

2026/10/24 公開

寒〜い冬を、愛犬と快適・健康的に過ごすために

もうすぐ北風ピューピューの寒〜い季節がやってきます。犬は寒さに強い動物と思われがちですが、人間といっしょに室内で過ごすことが多くなった現代の犬たちは、じつは案外、寒がりやさん。冬を快適に、健康的に過ごすために気をつけてあげたいことをまとめました。

小型犬のみならず中型犬も大型犬も、現代の犬たちは屋内環境で飼育されることが多くなりました。屋外で飼育されることがほとん
どだった頃は、暑い時も寒
い時も気温の変化に順応して体温調節することがとて
も上手だったのですが、日本の急激な気候の変化もあり、現
代っコたちはどうやらそういうことが苦手になってきているようです。

もちろん犬種によっての差はあります。北方犬種や被毛の厚い犬種は寒さに強いでしょうし、昨今人気の高い小型犬種は一般的に寒さに弱い傾向にあります。また年齢によっても順応力は変化し、私たち人間が高齢になるほど寒さが身にこたえるように、老犬たちが冬を快適に過ごすためにはちょっとした工夫が大切です。

では、冬の寒さは犬にどのような影響をおよぼすのでしょうか？

●体温が低下し、血行が悪化、代謝機能が衰えます。

●免疫力が低下して、呼吸器疾患やウイルスに感染しやすくなります。

●関節に痛みが発症したり、筋肉が萎縮して運動の妨げになります。

●乾燥によって、皮膚炎の悪化や呼吸器に疾患が生じます。

冬を快適・健康的に過ごすために気をつけたいこと

犬は人間よりも低い空間で生活しています。暖房によって暖められた空気は上昇するため、人間にとっては快適な室温であっても、犬にとってはそうでない場合もあります。また床下の冷気やドアの隙間風の影響も受けやすいので注意が必要です。

1）毛布やタオルをたくさん用意しておこう

犬は靴や靴下を履きませんので、足元から冷えて
しまいます。ケージ
やサークルの中に毛布や大きめのタオルを敷いてあげると、それだけでかなりの寒さ対策になります。本格的な冬が来る前に、気温に応じて重ねて使ったり、いつでも洗い換えができるように少し多めに用意しておきたいものです。



2）犬のために最適な暖房方法を考えよう

犬にとって快適な室温は18℃～22℃。私たちとほぼ同じです。ただし犬は床に近い高さで生活しているため、サーキュレーターなどを使って空気を循環させ、床付近まで暖かくなるようにします。床暖房は肌に直接触れるので、逆に熱く

加湿器を使って乾燥にも気をつけてください。

3）ドッグウェアで体温調節をカバーしよう

特に寒さに弱い犬には、室内でも
温かくて動きやすいドッグウェアを利用してもいい
でしょう。特にお腹や腰部を冷やさないよう
にしてあげてください。屋内
と屋外の寒暖差を軽減するためにも有効ですので、寒くて散歩に行きたがらない時に、散歩に行く時だけ着用し、帰っ

てきたら脱がせてあげるのも方法です。



4）体を温める食餌メニューを考えよう

私たちが温かい
食べものを食べるとカラダが温
まるように、愛犬にも体の中から寒さ対策をしてみませ
んか。缶詰をレンジや湯せんでほんのり温めたり、ドライフードの上に温かい手づくりごはんをトッピングしたり。羊肉、レバー、マグロほかニンジンやカブ、かぼちゃなど体を温める作用の高い冬野菜を上手に利用しましょう。

犬も高齢になればなるほど寒さに弱くなり、体調を崩したり、体の節々が痛んだりして、動くのも出かけるのも億劫になります。散歩に行きたがらなかったり、体を縮こませてじっとしているような時は寒がっているサインかもしれません。しっかり防寒対策をして、寒い季節を快適に、そして元気に乗り切ってください。



監修者：ふぅ動物病院 鈴木章子先生

日本ペット中医学研究会 https://j-pcm.com/