



## 夏本番！お出かけの準備はOK？



8月に入り夏本番、毎日暑いですね。どうぶつさんと一緒に夏休みの旅行を予定している方も多いと思います。今回は「乗り物でお出かけ」する際に気をつけたい熱中症の予防法についてご案内します。

### 車編



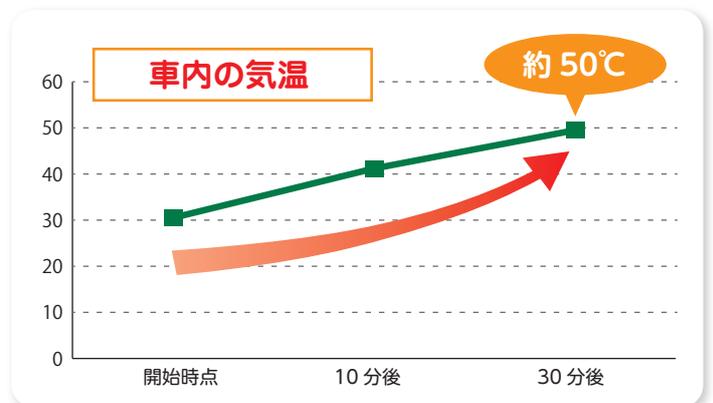
#### 1. クーラーは必須！

私たちひとは快適でも、座席の足元や後部座席にはクーラーの風が届いていないことがあります。車でお出かけするときは、どうぶつさんのいる場所にクーラーの風が届いているか、車内温度が高すぎないかを確認してから出発しましょう。

また、駐車中の車内で熱中症になったというケースも見られます。

エンジンクーラーを切った後の車内の温度がどのように変化するか実験したところ、約30℃だった車内が30分後になんと約50℃まで上がりました。体温調節がうまくできないどうぶつさんにとっては耐えがたい温度です。

少しだから…とクーラーを切った車の中にどうぶつさんを放置することは絶対にやめましょう。



#### 2. クレートの中で安心♪

車の移動中、どうぶつさんを後部座席や、運転手の膝の上に直接乗せることがあるかと思いますが、これは大変危険です。

急ブレーキをかけたりカーブをまがった時、体重の軽いどうぶつさんと座席から落ちたり、万が一窓が開いていると外に放り出されてしまう可能性があるからです。

普段からクレートに慣らしておいて、車内ではクレート内で過ごさせるようにしましょう。

①クレート内には飲み水を設置する

②凍らせたペットボトル

(直接体に触れないようにタオルなどを巻きましょう)

を置くなどして内部が暑くならないように心がけましょう。



前日にペットボトルにお水を入れて凍らせておきましょう♪

冷えすぎてしまうのを防ぐためにタオルでペットボトルを巻きましょう。ペットシートでも代用可能です。

#### 3. 適度な休憩を！

長時間のドライブは運転するひとも疲れてしまいますよね。

どうぶつさんも乗り慣れない車に長時間乗っていると疲れてしまいます。

最近はドックランを併設したパーキングエリアもありますので、こまめに休憩をとるようにしましょう。





## 1. クレート、カートで快適移動♪

電車でお出かけする際、クレートやカートにどうぶつさんを乗せることは必須ですが、クレート内が暑くならないように注意をしましょう。

熱いアスファルトの上にクレートを直接置くと、急激に内部の温度が上がってしまいます。

駅への道中や屋外のホームでは気をつけましょう。

クールマットや凍らせたペットボトルなどクールグッズの使用がおすすめです。

## 2. トイレは事前に済ませましょう

事前にトイレを済ませて、粗相のないようにしましょう。

また、電車を利用される方の中には、どうぶつさんが苦手な方もいらっしゃいますので、配慮しましょう。

地面ってどのくらい暑い？



実際に測定してみました。

地面に温度計を置いて5分後・・・

約43度にまで温度があがりました！

地面にクレートを置くと内部の気温が上がってしまうことが分かりますね。



## 1. まずは健康チェック！

飛行機は車や電車と違って、どうぶつさんと別々に過ごします。そのため、急な体調の変化に対応することができません。旅行の前にはかかりつけの病院で健康チェックをしてもらいましょう。

## 2. 航空会社への事前確認

航空会社によっては持ち込めるケージの大きさに制限があったり、短頭種（パグやフレンチ・ブルドックなど）が預けられない場合があります。

また、クレートや保冷剤の貸し出しサービスを行っている会社もありますので、給水機の取り付けの可否も含めて、事前に問い合わせをしておきましょう。

## 定期的の様子をチェック！

長時間、車や電車に乗る場合は、どうぶつさんの様子を定期的に確認しましょう。

呼吸の様子や体温があがっていないかということはもちろん、給水機のお水の減り具合も忘れずにチェックしましょう。

また、慣れない乗り物で移動すると、ストレスを感じてしまうどうぶつさんもいます。移動中に体調の変化がなくても、しばらくしてから急変することもあります。

ちょっとした変化にすぐ気づけるよう、十分にどうぶつさんの様子を観察しましょう。



# お出かけ前の確認を忘れずに！



夏の旅行を楽しくすごすために事前の準備は必須です。  
以下のチェックシートを参考にしてみてくださいね。

## 【事前確認編】

### どうぶつさんの健康状態

いつもと環境の異なる場所はひともどうぶつも少なからずストレスを感じます。  
些細な体調の変化も見逃さないようにしましょう。

### お出かけ先、滞在先近くの動物病院の場所

できれば夜間対応病院や緊急対応をしてくれる  
病院も事前に調べておきましょう。

こちらからアニコム損保の  
対応病院が検索できます。



対応病院検索

### 滞在先で使えるもの、もしくは必ず持って行かなくてはいけないもの

どうぶつさんと宿泊する場合、ケージやフード皿などの貸出をしているかどうか、事前に確認  
しましょう。

## 【持ち物編】

### 保冷剤や凍らせたペットボトル

熱中症予防には体温を上げないことが必須です。直接からだにあたらないよう、タオルなどで  
くるみましょう。翌日以降も利用できるよう、宿泊先の冷凍庫で凍らせてもらいましょう。

### お水

長時間の旅行の場合は、途中で補充しましょう。

### 酔い止め薬

かかりつけの先生に相談し、必要に応じて処方してもらいましょう。

### 持病がある場合：健康状態のメモ、「どうぶつ健康保険証」

持病がある場合、

- ①病名
- ②かかりつけの病院名（担当獣医）
- ③いつも飲んでいるお薬のメモ

を持参しましょう。

これらの情報があると、かかりつけ以外の病院に行った場合でも診療が  
スムーズです。いざという時のために「どうぶつ健康保険証」も忘れずに！



## まめ知識



熱中症になると呼吸が早くなるというのは聞くけれど、  
そもそも「呼吸が早い」や「体温が高い」ってどうやって把握するの？

動物病院では一つの手段として TPR (体温 (Temperature)、心拍数 (Pulse)、呼吸数 (Respiration)) で  
どうぶつさんの状態を把握しています。特に**呼吸数と体温は、熱中症予防には有効な情報となります。**  
平均値は以下のとおりですが、個体差もあるので、お出かけ前にわが子の普段の数値を把握しておきましょう。  
お家でリラックスしているときに計測することが重要です。

### 体温

-  小型犬：38.6℃～39.2℃
-  大型犬：37.5℃～38.6℃

### 心拍数

-  小型犬：60～80回/分
-  大型犬：40～50回/分

後ろ足のつけ根のあたりを探すと、  
ドキドキと脈をうっているところがあります。  
そこに指先をあてて測りましょう。

### 呼吸数

-  小型犬：20～30回/分
-  大型犬：15回/分

胸の動きを見て、1分間(15秒間計測し  
4倍する)に呼吸する数を測りましょう。  
熱中症の時は呼吸数が著しく増加します。



## 外出先で熱中症になってしまったときは…？

わが子が急変しても、あわてずに落ち着いて対応することが大切です。  
その場でできる簡単な応急処置をご紹介します。少し落ち着いたら近くの動物病院へ行きましょう。

### ◆ 乗り物の中

- ①うちわやタオルで風を送ってあげます。
- ②太い血管を冷やします。(例:首、わきの下など)

保冷剤などをタオルにくるみ、わきの下、  
足のつけ根、首にあてると血管が冷やされ、  
体温を下げることができます。



### ◆ 屋外

- ①直射日光が当たらない日陰に移動します。
- ②体に水をかけて、風をあててあげます。

気化熱で体を冷やすことができます。この時、氷水や  
冷たすぎる水をかけるのは避けましょう。  
表面の血管が収縮し、熱を外に発散  
させづらくなるためです。



### ◆ 共通

- ①自力でお水が飲めるようであればお水を飲ませます。
- ②お洋服を着ている場合は、脱がせるか、首・胸まわりをゆるめます。

あちち…



楽しい夏の思い出を作るためにも念には念を入れ、  
熱中症の予防に努めましょう！