

～10月12日は体育の日～
ペットのダイエット成功率は85.0%！成功の秘訣は「家族みんなで」

- 飼い主の54.8%はペットのダイエット経験有り
- 肥満と感じるペットは、犬よりも猫が多く全体の36.9%
- 75.3%がペットも飼い主も一緒にダイエットの経験有り

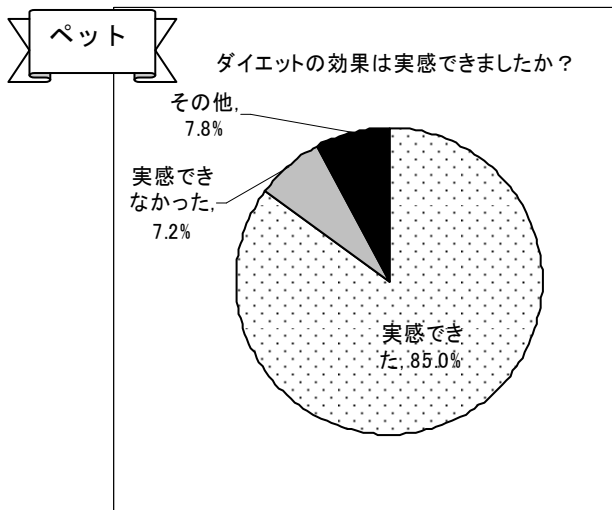
10月12日は体育の日。アニコム損害保険株式会社（代表取締役社長：小森 伸昭）では、体育の日に合わせて、契約者に対してインターネット上でペットと飼い主の運動と肥満に関する調査を行いました。

■ ペットの54.8%はダイエット経験有り

ペットのダイエット経験(複数回答)	人数	割合(%)
現在している	235	25.1
過去にしたことがある	278	29.7
すべきだと思っているがしたことがない	64	6.8
必要性を感じないためしたことがない	361	38.6
その他	33	1.6

ペットのダイエットに関する経験を聞いたところ、54.8%の飼い主が「現在している」「過去にしたことがある」と答え、半数以上がダイエット経験者であることがわかりました。

■ 「家族みんなで」が成功の秘訣！ペットのダイエット成功率はなんと85.0%



ペットのダイエット経験者のうち、その効果を実感できたかを聞いたところ、85.0%の方が「実感できた」と答えました。成功の理由としては、「わが子のために心を鬼にしてがんばった(57.4%)」、「健康のためにダイエットをせざるを得ない状況だった(25.8%)」、「家族一丸となって取り組んだため成功した(22.4%)」が上位となりました。一方で、断念した理由として最も多かったのが「家族がつい食べ物を与えてしまった(38.9%)」となり、家族みんなで目標の共有が出来ていないと成功は難しいようです。

また、特に成功の秘訣を聞いたところ「家族みんなで」「無理せず」「徐々に」「おやつは一回分の量を減らして回数を多くあげるようにすると全体の量を無理なく減らせた」といった声が多く聞かれました。

ダイエット成功の理由(複数回答)	人数	割合(%)
わが子のために心を鬼にしてがんばった	256	57.4
健康のためにダイエットをせざるを得ない状況だった	115	25.8
家族一丸となって取り組んだため成功した	100	22.4
自分のダイエットも一緒にがんばった	59	13.2
病院などできちんとプログラムを組んだため成功した	45	10.1
お散歩仲間と一緒にがんばった	18	4.0

ダイエットを断念した理由(複数回答)	人数	割合(%)
家族がつい食べ物を与えてしまった	14	38.9
かわいそうに思っつい食べ物を与えてしまった	14	38.9
しつけのごほうびとして食べ物を与えてしまった	9	25.0
喜ぶ姿を見たくてつい食べ物を与えてしまった	4	11.1

■ ペットのダイエットは食事制限が主流

具体的なダイエット方法を聞いたところ、ペットの場合は「食事の内容や与え方を変えた」と答えた方が最多の 89.9%となりました。一方で飼い主では、ペットと同じく「食事の変更」が 82.8%となるとともに、「運動の頻度と時間を変えた」と答えている方が 50.7%となりました。ペットでは同項目の回答は 16.1%であり、ペットのダイエットは食事制限が圧倒的に多いことがわかりました。

ペットのダイエットの方法(複数回答)	人数	割合(%)
食事の内容や与え方を変えた	453	89.9
おやつの内容・与え方を変えた	212	42.1
運動の頻度と時間を変えた	81	16.1
おやつを与えるのをやめた	61	12.1
ダイエットサプリを利用した	11	2.2

飼い主のダイエットの方法(複数回答)	人数	割合(%)
食事の内容や量を変えた	563	82.8
運動の頻度と時間を変えた	345	50.7
ダイエットサプリを利用した	149	21.9
ダイエットエステを利用した	32	4.7
その他	23	3.4

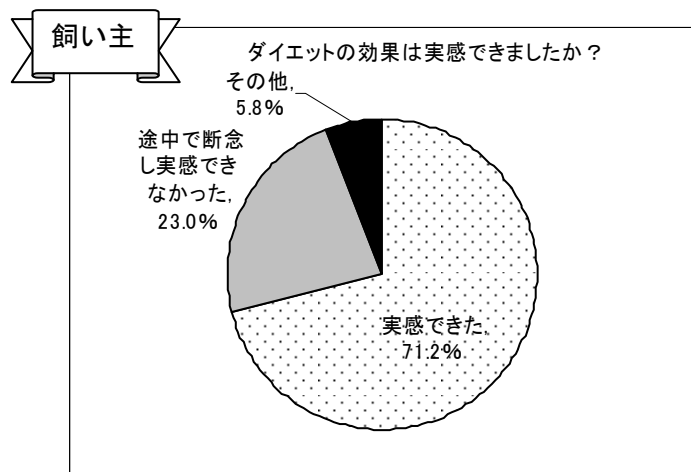
食事の変更内容(複数回答)	人数	割合(%)
量を減らした	280	59.4
ダイエット専用のフードを利用した	232	49.3
決められた量を計ってあげるようにした	115	24.4
与える時間を決めるようにした	27	5.7
すぐに食べなかったら食事を下げるようにした	25	5.3
その他	58	12.3

さらに、ダイエット方法の食事の変更内容について詳しく聞いたところ、「量を減らした(59.4%)」が最も多く、続いて「ダイエット専用のフードを利用した」と答えた方が 49.3%となりました。

ペットと一緒に行うお勧めダイエット方法では「一緒に散歩する」という声が多く聞かれ、中には「家族の腹筋時に犬をお腹に乗せて行う」「バーベル代わりに抱っこしている」といったユニークな方法も聞かれました。

■ 75.3%の飼い主がペットとともにダイエット経験有り

飼い主のダイエット経験を聞いたところ、72.5%が「現在している」「過去にしたことがある」と答え、ダイエットの効果は 71.2%が「実感できた」と答えました。



ペットと飼い主のダイエット経験

ペットダイエット経験有り 飼い主ダイエット経験有り	ペットダイエット経験有り 飼い主ダイエット経験無し
75.3%	24.7%

また、飼い主とペット双方でダイエットの経験のあると答えた方は全体の 75.3%でした。

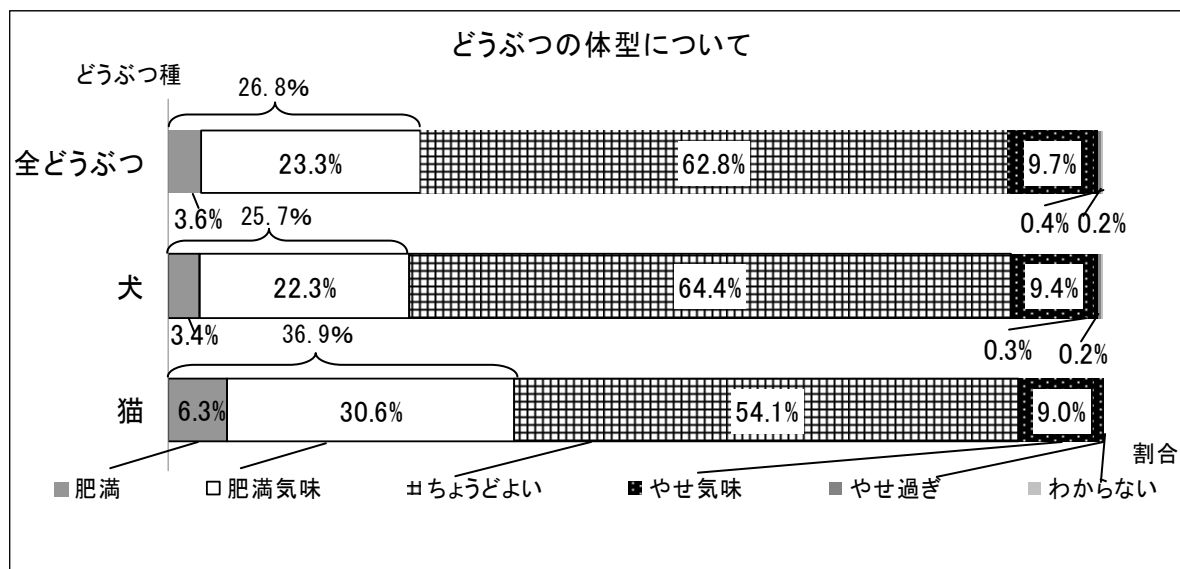
ペットと一緒に取り組む飼い主からは「私は相棒が居なければ直ぐ挫折してしまうのですが、あの待っている姿を見ると今日も頑張れます。」「外では一緒に走る(リードは付けて)と楽しい。家では一緒に手遊びやかくれんぼ、引き運動をしまくと、楽しくて笑ってお互い疲れて痩せる!」「犬の成長期に歩いて筋肉をつけておくと年を取ってから太らないと言われて、一日3時間近く歩いた。飼い主にもかなり効果があったと思う。」といった声が寄せられました。

家族みんなでダイエットに取り組むほうが効果的といえそうです。

■ ペットを「肥満」と感じる飼い主は約 27.0%（昨年調査から約 1 割減）、猫は高めの 36.9%

ペットの体型についてどのように感じているかを聞いたところ、「肥満」、「肥満気味」と感じている飼い主は 26.8%で、昨年度調査の 38.7%から比べて約 1 割減少していることがわかりました。ペットにもメタボ予防が浸透してきているようです。

また、どうぶつ種別に見てみると犬では「肥満」、「肥満気味」と答えた飼い主は 25.7%ですが、猫では 36.9%となり、犬に比べて猫の肥満が増加する傾向が見られました。



人間ではメタボリックシンドロームが身近な言葉となり、国を挙げてメタボ対策に取り組んでいます。ペットにおいても肥満は、心臓疾患、代謝性疾患、猫の糖尿病、腫瘍疾患などとの関連性があるといわれており、肥満の解消は病気の予防につながるということがわかっています。今回の調査で、ペットも飼い主も一緒に楽しみながら、家族みんなでダイエットを行うことが成功の秘訣であることがわかりました。体育の日にはちょっと長めの散歩など、ペットとの運動を楽しんでみてはいかがでしょうか。



ダイエット中のイヴちゃん



家族もペットも楽しく
運動して一緒にダイエット

【調査方法】アニコム損保のペット保険「どうぶつ健保」契約者に対し、インターネット上でアンケートを実施
【実施期間】2009年9月25日～9月29日（有効回答数 942）