

「長寿わんこに聞く！」

# 健康で長生きのヒケツ

「夫が所属する草野球チームの試合にお供するのが大好きで、河川敷でのんびりとした時間を楽しんでいます。」

●健康のために日課にしていることは？

朝夕必ず少しでもお散歩することを日課にしています。

●どのような食生活を送っていますか？

基本は朝晩の2回フードですが、偏らないように野菜、魚、ヨーグルトなどをトッピングしています。また、関節のために鮭のアラを圧力鍋で煮てあげています。

●ズバリ、これがうちの子の『長生きの秘訣』！

老犬扱いせずに、介助が必要なところは介助しますがなるべく自分でさせるように心がけています。休みの日に少しお出かけしたり、刺激を与えて楽しい生活をしてもらえるようにしています。



いっしょに草野球に行くのが大好き!

クーちゃん 14歳(シェパード)

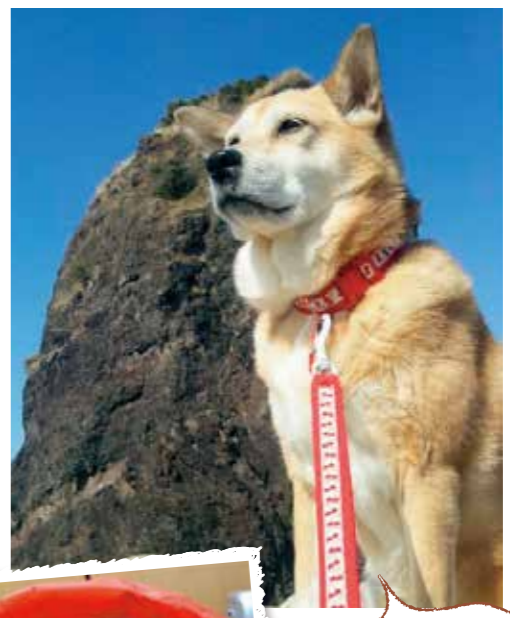
### 「村田先生に聞いてみました」

- 犬はお供をするのが大好き!
- “草野球チームのお供”はすごく良いですね(^^) もともとは集団で狩りをする動物だったので、仲間と一緒に外に出ることが好きなんです。いろんな人とふれあえて、社会的な刺激になります。
- また、なるべく自分でできることをさせてあげることが、少しでも老化をゆるやかにするためにもとても良いことですね◎



もみの木動物病院(神戸市) 獣医師 村田 香織 先生

愛犬と一日でも一緒に楽しく暮らせることを願い、全国のご長寿わんこたちに長生きのためのヒントを教えてくださいました。みんな、飼い主さんからたっぷり愛情を受けて幸せそう!



巨大岩にも負けないくらい堂々としています

ちびすけちゃん 15歳(MIX)

「祖母の米寿のお祝いにあやかっつて、ちびすけもまだまだ長生きするように赤いちゃんこを着せてみました。」

●健康のために日課にしていることは？

毎日の散歩と健康チェック(歩き方や便など)と歯みがきが日課です。

●食事について気をつけていることはありますか？

ドライフードは成長・年齢と共に変えていきました。おやつなどは喉に詰まらせないように、柔らかい食感の物を選ぶようにしています。

●ズバリ、これがうちの子の『長生きの秘訣』！

良いフードを食べるようにすること、たくさんコミュニケーションをとること。散歩の時でも家の中でも、なるべく顔を見ながらよく話しかけるようにしています。

### 「村田先生に聞いてみました」

- 顔を見ながら声をかけてあげることが飼い主さんの絆が深まりますし、安心感も得られます。コミュニケーションをたくさんとることは、とても良い刺激になります。
- 歯みがきの日課もいいですね(^^) ぜひこれからも続けてください。

「最近寝ていることが多くなったかな。かぶりものにも健気にお付き合ひ(笑)」

●健康のために日課にしていることは？

天気の良い日のお散歩、お出かけ、おひるね、食事管理。また、レオの下に3匹の犬と8匹の猫がいて、今でも何かがあるとちゃんと教育的指導をすることでしょいか。おちおちポーとしていられないのが若さの秘訣かも! ●食事についての工夫はありますか？

●ズバリ、これがうちの子の『長生きの秘訣』！

お散歩は寒いときは行かないようにするなど、レオに合わせた時間で過ごさせるようにしています。



お天気のいい日にはドライブでお出かけ



レオちゃん 14歳(MIX)

### 「村田先生に聞いてみました」

服などに慣れていると、将来介護が必要になり、おむつなどに何かつけるものがあった場合でも嫌がらずにすみます。かぶりものもおもしろいだけでなく実は慣れにもなるんですよ(^^) また食べやすいように食事を台においてあげるのも良い工夫ですね。



↓ドリちゃん5歳

↑ピュンピュンちゃん 13歳

↑ケメ子ちゃん 12歳



ピュンピュンちゃん 13歳(カニンヘンダックス)

●どのような食生活を送っていますか？

基本はフードで、野菜やササミなどのトッピングや手作りごはんも作っています。また毎日納豆とヨーグルトを食べています。

●ズバリ、これがうちの子の『長生きの秘訣』！

ズバリ! 保護犬のドリちゃんを迎えたことで、若くて陽気で破天荒なドリちゃんに、シニアのピュンピュンとケメ子はボケる暇もありません(笑)。相性もとても良くして生活リズムが変わり活気づきました。

ヨーグルトが好物

犬はもともと集団生活する動物なので、相性の良い子が仲間になるとイキイキしますね(^^) またトッピングなどうれしい気持ちを引き出す良い刺激になります。



とまとちゃん 12歳(シバ)

いつもにっこり。自然が大好き!

楽しそうな笑顔ですね(^^) 体にふれることはお互いにリラックス効果があり、体の変化や異変も早く気付くことができます。

●健康のために日課にしていることは？

遊びを誘導して1日1回はよく遊びます。散歩はゆっくりですが、毎日歩いています。また、顔から背中、肩、手、足と気の流れをよくするようにゆっくりとさすっています。

●ズバリ、これがうちの子の『長生きの秘訣』！

いつも話かけて「あなたが大切だよ、だいすきだよ」と伝えています。ストレスをためないように、何をして欲しいのか心を向けたり、身体をいつも触って健康状態をチェックしています。

※この記事は、2014年2月時点の年齢を表記しています。