季節。今年はさらに！？



一年で最後の、寒さのピークとされる、2月が訪れました。

今年はラニーニャ現象の影響により、例年よりもさらに気温が低くなっていて、寒さも例年より長く続く予定です。寒さの苦手なネコちゃんやワンちゃん達の防寒には、

まだまだ油断せずに、一段と気を付けていく必要があります…。

また今月はバレンタイデーがある影響から、チョコが一段と身近な存在になりますので、

ワンちゃんやネコちゃんに有毒な、チョコの誤食がおきないように注意しましょう。



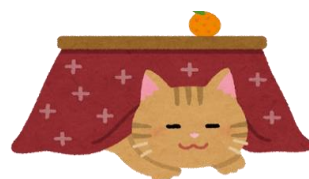
## 寒い冬を乗り越える防寒方法3選

### ○ 暖房設備の積極的使用

ワンちゃんが快適と言われている室温は 21℃~25℃。

ネコちゃんの場合は 18℃~23℃と言われています。

体温調節機能が強くない動物達のため、積極的に暖房を使用しましょう



### ○ 服の着用

わんちゃんには特にお洋服を着せてみるのも効果的

です。お気に入りのお洋服を探してみて、可愛く楽しく

防寒対策を行うことができます。



### ○ 床の床冷え対策

床が冷たい場合は、カーペットやマットなどを敷いておくだけでも効果的です。

電気カーペット等の使用も効果的ですが、低温やけどの恐れもありますので、最新の注意をして、使用しましょう。

## 運動不足にも注意！

冬は寒さや天候の影響から、散歩や外遊びの回数が減り、

運動不足からくる健康問題に陥る子も多くなっています。

冬でも室内で遊べる方法を実践し、運動不足を改善しましょう。



## ★★【家でも楽しく遊べる方法例】★★

- ✓ 室内かくれんぼ
- ✓ オモチャの綱引き
- ✓ 簡単なトリックの練習
- ✓ 自動で動くオモチャ
- ✓ 階段を使ったエクササイズ
- ✓ 知育玩具の使用

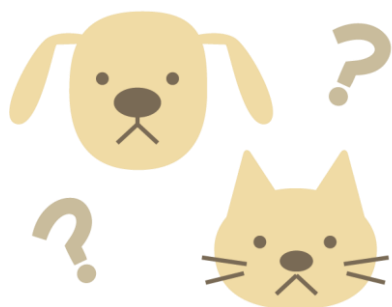
Animal Hospital





## 冬に起こしやすい問題はどれ？

答えは下にあります



① 消化不良

② 関節の痛みや動きの鈍さ

③ 日焼けによる皮膚炎

## こんな行動は注意信号！冬に見られる関節トラブル

冬は寒さや運動不足が原因で、ワンちゃんやネコちゃんの関節にトラブルが起こりやすい季節です。ペットは痛みを訴えることができないため、飼い主さんが見逃してしまうことも少なくありません。ここでは、関節に問題が出ている可能性がある「注意信号」をご紹介します。

- ◇ 座る時に片足を浮かせる
- ◇ 散歩中に立ち止まる時間が増えた
- ◇ ソファや段差に飛び乗らなくなった
- ◇ 触られるのを嫌がる

関節のトラブルは些細な違和感のみで気付にくい事も多いですが、早期に対処することで、治療の選択肢を広げる事や、将来的な健康寿命を伸ばす事が出来ます。違和感があれば遠慮なく獣医師に相談して下さい。

正解：②

寒さや悪天候で散歩に行けず、運動不足等の要因から、関節の病気に陥ったりすることがあります。

# ワンニャンクッキング



## 素早く簡単に作れるレシピをご紹介します♪



### あんかけうどん



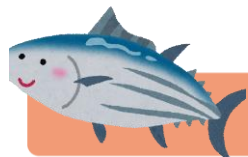
- ゆでうどん 1玉
- 豚こま切れ肉 100g
- ニンジン、白菜、キャベツ 各 50g
- 水か出汁 適量
- 本くず粉 大さじ1

参照：女子栄養大学出版部

#### ●手順

1. 豚肉、キャベツ、ニンジン、白菜を、5mm～1cm に切る。
2. フライパンに軽く油を引き、豚肉をいれて色が変わるまで炒めて、ニンジン→白菜→キャベツの順に加えて炒める。
3. 火を止め、倍量の水で溶いた本くず粉を加えてとろみをつける。
4. 器にカットしたうどんを盛り、冷ました3をかける。

寒い時期にピッタリなあったかうどん♪  
胃腸を保護し、整腸作用がある本くず粉で  
とろみをつけるのが大切です。



### かつおとめかぶのお茶漬け風



- かつお 90g
- ひきわり納豆 12g
- めかぶ 20g
- ご飯 5g
- えのき 5g
- アスパラガス 5g
- アマニ油 小さじ1

参照：世界文化社 猫ご飯

#### ●手順

1. えのき、アスパラ、ご飯を適量の水と
2. ブロッコリーをみじん切りにし、ごはんと一緒に、バターで炒める。
3. 粗みじん切りにした、にんじん、しいたけと、ミンチ状にした鶏肉を炒める。
4. カップケーキの型にラップを敷き、1～4の具材をを重ね入れ、ギュギュッと押し付けた後、お皿に盛る。
5. お好きな具材で飾りをつけたら完成！

カツオは猫の必須アミノ酸であるタウリンが豊富。

タウリンは肝臓おサポート効果があるため、

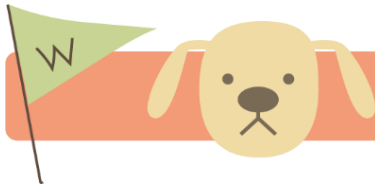
疲労回復の効果があります。

また、めかぶや納豆も取り入れて、積極的な腸活サポートへ♡

Animal Hospital



# ワンニャントピック



## 「愛犬の手作りごはん派」はオススメ??

すべきか悩む犬のお世話ってありますよね。

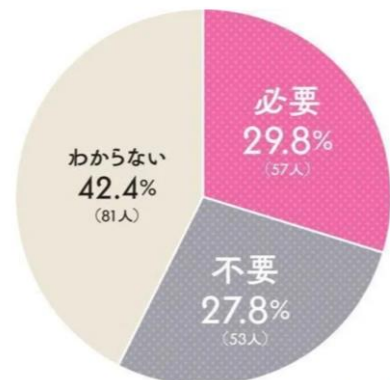
今回は、「いぬのきもち」で実施したアンケート

(右図)をもとに、手作りごはんは必要か不要か、獣医師の石田陽子先生に伺いました。

### 【先生からのアドバイス】

総合栄養食とのドッグフードは、犬の体に必要な栄養素が含まれている完全栄養食です。手づくりごはんは栄養が偏ってしまいがちなので、獣医師としては基本的に推奨してはしません。どうしても愛犬のごはんを手づくりしたい場合は、栄養バランスに問題がないか、かかりつけ医と相談しましょう。

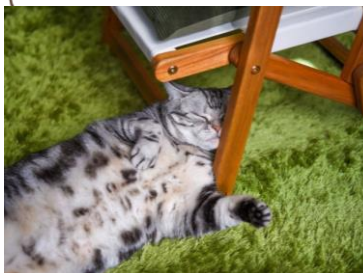
手作りごはんは犬にとって必要?



出典：<https://x.gd/KWRPE>



## ネコちゃんスリスリ 4つの心理



1. 安心したい
2. 注目してほしい
3. あいさつ
4. 要求を伝えたい

猫の「スリスリ」は、単なる可愛らしい仕草ではなく、重要なコミュニケーション手段としても機能しています。さまざまな意味を持つこの行動を理解することは、猫との良好な関係を築く上で重要といえるでしょう。

ただし、すべての猫が同じように「スリスリ」をするわけではありません。個性差があることを理解し、それぞれの猫の性格や行動パターンを受け入れましょう。

Animal Hospital



出典：

[https://nekochan.jp/column/article/37280#goog\\_rewarded](https://nekochan.jp/column/article/37280#goog_rewarded)

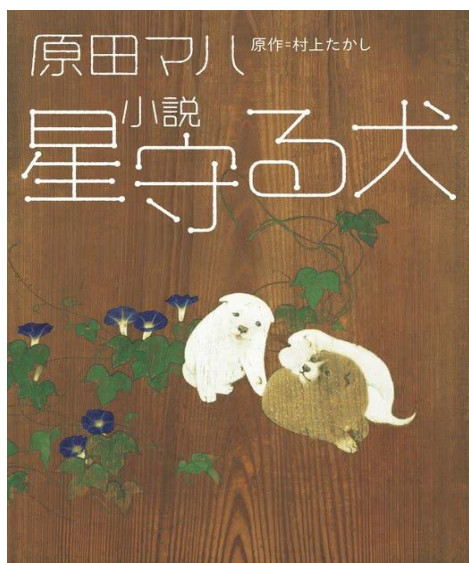






## 星守る犬

著者：原田 マハ



双葉文庫

出典：<https://x.gd/O6ijL>

仕事も...家も...家族も...  
何もかもを失った男が旅にでた。

最後のパートナーに選んだのは  
愛犬・ハッピー。

長い散歩を終えたときに交わされ  
た、「ありがとう」

その言葉がいつまでも胸に響く—  
—日本中が涙した大ヒット漫画  
を、『楽園のカンヴァス』の著者が  
渾身の小説化。

映画化もされた、村上たかし原作の小説♪

Animal Hospital

