

NOAH NEWS

2019年5月号

編集者 太田

フィラリアや狂犬病など、様々な予防のシーズンですね！

今年はGWもかなり長く、どこかに出かける方も多いと思います。そこで、ペットホテルに預けたり、ドッグランなどの施設に入るのに必要であったりと、様々な場面で予防していることが条件となる場合がありますので、ご確認の上お楽しみください。

「栄養学」のお話を書いてみましたが、私はかなり好き嫌いが多く、野菜をあまり食べずに過ごしていました…。最近体調を崩しやすくなり、これは体質を変えねばと思い、野菜を取るようになるとややマシになりました。

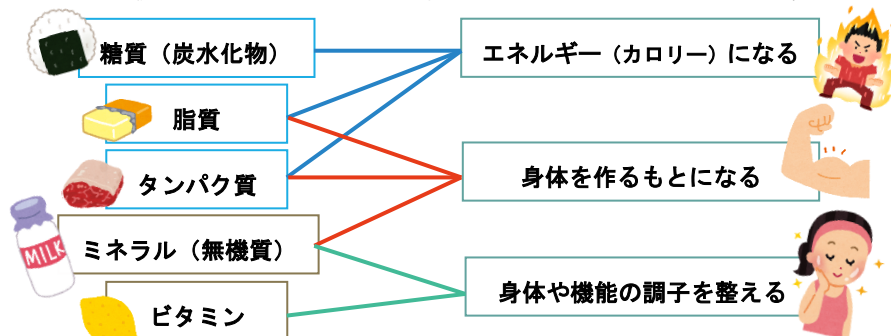
体を作るのは食べ物、当たり前のことですが自分の体で体感すると改めて思い知りますね…。

今回のテーマは・・・



①「栄養」ってなに？

学校の授業やTVなどで「5大栄養素」という言葉を聞いたことがあると思います。全部覚えていますか？また、どれがどんな役割があるのか思い出せますか？ざっくりとおさらいしてみましょう！

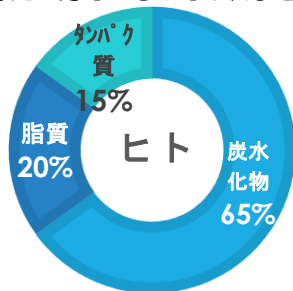


エネルギーになる三つだけを合わせ、「3大栄養素」といいます。そして、脳にとって唯一のエネルギー源となれるのが「糖質」です。糖質制限が流行っていますが、誤ったやり方をすると危険だといわれる理由の一つだと思います。これらは適度なバランスで摂取することがよい健康を保ちます。

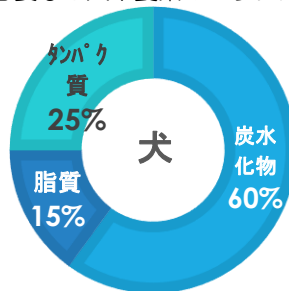
②栄養学でみる人と犬猫の違い

私たち人間は（好き嫌いを除いてですが）サラダなど野菜も口にしたり、お肉も食べたり…「雑食性の生き物」です。では、犬猫は「雑食」なのか、「肉食」なのか？

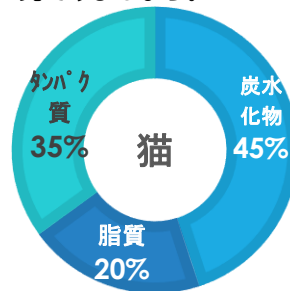
ご存知の方もいるかもしれませんが、必要な3大栄養素のバランスも一緒に見てみましょう。



ヒト：雑食



犬：雑食に近い肉食



猫：肉食

比べてみると、特にタンパク質の必要な割合がそれぞれ異なるのがわかるかと思います。

ざっくりといえば、「タンパク質＝お肉」ですので、肉食の猫はタンパク質を必要とする量が多いですね。

療法食以外のドライフードのほとんどはパッケージに「総合栄養食」と記載されています。総合栄養食だけを食べているだけで必要な栄養が十分にバランスよくとれますが、おやつやトッピングをあげ過ぎてしまうとこの良いバランスを崩してしまう恐れがあります。

とは言うても、おやつをもらって嬉しそうに はしゃぐ姿を見たいと思うのが飼い主・家族というものです。

おやつやトッピング（一般食、間食 等と記載されてます）を与える場合は、1日に必要なカロリー量の20%以下に抑えるようにし、塩分などの過剰摂取にならないように、人の食べ物は与えないように注意しましょう。適正なカロリー量を知りたい場合は病院スタッフまでお気軽にお声がけください！

