



# 犬・笑・暮だより vol.85 アロマで夏バテ予防！



ところで、熱中症と夏バテの違いって知っていますか？ 熱中症とは、急激に体温が上がったまま、下がらなくなる病気。体温調節する体の機能が低下し、体のあちこちが不調になって最悪の場合、死亡するおそれも……。夏バテとは、暑さで疲れがたまり、食欲不振などの状態になること。病気の名前ではありませんが、放っておくと体力の低下につながります。ちなみにワンちゃんも夏バテします。その症状は、人の夏バテによく似ています。

## マッサージで代謝をアップ！

夏バテしやすいワンちゃんは、子犬やシニアのワンちゃん、太り気味のワンちゃん、持病のあるワンちゃんなど。留守中も室内の設定温度と風通しに気を配って、食事と運動を管理して、適正体重をキープしてあげましょう。体脂肪が増えると、体内の余分な熱が放散されにくくなり、ますます暑さに弱くなります。

そんな時は、マッサージをしてあげましょう。マッサージすることで、運動不足の解消や血行がよくなり、代謝も高まります。今回ご紹介するアロマを使ったトリートメントジェルは、全身を

## トリートメントジェル

<材料>  
グリセリン ……小さじ 1  
キサンタンガム …… 2g  
精製水 …… 100g  
精油 …… 2滴  
(ローマンカモミール、  
ペパーミント、  
オレンジがオススメ)



ローマンカモミール

## <作り方>

- ① ボールに沸騰させた精製水を入れる。
- ② 別のボールにグリセリンとキサンタンガムを入れ手早く混ぜる。
- ③ ①と②を加え、さらに混ぜる。とろみが出てきたら、精油を入れて軽く混ぜる。
- ④ 容器に移し、冷蔵庫に保存して1週間以内に使い切る。

## 消化器官の活動を正常に！

夏バテすると、消化器系にも、影響が出やすいですよ。そんな時は、お腹を優しくマッサージしてあげることで、消化器管が正常に活動してくれるようになります。オススメのマッサージオイルもご紹介しますので、ぜひ、試してみてください。

## マッサージオイル

<材料>  
ホホバオイル …… 100ml  
精油 …… 4滴 (オレンジ)

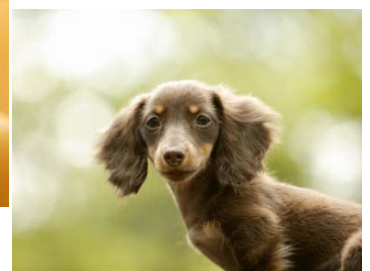
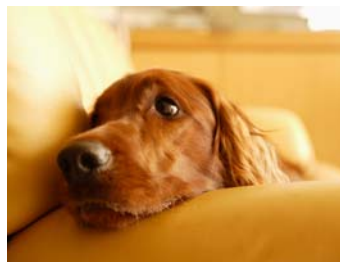
## <作り方>

- ① 作り方は簡単！ ホホバオイルの中に精油を入れて混ぜるだけ♪

ちなみに、暑い中、お散歩に行く場合はTシャツをぬらしてあげたり、保冷剤をバンドナに入れて、首に巻いたりするといいですよ。

この時、ペパーミントのオイルを1滴垂らしてあげると、ヒンヤリと虫よけのW効果になります。

これでワンちゃんも夏バテしらず！ ワンちゃんと一緒に楽しみながら夏を快適に乗り切ってくださいね。



愛犬に関するお住まい・お庭のお悩みは **庭遊館** にお気軽にご相談下さい



携帯サイトはコチラ！！

庭園工事・外構工事・管理・設計施工

株式会社 庭遊館

〒504-0945 各務原市那加日新町6-65

TEL 058-216-3110

FAX 058-216-3113

<http://www.teiyukan.jp>

