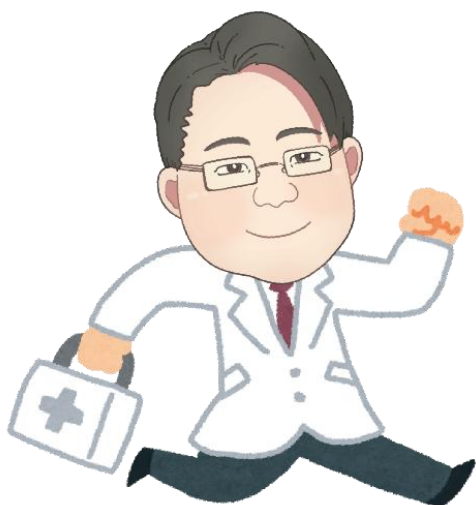




小久保 貴史/ Kokubo Takafumi

出身：埼玉県春日部市

趣味：ドライブ、神社仏閣お城めぐり、ウクレレ

動物歴：犬、猫現在は猫 4 匹（4 歳～18 歳まで）

経歴/Career

有限会社皆川獣医科医院

（アイ動物医療センターグループ）

経営企画室長、教育統括責任者

エム動物病院・アイペットクリニックつくば・

アイペットクリニック日立 勤務医

株式会社コジマ

病院管理部長、病院薬剤管理部長、

コジマ動物病院つくば 院長

AHB インターナショナル株式会社

（現イオンペット株式会社）

薬剤企画室長、久御山・新三郷・日の出病院 院長

【2023 年 4 月～現在】

学校法人佐山学園 教務長

アジア動物医療リハビリテーションセンター 院長

猫と飼い主さんが、少しでも安心して暮らせるような情報をお届けします。

【コラム】天高く猫肥ゆる秋

こんにちは。獣医師の小久保です。

9 月に入りました。暦の上では秋ですが、まだ暑さの残る時期でもあります。会員の皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。今回のタイトルは、「天高く馬肥ゆる秋」をもじったものです。空が澄み、食べ物がおいしくなり、馬も肥える穏やかな秋を思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。

ところが、この言葉には意外な由来があります。もともとは中国で、秋になって肥えた馬に乗り、北方の騎馬民族が攻めてくることを警戒した言葉でした。日本では、秋の過ごしやす

さや実りの豊かさを表す言葉として親しまれるようになりました。物騒な背景ですが、今ではのどかな秋の言葉です。

私は茨城県に住んでいるのですが、この時期になると笠間の栗を目にする機会が増え、秋の訪れを感じます。笠間市は栗の産地として知られ、栗菓子や店先に並ぶと、つい手が伸びます。昔は敵の馬が肥えることを警戒した言葉ですが、今では自分や猫の体重の方が気になる季節なのかもしれませんね。

では、猫も秋になると本当に太りやすくなるのでしょうか。南フランスの飼育猫 38 頭を 4 年間調べた研究では、食事は夏に最も少なく、晩秋から冬に多くなり、夏は冬より平均でおよそ 15% 少なかったという報告があります。一方、体重には季節による変化が認められませんでした。気温や日照時間が食欲に影響している可能性はありますが、一般家庭の猫を対象にした研究ではないため、「秋になれば自然に太る」とまでは言えません。季節だけでなく、食事量と運動量、体重の変化を見ることが大切です。

猫の体重が増える原因として多いのは、フードを目分量で与えること、おやつや人の食べ物が重なること、運動量が減ることなどです。家庭の猫は毎日食事をもらい、家族それぞれから“ほんの一口”をもらうこともあります。多頭飼育では、ほかの猫の食べ残しまで食べていても、食べた猫は何も教えてくれません。

人にはほんの少しに見えるおやつも、猫にとってはわずかな量とは限りません。世界小動物獣医師会（WSAVA）の目安では、4 キログラム前後の健康な猫が一日に必要なエネルギーは、およそ 225～250 キロカロリーです。20 キロカロリーのおやつでも、その約 8～9%にあたります。人の一日分を 2000 キロカロリーとして同じ割合に置き換えると、160～180 キロカロリーほどの間食を毎日しているようなものです。農林水産省の数値では、炊いたご飯は 100 グラムで約 156 キロカロリー、150 グラムで約 234 キロカロリーなので、160～180 キロカロリーなら約 100～115 グラム、一般的な茶碗の 2/3～3/4 杯ほどです。主食の量を変えずに毎日続ければ、体重が増えるのも不思議ではありません。おやつも一日の食事に含まれていると考えることが大切です。

また、成長が落ち着いた後や去勢・避妊の後、年齢とともに活動量が減ったときも、以前と同じ量を与え続けると体重が増えやすくなります。フードの袋に書かれた量はあくまで目安で、すべての猫にそのまま当てはまるわけではありません。計量カップも、すり切り方によって差が出ます。一度キッチンスケールで一日の量を量り、おやつも含めて確認してみるとよいでしょう。

猫では、数百グラムの増加でも軽く考えられません。たとえば4キログラムの猫が200グラム増えると、体重の5%です。60キログラムの人なら3キログラム増えた計算です。猫は被毛に覆われているため、毎日見ていると体型の変化に気づきにくいことがあります。体重だけでなく、上から見て腰のくびれがあるか、横から見てお腹が下がりすぎていないか、胸を触って肋骨を無理なく感じられるかも確認してみてください。

肥満は見た目だけの問題ではありません。猫では糖尿病や関節への負担、皮膚のトラブルなど、さまざまな病気と関係します。体が重くなることで動けなくなり、さらに太りやすくなる悪循環に入ることもあります。また、特に肥満傾向の猫が急に食べなくなると、肝リピドーシスと呼ばれる重い肝臓病を起こす危険があるため、自己流で食事を極端に減らすのも禁物です。減量は、体重や体型、年齢、持病などを確認しながら無理なく進めます。

食欲の秋は、食べる楽しみを感じる季節でもあります。猫にとっても食事は大切な楽しみですが、遊びや上下運動、食事を探す工夫も体重管理につながります。笠間の栗を見かけたら、秋の味覚を楽しみながら、猫の体重や体型もそっと確かめてみてはいかがでしょうか。今年の秋は、「天高く猫肥ゆる秋」にならないようにしたいものですね。