



# 生肉食初心者の方へ

## とにかく生肉食を始めてみましょう

猫に健康な生肉食を始めるのは簡単なことです。ネットでは様々な種類の肉が骨ごとミンチまたは細切れの状態で購入でき、内臓やサプリメントを加えるだけで完全栄養食が作れます。また、鶏の手羽先、砂肝、レバーその他を生そのまま加えることで、ミンチの栄養を強化することもできます。多くの猫はすぐに、若しくは短期間で生肉を食べるようになります。食事回数は一日二回で十分です。

## 生肉食は簡単！

骨入りのミンチや細切れを買う以外に、ミートグラインダーや細い骨を砕けるミルの付いたミキサーがあれば、生肉食を家でも作ることができます。小さな肉の塊を、骨なしまたは骨付きで猫に食べさせて、噛んだりかじったりする機会を与えると、歯の健康及び顎の筋肉の強化にも役立ちます。

## 多様性は重要

生肉食には様々な種類の肉を使うことができます。実際、違った種類の肉を与えることは、変化をつけるだけではなく、確実にバランスのいい食事を与えるためにも重要です。鶏、七面鳥、ウサギ、羊、鹿、その他様々な肉がネットでミンチまたは細切れで買えます。骨は自然の良質のカルシウム源であり、栄養バランスのために必要なもので、骨の入った肉を選びましょう。猫にとって自然な食事は、肉、骨、内臓を含むものであり、肉だけでは不十分なのです。



唯一の違いは体の大きさ。ペットの猫も大型猫科動物も、必要とする栄養は同じ。

## 生肉食の利点

- 食べさせるのが簡単
- 臭いが少ない
- 消化に良い
- 水分含量が多い
- 必要な栄養素が豊富
- 充填剤や人工添加物を含まない
- 噛んだりかじったりすることで歯や顎の健康に役立つ
- 食べる量が少なくて済む
- 消化時間が短くなることで毛玉の生成が減る



## 何から始めれば良い？

猫に生肉食に馴染んでもらうためには、まず新鮮で良質な生肉の小さな切れ端を与えてみることから始めます。猫の好みを確認するため、数種類の肉を試してみて、その後内臓やサプリメントを加えたミンチや細切れに移行していきます。詳細は、Feline Nutrition のサイトの「[Easy Raw Feeding for the Busy Person](#) (忙しい人の簡単な生肉食)」をご覧ください。

## 何故加熱してはいけないの？

加熱をすると、肉の栄養素が壊れ、ビタミン、ミネラル及びアミノ酸が失われてしまいます。また、加熱をすることで栄養素の化学構造が変化し、猫の体内で生物学的に利用されにくい形になってしまいます。猫は生肉を食べよう進化してきたため、生肉中に存在する栄養素を効率よく摂取して良好な消化と健康を維持するようにできているのです。

## 猫の健康増進にご協力ください

フィーライン・ニュートリションへのご参加は無料です。猫の食生活を変えるために何が出来るかを、一緒に学習していきましょう。

猫は生肉食が大好き。



## 詳細

詳しくは、[FelineNutrition](#) をご覧ください。生肉食が始めての方にも、ずっと生肉食を実行してこられた方にも、科学的根拠に基づいた情報が満載です。[Facebook](#) では FelineNutrition として登録しておりますので、皆様の投稿も大歓迎です。

[FelineNutritionFoundation.org](http://FelineNutritionFoundation.org)



The Feline Nutrition Foundation is a registered 501(c)3 non-profit.