



ダイエット大作戦!

ワンちゃんの肥満は病気やケガのリスクを高める要因。いつまでも元気で一緒にいたいから、健康管理に気を遣いましょう。無理は禁物、あせらず長期戦で。

肥満の原因って?

食事で摂取するカロリーが、消費カロリーより上回ることが一番に挙げられます。その事態を引き起こす理由のひとつは、飼い主が甘やかして、食事やおやつを与え過ぎることによるものです。

食事

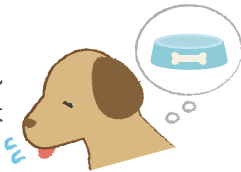
●量を減らす

普段あげている量から、1割程度減らしましょう。一気に減らすと空腹感を覚えて、ストレスの原因になってしまうことも。



●小分けにする

1日分の食事を、3時間おきに5回に分けてあげるのが最適。ワンちゃんに空腹だと感じさせないようにコントロールしましょう。



●野菜でカサまし

ドッグフードを減らして、茹で野菜をプラス。量をカサましすることで満腹感が得られます。また食物繊維の多い野菜は、便秘予防にもなり、ダイエットにピッタリ。

おすすめ野菜

さつまいも、きゃべつ、にんじん、ブロッコリー、かぼちゃ



運動

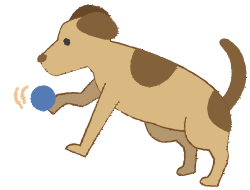
●散歩時間をプラス10分

散歩の回数や距離を増やして歩かせることから始めましょう。急に激しい運動をすると足や心臓に負担がかかってしまうので、まずは通常の散歩時間にプラス10分!



●遊びながら動かす

家の中や庭で、ボール遊びをしたり、タオルの引っ張り合いをしたり、とにかく動かし、運動量を増やすことを意識しましょう。



●スイミング

水中で泳ぐことは、関節にも負担がかからず、筋肉量&代謝アップ!泳ぎが苦手なワンちゃんは歩かせるだけでも、ストレスや運動不足の解消に効果的です。



おやつ

基本的に、おやつはNG。でもおやつはコミュニケーションツールとして大切です。ダイエット用おやつに替えたり、茹でたにんじんなどにして低カロリーを心がけて。



オススメ商品

樹ら楽ステージ

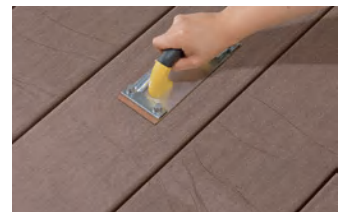
ガーデンとリビングを心地よく快適につなぐステージ。



©株式会社LIXIL

多彩なプランと豊富なバリエーションで、庭空間のアレンジも思いのまま。開放感とくつろぎに満ちたデッキのある生活をかえます。

▼ウッドパーティションでデッキまわりの演出や目隠しに。様々なデザインをご用意。



▲メンテナンス性の良い人工木材を採用。土汚れは水洗いできれいに。

商品のお問合せは…



明日家デザイン工房

(株) 明日家スタジオ

〒310-0845 茨城県水戸市吉沢町357-6

Tel : 029-291-3900 Fax : 029-291-3901 <http://asuka-studio.co.jp>