

食事 運動 住環境 わが子にしてあげたい**長生きケア**を徹底解説!

『愛犬・愛猫が10歳すぎたら読む本』1/14発売



本誌は、犬・猫がシニアの年齢（人間でいうところの約60歳）に差し掛かる「10歳」を目安に、この時期から始めたい長生きケアを紹介しています。食事から、健康、運動、保険、医療、介護まで、気になることを獣医師たちが徹底解説。また、動物愛護活動に取り組む女優の杉本彩さんのインタビューや、長生き犬・猫の飼い主さん体験記など、知っておくためになる情報が満載です。コロナ禍でペットを飼う人が増加し、さらに犬・猫の寿命も延びているいま、愛するわが子と一日でも長く楽しく寄り添えるよう多くの飼い主さんに手に取っていただきたい一冊です。

『愛犬・愛猫が10歳すぎたら読む本』 発売日：2023年1月14日/定価：1100円(税込)

獣医師が教える！10歳すぎた子のための「長生きケア」

①「老化のサイン」を見逃さない！

個体差はありますが、10歳前後になると犬・猫に老化のサインが出始めます。皮膚トラブルが増える、毛づやが悪くなるなど、見た目や行動の変化を見逃さないことが大切です。

＜愛犬・愛猫の年齢と長生きケア（目安）＞

猫	小型・中型犬	大型犬	人間
10～13歳	10～12歳	8～9歳	54～62歳

＜犬の老化のサイン＞



（見た目の変化）
 ・皮膚がただれている
 ・抜け毛が増えた
 ・目が白っぽくなった など

（行動、体調の変化）
 ・散歩を嫌がるようになった・階段の上り下りが苦手になった・呼ばれても反応が鈍い など

＜猫の老化のサイン＞



（見た目の変化）
 ・ヒゲが短くなる
 ・歯が黄ばんできた
 ・体形が変わってきた など

（行動、体調の変化）
 ・高いところに上らなくなった・爪研ぎをあまりしなくなった・毛づくろいをしなくなった など

老化のサインに気づいたら...

筋肉量を維持する、不慮の事故を防ぐ、体形を管理する、清潔を保つなどの適切なケアが健康的なシニア期へつながる！

②シニア期に対応したごはんに変える！

体形維持のため、低カロリー・低脂質ながら、栄養素がバランスよく配合されている添加物の少ないシニアフードに変更したり、ドライフードをお湯でふやかしたり、ウェットフードを混ぜたりするなどの対策も有効。そのほか、サプリメントや手作りごはん・おやつ、食欲低下の悩みに対する解決策なども掲載しています。

ペット食育協会
 上級指導士の
 特別手作り
 レシピも掲載！



かたいものが
 食べにくい子用
 「エビと山いもの
 柔らかか団子汁」



太り気味の子用
 「焼きサバの野菜
 あんかけごはん」



③運動&遊びを変える！

犬なら散歩の時間やコースを見直す、首輪ではなくハーネスに変える。猫ならキャットタワーの高さを低くする、高くジャンプさせる遊びを避けるなどの工夫をしましょう。「筋力キープ」と「刺激」が健康的な暮らしには欠かせません。

④住環境を見直す！

筋力が落ち、関節もかたくなるシニア期は特に、安心して過ごせる空間を整えることが必須！フローリングにカーペットやラグを敷く、段差はステップやスロープで上り下りしやすくする、徹底して温度管理する、快適な寝床にするなど、ストレスなく安心できる住まいをつくってあげましょう。

<長生きケアのアドバイスをくださった先生方>



田中動物病院
院長・田中直久先生

麻布大学獣医学部卒業。横浜市の兵藤動物病院に勤務後、1979年、東京都東久留米市に田中動物病院を開院。以来、40年以上にわたり犬・猫をはじめ、鳥類、ハムスターなど幅広い動物たちの診療にあたる。



ヤマザキ動物看護専門職短期大学
教授・本田三緒子先生

修士(危機管理学)・獣医師。動物トータルケア学科で教鞭をとる傍ら、緊急災害時における動物病院の対応策や、運動療法と食事療法を応用した犬の減量プログラムについて研究を続けている。

保護犬・保護猫を育てる女優・杉本彩さんのインタビューも必見！

保護活動のきっかけや、保護犬・保護猫との生活、介護体験、どのようにペットの死を乗り越えたかなど、赤裸々に語っていただきました。



杉本 彩(すぎもと・あや)
1987年に東レ水着キャンペーンガールとしてデビュー。女優業の傍ら「公益財団法人動物環境・福祉協会Eva」理事長を務め、動物愛護活動を精力的に行っている。

どれだけ尽くしても後悔はつきもの。
でも命の責任を全うできただけで満点。
飼い主が迷いながらもお世話してくれた
時間は、その子にとっても幸せで尊い
時間のはず。

そのほか、わが子のために知っておきたい情報が満載の一冊

■シニア期からのヘルスケア

病気、保険、看取り、ペットロス…
心配性くらいでちょうどいい！

■がん、認知症、心臓病

シニア期に気をつけたい病気

■獣医師の選び方

信頼できるかかりつけ医の選び方

■シニア犬・シニア猫の飼い主さんたちに聞いた

おすすめ愛犬・愛猫グッズ

■マッサージ・病気治療の最前線

■ペットと暮らせる老人ホーム ■10歳からのペット保険の選び方 ほか



『愛犬・愛猫が10歳すぎたら読む本』
発売日：2023年1月14日
定価：1100円(税込)