



過ごしやすい日が増えてきましたね♪

今回は食欲の秋にかけまして“必要カロリー”についてのお話です。

カロリーは食事中的エネルギー熱量の単位で表したものの。

エネルギーは生命に関わる大切な栄養要素です。

三大栄養素の炭水化物・脂質・タンパク質はエネルギー供給源であり、
エネルギーと三大栄養素は一緒に考えなければならない関係性です。

1日に必要なカロリーは成長期・維持期・高齢期・減量期など
その子のライフスタイルや時期によって変わってきます。

カロリーは“エネルギー要求量”といい**2つの見方**があります。

RER

(安静時エネルギー要求量)

適温環境下における、
正常な動物の安静時のエネルギー要求



生きているだけでカロリーを消費します。
眠っていても呼吸をしたり、身体を保つため
に臓器は常に動いてカロリーを消費します。
1日に必要な最低限のカロリーです。

DER

(1日当たりのエネルギー要求量)

各成長段階、活動度
(労役、妊娠、泌乳、成長)に応じた
平均的な1日当たりのエネルギー要求量



年齢・避妊去勢・活動量などにより
変わってきますがあくまでも目安です。
妊娠中や授乳中・ダイエットが必要など
体調や今の状態で判断していきます。



それぞれ計算式があり、まず RER を計算します。

～計算式～

$$\text{RER} = 70 \times (\text{体重kg})^{0.75}$$

電卓で打つ場合、体重の3乗後√を2回押して×70

電卓に√がない場合は、簡易式で計算します。

$$\text{RER} = 70 + 30 \times \text{体重}$$



この RER に

成長段階に合わせた数字を掛けて DER を出します。



犬

$$\text{避妊去勢済み} = \text{RER} \times 1.6$$

$$\text{未避妊未去勢} = \text{RER} \times 1.8$$

$$\text{肥満・回復期} = \text{RER} \times 1.4$$

$$\text{高齢(7歳〜)} = \text{RER} \times 1.4$$

$$4 \sim 9 \text{ヶ月齢} = \text{RER} \times 2.5$$

猫

$$\text{避妊去勢済み} = \text{RER} \times 1.2$$

$$\text{未避妊未去勢} = \text{RER} \times 1.4$$

$$\text{肥満} = \text{RER} \times 1.0$$

$$\text{痩せ気味・回復期} = \text{RER} \times 1.4$$

$$\text{高齢(7歳〜)} = \text{RER} \times 1.1$$

$$4 \text{ヶ月未満} = \text{RER} \times 3.0$$



例えば、2歳 4.6 kgのトイプードル去勢済ならば RER の計算式は

$$\text{RER} = 70 \times (4.6 \text{ kg})^{0.75} = 219.8 \text{ kcal}$$

次に DER は去勢済みの 1.6 を RER に掛けます。

$$\text{DER} = 219.8 \times 1.6 = 351.6 \text{ kcal}$$

この子の1日に必要なエネルギー量は 351.6 kcal となります。

このカロリーをもとに一日の食事量を考えていきます。



長く一緒に生活していくために、

体重管理や食事については常に考える必要があります。

どのくらい与えたらよいか？体重とカロリー数は？など
分からないことも多々あると思います。

お気軽にご相談ください！

