



2022/06/21 公開

## うしお動物病院にて【飼い主様向け】中医学ミニセミナーを開催しました

うしお動物病院では、6月4日（土）にペット中医学講座第3回『梅雨の養生と骨スープの作り方』を開催いたしました。

# ペット中医学講座 第3回

## 梅雨の養生と骨スープの作り方

講師 うしお動物病院 牛尾昌子

獣医師 国際中醫師 中獣医鍼灸師 ペット中医学アドバイザー

当日の講座内容「梅雨の養生について」の概要を紹介します。

### - 中医学的な病気を起こす病因とは -

中医学的に病気の原因は大きく3つあると考えます。

内因：体の内側で起こる（怒り・喜び・思い・憂い）など7つの感情

外因：体の外側からくる（暑・燥・熱・寒）など6つの邪気

不内外因：食生活の乱れや過労、外傷、休みすぎ など

### - 梅雨の不調の原因 -

- ・自律神経の乱れ
- ・水分バランスの乱れ（湿邪）

### - 大切な家族、ペットにしてあげたい梅雨の養生 -

## 大切な家族、ペットにしてあげたい梅雨の養生

### ①消化のよい食事

- 水や食物繊維が多過ぎないこと。
- 脂肪が多過ぎないこと。
- 肉類では、脾を助けるとり肉、魚類では白身魚。
- 海藻類
- 穀類を入れるなら、ハトムギ
- 野菜類では、じゃがいも、キャベツ、いんげん、えんどう、そら豆など。

### - 骨スープの栄養とは -

骨スープの作り方も紹介しました。



湿気が多い梅雨の時期には「湿邪」対策が必要です。

## セミナー後には質問コーナー



セミナー後には、質疑応答も実施されました。

## セミナーを振り返って・・・

参加された5名の飼い主のみなさま、ありがとうございました。

今回は中医学の話と食事について半半にしました。質問はやはり食事についてが多く、実用的なのだと思います。

「お話しは盛り上がり楽しかった」と感想もいただきました。今後も、飼い主さんに聞きやすい内容をお伝えできるよう、地道に継続していきたいと思います。

## 次回の開催日時は決まりましたら「老犬&老猫と暮らす」サイトで告知します。

うしお動物病院主催の中医学セミナーでは、病気になってから動物病院にいらっしゃるのではなく、健康な時から健やかな身体作りを考えること、また健康維持のためにできることをお伝えしています。

うしお動物病院では、西洋医学的な治療はもちろん、漢方治療や鍼灸治療に加えて、毎日の“ごはん”を見直す栄養指導もさせて頂いております。

主催：[うしお動物病院](http://ushio-animal-hp.sakura.ne.jp/)

<http://ushio-animal-hp.sakura.ne.jp/>