



愛犬のためのホームケア「ぐり倶楽部」

Smile Dog通信

vol.001
Oct.2013.

はじめに：

愛犬のホームケアをもっと身近なものに。



「ホームケア」

実はまだあまり聞きなれない言葉かもしれません。

「ホームケア」とは飼い主さんがお家で愛犬にしてあげられる、健康サポートに役立つ様々なことを指します。

例えば「マッサージ」。飼い主さんは犬が寝ていると自然にその背中や足、肩などをもんであげていないでしょうか？そこには難しい技術もマッサージの理論もありません。あるのは「この子がいつまでも元気でいてくれますように」という愛情です。

食事と同じです。「今日は新鮮な野菜が手に入ったからうちの子にも食べさせてあげよう」「旬の魚をたくさんいただいた。うちの子のごはんにちょっとプラスしてあげよう」そこにあるのは「栄養豊富な旬の食材を愛犬とも分かち合おう」という純粋な喜びです。

そんな飼い主さんの愛情がこもった「犬のために飼い主さんがお家でできるすべてのこと」を「Office Guri」ではホームケアと考えます。そんなホームケアを「より豊かに」「より効果的に」そして「もっと楽しく！」するのに役立つ情報をお届けするのがこの「Smile Dog通信」の目的です。

「犬のために出来ることを増やしたい！もっとこういうことが知りたい！」そんな飼い主さんに役立つ「食事」「アロマセラピー」「マッサージ」「ペットのための東洋医学」についての情報をぜひ楽しみながら学び大切な愛犬の健康サポートにお役立て頂ければ幸いです。

全日本犬のホームケア普及協会 代表理事
Office Guri代表 諸橋直子



【プロフィール】

1974年12月25日生まれ、北海道札幌市出身、在住。インテリア家具メーカー、広告代理店勤務を経て「ぐり石鹸」を設立。現在は石鹸販売の他、犬と飼い主さんのためのアロマセラピー、手作り食、マッサージ、薬膳などの講座講師やオンライン教材作成を手掛ける。黒ラブぐり8歳と盲導犬パピー：ニコ、2歳の息子と夫の3人と2匹暮らしを満喫中！

Smile Dog通信は「ぐり石鹸」のご購入者様、および「ぐり石鹸メールマガジン会員」の皆様へお送りするニュースレターです。最新の製品情報や、愛犬のホームケアに関するニュースをお届けします。

【Index】

- はじめに：愛犬のホームケアをもっと身近なものに
- 愛犬の皮膚トラブル！こんなときどうする！？「乾燥肌が治りません！シャンプーで解決できる？！」
- ウィルスなどの感染症から飼い主さんと愛犬を守るアロマセラピーのご紹介
- 薬膳的な視点で考える犬ごはん「身体を温める食べ物って？」
- Smileワンコの写真を募集します！
- ぐり石鹸ストア
<http://store.officeguri.com/>



携帯電話・
スマートフォンからの
アクセス用QRコード

■ 今回のテーマ：

愛犬の皮膚トラブル！こんなときどうする！？「乾燥肌が治りません！シャンプーで解決できる？！」

「我が家の愛犬、黒ラブなのですがフケが出て困っています。どんなシャンプーがお勧めですか？」

これは実際に、私の元に寄せられたご相談のメールです。では、そもそも「フケ」はシャンプーを変えることだけで解決できるのでしょうか？このケースでは3つの視点から考えてみることにします。

● シャンプーは「犬の肌に合っている？」

● 洗い過ぎていませんか？

● 体そのものが油分不足になっていませんか？

人間でも乾燥肌、ノーマル肌、オイリー肌があるように犬にも「肌質」というものがあります。ここでちょっと想像してみてください。乾燥の強い秋、もしあなたの肌が「乾燥タイプ」であれば、洗浄力の強い洗顔料でごしごし顔を洗いますか？

「いいえ、そんなことはしません！
ちゃんとやさしい洗顔料で洗いますよ！！」

そう答える方がほとんどだと思います。残念ながら「犬のシャンプー」に関していうと、まだ「肌質に合わせて」といった細かな分類がされていないのが一般的です。犬の体質は千差万別です。

そのため、フケが止まらない、という場合はまず「シャンプーがそもそも犬にあっていないかどうか？」をまずチェックする必要があります。

→ このシャンプー、 うちの子の肌に合っている？

次のチェックポイントは「洗う頻度」です。フケを気にするあまり、必要以上に洗う回数が増やしてしまっている飼い主さんも多いですね。犬の皮膚は薄く、とてもデリケートなものです。人間のまぶた程の薄さをイメージしてください。

あなたはまぶたの皮膚を、日に何度もごしごし洗ったりしませんよね？それと同じです。洗い過ぎの乾燥からフケが起きている場合もあるので、洗う頻度もぜひ見直してみてください。

→ うちの子、洗い過ぎていたかしら？

最後の要素は身体の油分不足です。最近ではダイエットに励む犬も増えてきました。ダイエットの際に真っ先に減らされるのは「油分」ですが、この「油分」のカットも行きすぎると体に悪影響を与えます。

今回私がお相談を受けたケースでは、飼い主さんがダイエットを急ぐあまり、油分カットが行きすぎていることが原因でした。

このケースでは食事にオリーブオイルを足して、油分を補うことで3日ほどでフケがでなくなったというご報告を頂戴しています。

→ うちの子、 油分不足だったのね！

いかかでしょうか？一口に「フケの悩み」といっても原因は様々です。そうした「犬1匹1匹で違う原因」を知り、獣医さんと協力しながら愛犬のために「家族として」ベストな方法をさぐってあげる。こうした姿勢が、愛犬を皮膚トラブルから守ることにつながります。

ぜひあなた自身のわんちゃんの「皮膚の健康」を守るために、この考え方を取り入れてみてくださいね！

(執筆：Office Guri代表 諸橋直子)

■ 空気が乾燥を始めるとウィルスも活動を始める！そんな空気中のウィルスなどから犬と私たち自身を守るための「アロマセラピー」

アロマセラピーというと「リラックス」や「美容目的」をイメージされる方が多いようです。

でも実は、アロマセラピーは健康維持のために役立つ「殺菌」「抗菌」「抗ウィルス効果」などを持つものも多いことをご存知でしょうか？



【アロマテラピー】

植物から抽出した揮発性の有機化合物を健康増進や美容に積極的に活用しようとする「自然療法」。最近では人間の医療の現場でも、積極的に治療と併用してアロマテラピーを取り入れようという動きが活発になってきている。

患者の不安を取り除くといった目的から、減薬を目的とした積極的な利用方法まで応用範囲は幅広い。

犬への応用も近年増えてきており、ストレスケアや耳のケアなどのボディケア製品にも活用されている。

■アロマテラピーの原点は「薬草医学」

現在、日本では美容目的で利用されることの多いアロマテラピーですが、その歴史を紐解いてみるとアロマテラピーの原点は「植物の持つ不思議な効能を、何とか怪我や病気の治療に活かせないか？」と言うところからスタートしています。

1920年代初頭、南フランスのプロバンス地方において、香料の研究者であったルネ・モーリス・ガットフォセが実験中に手に火傷を負いました。その際、とっさに近くにあったラベンダー精油に手を浸したところ傷の治りが目ざましく良かったことから、精油の医療方面での利用を研究し始めたことは有名です。「アロマテラピー」という言葉も「アロマ（芳香）」+「セラピー（療法）」という造語から生まれています。

ちなみに一般になじみの深いラベンダー精油には「殺菌」「抗ウイルス」「抗真菌」作用といった犬や私たち飼い主の環境を清潔に保つのに役立つ効果があるだけでなく、「リラックス作用」「鎮静作用」といった気持ちを落ち着ける効果があることが科学的に証明されています。

もしあなたがこうしたラベンダーの「殺菌作用」や「リラックス効果」を積極的に愛犬のケアに取り入れたいと考えるのであれば、手軽に取り入れられるのは

●ブラッシングスプレー

です。

スプレーボトル（無印良品等で購入できます）に水100ccを加え、ラベンダー精油を1~2滴垂らしよく振って、犬の体にブラッシングスプレーとして吹きかけます。

我が家では散歩から帰ってきた際、犬の体全身にアロマ精油を加えたスプレーをして、その後よく拭き取ります。こうすることで外で遊んできて際の汚れなども拭きとることができますし、精油の殺菌効果で犬の体自体も清潔に保つことができますようになります。



もし犬にラベンダー精油を使う場合は必ず「真正ラベンダー」「Lavandula angustifolia」「Lavandula officinalis」という表示のあるものを選ぶようにしてください。ラベンダーにはいくつかの種類があり、中には犬への使用に適さない、特殊な成分が入っているケースがあります。

また、妊娠中の犬、てんかんを持病に持つ犬の場合はアロマセラピー自体を避けた方が良いケースもありますので、使用前に獣医師へ必ず相談するようにしてください。

もともとが「薬草医学」にルーツを発するよう、効果があるということはそれなりに強い作用を持つ成分もある、ということをご留意に留めておいていただければと思います。

私はセミナーなどに参加された方には必ずお伝えしていることですが、「自然のものだからといって100%安全と言うのはあり得ない」ということです。どんな自然療法も、それを正しく客観的に知り、デメリットも知った上で上手に活用する。そんな姿勢が今後、賢い飼い主さんには求められてくるのではないのでしょうか。

もし、アロマセラピーに興味をお持ちの飼い主さんがいらっしゃいましたら、Office Guriではオンラインで学べるお試しアロマ講座を配信しています。メールとPCをご利用いただける環境にある方であればどなたでも受講いただけますので、ぜひ活用してみてくださいね。

● 愛犬の心と体を癒すドッグアロマ基礎講座：

<http://s-ter.net/officeguri/c/02302.html>

(執筆：Office Guri代表 諸橋直子)

■ 愛犬の体を温める食材「薬膳的な視点で見たお勧め食材は？」

「え、犬に薬膳？」「薬膳って漢方薬を食べさせるものでしょうか？」

私は犬のための薬膳セミナーを開催していますが、そんな驚きの声を時々受講生に皆さんから頂きます。ところで実際に「薬膳」は難しいものなのでしょうか？

答えは「ノー」です。

例えば私たちは寒くなってくると温かいものを好んで食卓にのぼらせるようになりますし、「生姜は体を温める作用があるから、今日は生姜を隠し味に使ってお味噌汁に入れてみよう」というようなこともよくやります。我が家では豚汁の上にちょん、とすりおろし生姜を載せて頂くのがこの季節の定番です。汁物の温かさに加えて、生姜の加温パワーで体が瞬時にポカポカと温まります。

「薬膳」というのは本来、「日々の食事の中で、体を温めたり、体の熱を冷ましたり、といった薬効を持つ食材を意識して、バランス良く取ろう」という考え方がベースになっていますから、そもそも難しいものであっては困るのです。毎日の食事の準備が難しく大変だったら、日々食事を作る人たちは頭を抱えてしまいますよね。

- 普段、よく口にする身近な食材にも穏やかな薬効がある
- その薬効を知り、季節や体調に合わせてどの薬効を持つ食材を取り入れるかを考える

これが薬膳の基本的な考え方です。

では、薬膳ではどんな食材を「身体を温める食材」と考えているのでしょうか？

- 生姜
- 鶏肉
- 羊肉

体を温める食材とされるもので、犬の食事にも応用可能なものを3つ取り上げてみます。

■ 生姜

生姜には即効性があり、食べるとすぐに体がぼかぼかと温まる感じがします。また、胃の不調を整え、吐き気なども抑えてくれる効果があります。その効果は、つわりや抗がん剤の副作用で苦しむ人にも一部の医療現場で応用されるほどです。実際に近年では、生姜に含まれるどんな成分がそうした効果をもたらすか？という研究が進み、その仕組みが明らかになりつつあります。

生姜は生のままだとピリリと辛いので、犬の食事に加える場合は「炒める」などして軽く火を通して上げるのがお勧めです。我が家の犬は、この季節になると人間が生姜を食べる量が多くなるのに比例して、生姜を使った炒め物を手作りごはんをよく食べています。ごま油を熱したフライパンに刻み生姜を入れ、よく香りを出してから白菜、ニンジンなどの野菜と肉を炒め、ご飯の上に載せて冷まして食べさせるのが我が家の冬の犬ご飯です。我が家の愛犬、黒ラブのぐりはこうした「生姜炒めのつけご飯」が大好きでよく食べています。



Ginger

生姜をそのものをあげるのは抵抗がある、という場合は、生姜をひとかけいれたお湯に鶏肉を入れ、スープにその成分を煮だします。そしてスープをご飯やドッグフードにかけてあげるという方法もお勧めです。

生姜には胃腸を整える効果、殺菌効果など、様々な優れた効果が期待できる上、体を温め血流を良くする「加温効果」もあります。

ちなみに生姜は「生薬（しょうやく）」として漢方薬にも多く使用されている食材ですから、そのパワーが伺い知れますね。

■ 鶏肉

鶏肉は値段も手ごろで犬の手作り食にはよく使用される食材です。

鶏肉の主な効能は「胃腸に働きかけ、内臓をポカポカと温めその働きを助ける」というものです。例えばこの鶏肉に、先にご紹介した「生姜」をプラスして炒めものにする、犬の体を温め、内臓を元氣するひと品が完成します。炒め物、煮込み、焼いてもよしの鶏肉なので、是非これからの季節の犬ご飯に積極的に取り入れて行きたいですね。

■ 羊肉

羊肉は体を温める作用が特に強い肉として知られています。

羊肉はヘルシーな食材として、一時ダイエットにも良い！と注目されたことがあります。もし飼い主さんが今夜はラム肉！という日は、犬も一緒に羊肉メニューというのも楽しいですね。羊の肉は独特の香りがありますが、この強い香りが大好き！という犬も多く、特に脂肪をじゅっ！と焦がすような「焼き肉」を好む犬が多い傾向があります。今日は特別なごちそうを…と言う場合の選択肢にもお勧めです。是非お試しください。

(執筆：Office Guri代表 諸橋直子)

Copyright (C) 2013 Office Guri All Rights Reserved

Smileワンコのご紹介！

ぐり石鹸を愛用してくれている
犬たちの紹介です。



ベニーちゃん、石けん初体験中*

とってもあわ立ちが良く、直接ベニーの体に石鹸を付けてマッサージする様に洗いました。

ベニーも気持ち良かったみたいで初めて座りこんでエンジョイしていました！いつもお地藏さんの様に終始固まっている彼がです！！

本当にワンコの為の石鹸だな！と思いました！

(ベニーママさん&ベニーちゃん)



盲導犬パピ*ウエリナちゃん

先日、やっとシャンプーが出来ました！！生まれて初めてのシャンプーには是非ぐり石鹸と思わずと戸棚に入れていて、

毎日見て触ってはこの日を楽しみにしていました・・・。すすぎも早いし何よりもビックリしたのは乾かした後、

フワフワツルツルな我が子の毛に、夫婦で頬をスリスリしておりました（笑）ぐり石鹸の虜ですよ～この感触ってやめられません。

(ウエリナママさん&ウエリナちゃん)

Smileワンコ の写真大募集

素敵なワンコ写真、愛犬の自慢のショットをどしどしお寄せください。次号の「Smile Dog通信」に記載させていただきます。

送付先：
mail@officeguri.com

●お写真にはコメントを添えていただくとありがたいです。

●掲載する際に、トリミングさせていただく場合がございます。ご了承ください。

●Office GuriのHPなどでユーザーさんの声ということでご紹介させていただく場合がございますので、ご都合が悪く場合はあらかじめお知らせください。

■編集後記

ニュースレターの初回号はいかがだったでしょうか？このニュースレターはぐり石鹸をご購入頂いたクライアントの皆さんに「犬の健康を食事面や生活環境も含めたトータルな視点で役立つ情報をお伝えしたい！」と考え、企画・作成したものです。

今後、不定期発行となる予定ですが少しずつ役立つ情報をお届けしていきたいと考えていますので、ぜひ楽しみにしててくださいね。

Office Guri

〒004-0805 北海道札幌市清田区里塚緑が丘11-1-11 Office Guri

ぐり石鹸ストア：<http://store.officeguri.com/>

Office Guri公式サイト：<http://www.officeguri.com/>

Facebookページ：<https://www.facebook.com/officeguri>

メール：mail@officeguri.com

【メールをお送りくださる皆さまへ】犬の健康相談などご相談はお送り頂いてもお返事を差し上げることはございません。健康相談はかかりつけの獣医師の先生にお願いします。

また、日々たくさんメールを頂戴するため、個別のお返事もご容赦いただいております。これには感想をお送り頂いたことに対するお礼も含まれます。

製品に関するお問い合わせは事務局よりお返事を差し上げますのでご了承ください。

*このニュースレターの一部またはすべてのコピー、転載は固くお断りいたします。