



[特集]

健康促進のための 愛犬コンディショニング

ブラッシング、爪切り、シャンプー、歯磨き、耳掃除……。

愛犬の健康管理に欠かせないのが日常のお手入れです。

でも、つい面倒に思ったり、

うまくできないままあきらめたりしていませんか？

とくに難易度が高いのが歯磨きのようです。

そこで今回は歯磨きをクローズアップ。

歯磨きがうまくできるようになれば、

愛犬の健康度はぐーんとアップ、

毎日の生活の快適度も、ワンランクアップします。



監修：内田恵子

プロフィール●獣医師。A Cプラザ荻谷動物病院統括院長。麻布大学獣医学科卒業後、日本歯科大学病理学教室を経て同院勤務。2012年1月より同院統括院長に。内科、神経病、行動学を中心に、脳と心の治療の研究がライフワーク。

協力：芳賀晶子 写真：中村陽子 久保直樹 イラスト：フジサワ ミカ

ボディケアの重要性を見直してみませんか

健康の秘訣は『お手入れ』にある

歯周病や口臭を予防して 内臓疾患を防ぐ

人間の場合、歯周病は狭心症や心筋梗塞、脳梗塞などの発症と深いかわりがあることがわかっていますが、犬も同様です。25万頭の犬を対象にしたデータによると、歯や口に何も問題がない犬に比べ、口臭のある犬は1・8〜2倍も慢性腎疾患にかかりやすく、歯周病と診断されている場合、その割合は2・7倍にも上るといふことです。

犬の口腔ケアについて、以前はあまり重要視されていませんでした。実際、唾液の成分や歯の形などから、人間よりも犬の歯は虫歯にはなりにくいからです。

しかし人間よりも歯周病になりやすく、放置すると、歯周病菌が全身に回って内臓疾患を引き起こしたり、歯を支える骨や口の周りの骨を溶かして穴を開けたりといった重大なトラブルを招いてしまうこともあるのです。

愛犬の口臭が気になるという飼い主さんは少なくないようです。口臭も歯周病の代表的な症状の一つです。歯磨きをす

れば、口臭は確実になくなりますので、ぜひ歯磨きに挑戦してみましょう。口臭を感じなくなれば、歯周病菌が減っている証拠です。歯周病菌が減れば、歯周病菌によって引き起こされるさまざまなリスクも軽減します。

ただし、歯周病は自然治癒しません。歯周病になってしまった場合は、これ以上悪化させないための口腔ケアと治療が必要です。幸いにもまだ歯周病になっていない場合は、歯周病にならないように今日から歯磨きを始めましょう。

お手入れが 愛犬の健康を守る

愛犬に必要なお手入れは歯磨きだけではありません。ブラッシングをしたり、爪を切ったり、シャンプーをしたり、と毎日なかなか大変です。

こうしたお手入れは、愛犬の健康を維持するためには欠かせませんが、お手入れをなまけると、毛がもつれたり汚れがこびりついて皮膚に炎症が起きたり、爪が伸び過ぎて歩きにくくなったり、ケガをしたり、耳や目の炎症が悪化したり、

つながります。

獣医師は「病気の専門家」ですが、飼い主さんは、いわば「愛犬にとつての犬の専門家」です。症状などを言葉で伝えることのできない愛犬に代わって、飼い主さんが愛犬の情報を獣医師に伝えて健康を守りましょう。

自然治癒力やバリア機能を 妨げないようなお手入れを

お手入れは愛犬の健康維持に必要な不可欠なもので、なまけてしまうとさまざまなトラブルが起きてしまいます。しかし、お手入れのやりすぎも問題で、同じようにトラブルを招いてしまうことがあります。

たとえば、ブラッシング不足が皮膚炎を招くことがあります。ブラッシングのやりすぎや力の入れすぎも、皮膚を刺激して炎症を起こしてしまうことがあります。

犬には高い自然治癒力や皮膚バリア機能が備わっています。お手入れをするときは、犬が本来持っているそうした力を損なわないように注意したいものです。

なお、犬の高い自然治癒力や皮膚バリア機能を支えているのは食べること、つまり「食べようとする力」です。どんなときでも、犬は食べようとしませんが、歯周病はその「食べようとする力」を損ねてしまいます。口腔ケアで愛犬の「食べようとする力」を維持したいものです。

と全身にさまざまなトラブルが起きてしまいます。

野生で生きていた時代と異なり、犬は飼い主さんにお手入れをしてもらわないと健康でいられません。愛犬の健康は飼い主さんが維持しているのです。「このお手入れをしなかったらどうなるか」と考えると、お手入れの重要性がよりわかります。

お手入れで体に触れることが 病気の早期発見に役立つ

お手入れそのものも重要ですが、実は「お手入れをするために愛犬をよく見ながら体に触れる」ということがとても重要です。

「お手入れタイムはコミュニケーションタイム」という言い方をすることがありますが、信頼している飼い主さんにやさしく声をかけられたりさわられたりすると、犬はとてもリラックスできます。リラックスすることは健康に良い影響を与えます。

また、愛犬を間近で見ながら体に触れることで、「食べ過ぎて太ってきたかな」「やせてきたのは何か病気だろうか」「年をとって白髪が増えたな」「歩き方が少し変かな」「ここに何かできている」など、さまざまなことに気づくでしょう。

こうした「気づき」が病気の発見の第一歩になります。何か心配なことに気づいたら、すぐに動物病院で診察を受けましょう。それが病気の早期発見・早期治療に

お手入れタイムは
愛犬とのコミュニケーションタイム



定期的に健康チェックする習慣を



年に1回は
健康診断を受けよう



犬だって
きちんと口腔ケアしよう



体を清潔に



犬用のお手入れ用具も
いろいろ出ています



触られることに慣らして お手入れされ上手な犬にしよう

お手入れがうまくできるかどうかは、愛犬がどこを触られても平気でいられるかどうかにかかっていると言っても過言ではないでしょう。

歯ブラシの慣らし方(陽性強化の基本)

大好物を準備する。



愛犬が小さいうちから慣らすことが大切。

いつもの言葉によい印象を持たせることから始めよう。



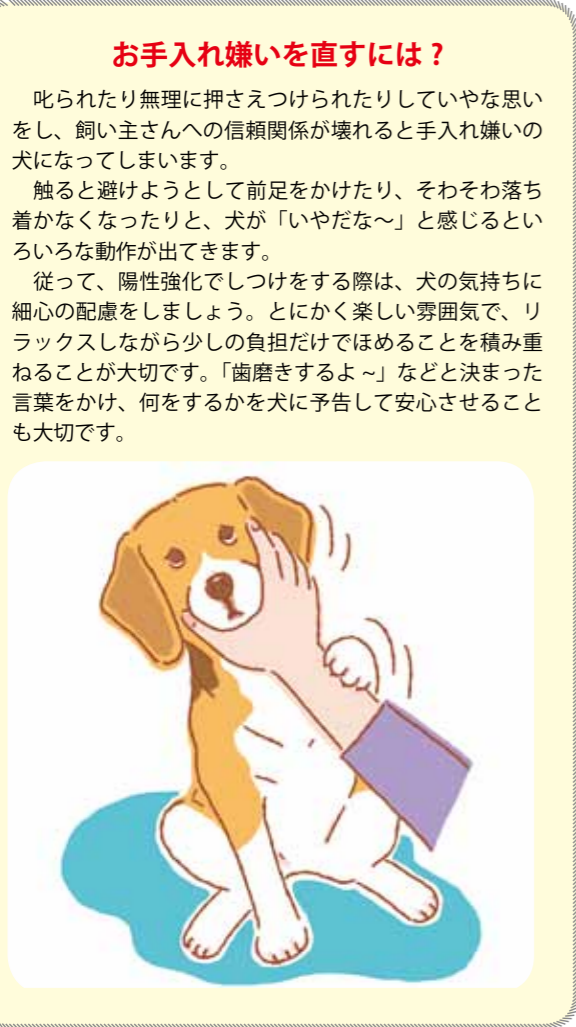
手に歯ブラシを持ち、犬が見たらすぐにほめておやつを与える。歯ブラシにもよい印象を持つようになる。

歯ブラシを持った手で軽く撫でたり、口周りにタッチしてほめながらおやつを与える。



犬は慣れてきて、口元を触られても平気になる。少しの間口の中を触って、ほめておやつを与える。

同じ要領で、少しの上達でもほめ、おやつを与えながら、歯ブラシを入れることに次第に慣らしていく。



お手入れ嫌いを直すには?

叱られたり無理に押さえつけられたりしていやな思いをし、飼い主さんへの信頼関係が壊れると手入れ嫌いの犬になってしまいます。

触ると避けようとして前足をかけたり、そわそわ落ち着かなくなったりと、犬が「いやだな〜」と感じるといろいろな動作が出てきます。

従って、陽性強化でしつけをする際は、犬の気持ちに細心の配慮をしましょう。とにかく楽しい雰囲気、リラックスしながら少しの負担だけでほめることを積み重ねることが大切です。「歯磨きするよ〜」などと決まった言葉をかけ、何をするかを犬に予告して安心させることも大切です。

お手入れが上手になる秘訣とは

●どこを触られても平気な犬にする
お手入れをしっかりと行うためには、全身どこを触られても平気なように愛犬をしつけることが必要です。口の周囲を触られることが苦手な犬は多いのですが、歯磨きではくちびるをめくられることもあります。そのようなときでも大人しくしていられるよう、触られることに慣らしておきましょう。

●じっとしていられる犬にする

また、「マテ」「フセ」「スワレ」などのコマンドにきちんと従うことができ、体を押さえられたり、体をつかまれたりしても大人しくしていられることも大切です。犬は本能的に、こうしたことをされるのを怖がりますが、お手入れではそういうことをされる機会が多くあります。「怖がらなくても大丈夫」ということを教えてあげましょう。

●正しい犬の扱い方をつける

飼い主さんも、犬の抱き方や保定のしかたなど、正しい犬の扱い方を

身につけましょう。不安定な抱き方や中途半端な保定では、逆に犬を不安にさせることがありますし、抱っこや保定から逃げようとして落ちたり、体を傷めてしまうこともあります。愛犬に痛い思いや怖い思いをさせないよう、犬の体についての正しい知識をもつようにしましょう。

歯磨きの練習開始は、生後2カ月ぐらいいがベストタイミング

お手入れの中でも最もハードルが高いものの一つが歯磨きですが、喜んで歯磨きをする犬にするには、子犬を迎えたらできるだけ早く、理想をいえば、生後2カ月ぐらいいで歯磨き教室などに通って歯磨きに慣らすのがおすすめです。

というのは、生後2カ月ぐらいいの子犬はいわば怖いもの知らずで、どんなことでも抵抗なく受け入れます。病院に連れて行かれたり口の中を触られたりしても、けろっとしていて、鳴くこともほとんどないでしょう。

しかし、生後3カ月ぐらいいになって自我が芽生えてくるころになると、

知らないところに連れて行かれるとおびえてしまったり、動物病院で注射などをされるとそれを覚えていて病院嫌いになったりします。口を触られたり歯磨きをされたりすることに對して、一度でも「怖い」「いや」などと思ってしまうと、そのあとの手入れが難しくなります。そのためにも、最初はできるだけ早いうちから口を触らせる練習を始めるのがいいのです。

陽性強化で お手入れ大好きな犬に

歯磨きなどのお手入れを上手に受けさせるには、ごほうびを使って陽性強化を行うこともポイントになります。「陽性強化」というのは、犬がよい行動を取ったらごほうびを与え、それを繰り返すことで、犬が常にそのよい行動を自ら取るように誘導する方法です。

ごほうびには、言葉でほめる、おやつ、おもちゃ、散歩などがありますが、練習の合間や最後に必ずごほうびを与えましょう。

歯磨きの練習には、犬が一番好きなおやつを使うのが効果的です。手入れ後に、せっかく歯磨きをしたのだからおやつは与えたくない、と考える飼い主さん多いと思いますが、

そのときの歯垢は次の日の歯磨きで取ればいいのです。まずは「歯磨きに慣れるため」と目的を定め、長い目で考えるようにしましょう。歯磨きの際、犬用の歯磨きペーストを使うのもごほうびになります。ペーストには犬が好きな味やにおいがついていますので、犬が喜んで歯磨きをする手助けになります。

お手入れのベストタイミングと声かけ

お手入れは、たっぷり散歩をしたあと、満足感とちょうどいい疲労感で満たされているときもベストタイミングです。心身ともにゆったりとしているこのタイミングなら、少々苦手なことでも我慢できます。

また、お手入れをするときは、道具を見せ、「お口を見せて」、「歯磨きするよ〜」などと必ず声をかけてから始めるようにしましょう。何も言わずに突然つかまったり、遊ぶように見せかけてだましてつかまえたりの見せかけでは、飼い主さんへの信頼感を損ねてしまいます。

「歯磨きするよ〜」と声をかけ、道具を見せることで、犬にもお手入れを受ける覚悟ができます。そしてお手入れ後にごほうびを与えれば、きっとお手入れが大好きな犬になります。

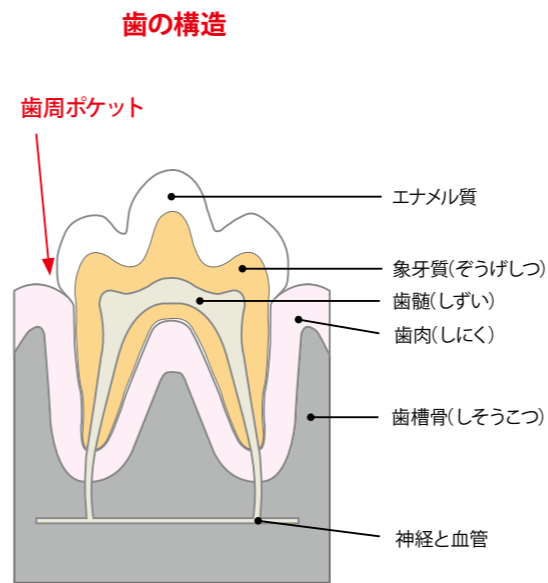
※保定…犬が診察や手入れの際に、急に動いてしまわないように支えながら抱くこと。

口腔ケアの重要性を知ろう

歯磨きなどの口腔ケアを怠ると、口の中だけでなく、全身に悪影響を及ぼします。

口腔ケアを怠ることによって歯周病が引き起こされる

人間も犬も同じで、口の中には何百種類もの莫大な数の細菌（口腔常在菌）が住んでいます。そして食事をすると、それらの細菌が粘着性の高い歯垢（プラーク）を作りだし、歯の表面や、歯と歯ぐきの間の歯周ポケットと呼ばれるすき間に付着してしまいます。



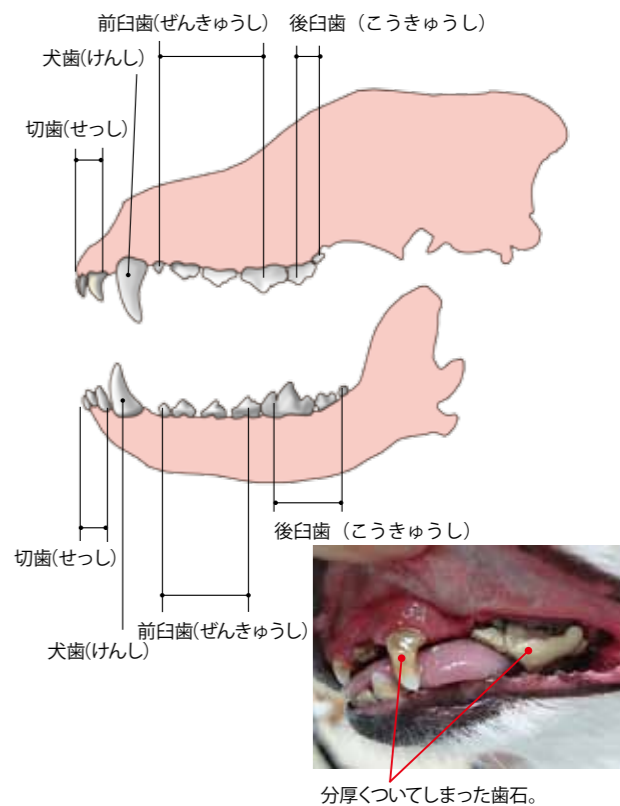
この歯垢は細菌のかたまりのようなもので、歯磨きによって簡単に除去することができます。しかし、歯磨きなどの口腔ケアを怠ってそのままにしておくと、歯垢はすぐに石灰化して歯石と呼ばれるものに変化し、歯を磨くだけでは取り除けなくなってしまう。歯石は歯よりもさらにざらしているため、一度歯石がつくと歯垢はますますつきやすくなります。

歯垢や歯石を放っておくと、細菌が増殖して歯肉に炎症を起こし、やがては歯を支えている骨まで溶かし、歯を失う原因にもなります。

これが「歯周病」で、炎症を起こす細菌を「歯周病菌」といいます。

歯周病は全身にも悪影響を及ぼす

歯周病の怖いところは、口腔内だけでなく、全身にも大きな影響を及ぼすという点です。歯や口は消化器官の一部として体全体ともつながっていますから、歯周病を放置すると、



この歯垢は細菌のかたまりのようなもので、歯磨きによって簡単に除去することができます。しかし、歯磨きなどの口腔ケアを怠ってそのままにしておくと、歯垢はすぐに石灰化して歯石と呼ばれるものに変化し、歯を磨くだけでは取り除けなくなってしまう。歯石は歯よりもさらにざらしているため、一度歯石がつくと歯垢はますますつきやすくなります。

歯磨きができない犬には「歯磨きガム」という方法もある

歯磨きができない犬には、歯磨きガムを与えるといいでしょう。最近の歯磨きガムには、歯垢を分解する酵素や、腸内環境を整えるプロバイオティクスなども含まれています。ただし、歯磨きガムの丸飲み事故、硬すぎる歯磨きガムで歯が折れる、長時間使いすぎて歯が擦り減る、というケースも起きています。歯磨きガムの選び方や与え方には十分に注意する必要があります。

愛犬の口周りを触ることができませんか？

犬にとって、口は、自分の身を守るための大切な場所。小さいときから慣らしていないと、口周りを触られることは、どんな犬でもいやがります。そのため、「歯石除去などの口のこのことは動物病院におまかせ」と

★歯磨きタイムをリラックスして楽しもう!!

犬が一番嬉しいのは、飼い主さんを心から信頼できることです。大好きな飼い主さんから無理やり痛さや怖さを我慢させられたり、歯磨きを無理にされたりすると、犬にはとても不安な嫌な記憶となってしまいます。

健康のために歯磨きはどうしても必要ですが、犬の気持ちをもっと大切にしたいものです。次のポイントを心がけて歯磨きをしてみましょう。

1) 安心感、リラックス

始める前に「遊びたい、遊びたい」と犬のテンションが上がりすぎていると歯磨きができなかつたりしますから、まずは愛犬の気持ちを落ち着かせることが大切です。

犬によって落ち着かせ方は違いますが、散歩の後にストレスを发泄させてからとか、昼寝の時間帯や夜寝る前のリラックスしているときなどと工夫をしましょう。

飼い主は、まず深呼吸をしましょう。怖い顔でお手入れ道具を持って、手入れの最中に愛犬を逃がさないように緊張するのはなく、愛犬のほうからすり寄り来てくれるように居心地良くしましょう。愛犬が大好きなことは何ですか？リラックスして気持ちよくなるように、ゆっくりなでやり、心から信頼関係を大切にしてください。



3) しつけとごほうび

いつもの声掛けで、お手入れをすることを愛犬に伝えましょう。愛犬も受け入れる気持ちになって、多少の我慢もしてくれるはず。お手入れの途中、ごほうびは何度でもあげてよいのです。お腹をなでてもらえたり、おやつをもらえるなら、愛犬は快く受け入れて、お手入れタイムを喜ぶようになるでしょう。

2) 話しかけて、楽しくコミュニケーション

「今日はたくさん遊んだから汚れちゃったね。きれいにしようかな？」など、お互いが嬉しくなるような語り口で犬に話しかけましょう。犬を無言で押さえ込むのではなく、何か楽しいことをしようかと相談するように話しかけましょう。

歯磨きガムの選び方

素材、サイズ、味、硬さなどの違いによっていろいろな種類が市販されています。愛犬の体、口、歯の大きさや形などに合わせて、小さすぎないものを選びたいものです。あまり硬いと歯が欠けてしまったりします。ちょうどよい硬さは「文具のハサミで切れる硬さ」を目安に選ぶとよいでしょう。わからない場合は、かかりつけの獣医師に相談して決めるのもいいでしょう。



歯磨きガムの与え方

犬も人と同じように利き側があるので、同じ側の歯だけで噛み続けることがないように、飼い主さんが手にガムを持ち、左右の歯でうまく咬めるようにするとよいでしょう。

【ガムを与える際のご注意】

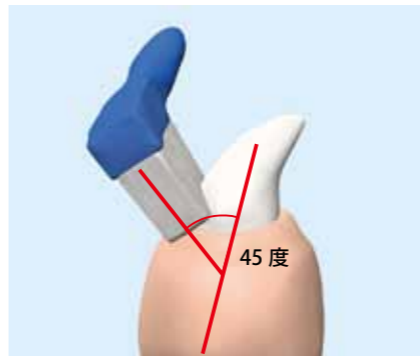
ガムを与えっぱなしにしないこと。犬に渡してしまうと、上手に歯磨きができないうちに飲み込んだり、取り上げる必要があるときに犬がうなって抵抗したり、のどに詰まらせたりする危険が生じます。

日常のボディコンディショニング【歯】 しっかりと磨いて健康な歯をキープ

歯垢が歯石になる前に 歯磨きを

歯磨きは最低でも3日に1回は行いたいものです。もちろん、毎日行うのが理想的ですが、犬の場合、歯垢が歯石になるのに3日ほどかかりますから、その前に歯磨きをして歯垢を除去することが大切なのです。

歯垢が歯石になってしまうと、歯磨きできれいにするのができなくなり、動物病院で処置してもらわなければなりません。歯石は歯



歯ブラシは歯に対して、45度の角度である。

周病の原因になりますから、歯石を作らないようにしたいものです。

歯周ポケットに 汚れをためない

歯磨きをする際は、歯と歯ぐきの境目、いわゆる歯周ポケットの部分に歯ブラシを当てて重点的にきれいにするようにしましょう。歯と歯ぐきの境目には浅い溝があってポケット状になっているため、歯垢が入り込みやすいのです。

歯周ポケットに入り込んだ歯垢をそのままにしておくと、その中で細菌が増殖し、さらにポケットが深くなってますます歯垢がたまりやすくなります。

愛犬がいやがる前に 歯磨きタイムは終了

歯磨きは大切ですが、無理強いすると犬はいやがるようになります。歯磨きを習慣化するためには、犬がいやがる前に歯磨きを終わらせることがポイントです。

歯ブラシの選び方

歯ブラシは、口の大きさや形、口の周りのやわらかさ、口唇の形などに合わせて選びましょう。ヘッドはあ程度の大きさが必要ですが、大きすぎるとうまく磨けません。また、チワワのように口周りが伸びない犬には、ブラシの毛足が短く、やわらかいものを選びます。プードルのように口周りがやわらかい犬には、ブラシの毛足が長いほうが水をよく含んで使いやすいでしょう。

歯ブラシの選び方や使い方も、獣医師に相談して使いやすいものを探しましょう。



歯ブラシはやわらかいものを。犬用のものが各メーカーから販売されているので、専用のものを使いたい。歯ブラシの幅は犬の切歯2〜3本分が目安。



歯磨きをする際は向かい合っても、膝にだっこしても、横につかせても、飼い主がやりやすい状態で。



歯ブラシの持ち方は握り持ちにすると力が入りすぎるので、基本的には鉛筆持ちにする。



ごほうびとして与えるおやつは、なるべく小さくしておく。細かくステップごとにごほうびを与えるので、大きいものを与えてしまうと肥満の原因になる。



歯の外側を磨く

早く磨くと磨き残しが出たりするので歯磨きはゆっくり優しく。ただし、あまりゆっくりすぎると、犬がいやになってしまうので、犬の様子を見ながらすること。力加減は「指にできたさくれをなでるような力」と言われる。それくらい犬の口の中はデリケートなものと覚えておこう。



歯の内側を磨く

歯の内側を磨かせる犬はかなり歯磨きに慣れている場合なので、いやがる時は無理にやらないように。無理にやると歯磨き嫌いにならないよう注意しよう。



歯の裏側を磨くときは、頭を持って顔を少し上げ、上顎と下顎の間に親指を少しはさみこませる。

すると完全に口が閉じなくなるので、犬歯の後ろ側の前臼歯（歯が少し短い）の隙間から滑り込ませる。

左右の内側を磨くが、あまり長い時間をかけないよう注意。

病気の早期発見・早期治療に役立つ 愛犬の健康診断と、家庭での健康チェック



愛犬の健康を守るには、飼い主さんの日常の観察と、獣医師の専門的な知識・技術の両方が必要です。上手に連携して健康管理に努めましょう。

健康で長生きするために 健康診断を

愛犬との暮らしでは動物病院のお世話になることが多いものです。予防接種を受けさせるときや病気・ケガのときはもちろんですが、定期的に健康診断を受けさせたり、飼い主さんが日頃観察している愛犬の様子を獣医師に伝えたりすることも、愛犬の健康管理に役立ちます。

健康診断は、年に1回は受けさせましょう。犬が年をとるスピードは人間の約4倍ですから、年に1回の健康診断でも4年に1回の計算になります。

また、7～8歳を超える頃から、半年に1度は健康診断を受けさせた方がいいです。犬の病気があつという間に進行します。ただ長生きさせるのではなく、健康な状態で長生きできるように、病気の早期発見と早期治療に努めましょう。

健康診断は、①体重測定、②視診・触診・聴診、③血液検査・尿検査・

糞便検査・レントゲン検査といった項目で行われます。

血液検査の内容は病院によって異なり、オプションで組み合わせることもできますから、獣医師と相談して決めるとよいでしょう。

健康診断の上手な受け方

健康診断はできるだけリラックスした状態で受けさせたいものですが、緊張して震えていると、聴診器を当てても心臓や肺の音がよく聞こえず、触診してもおなかの様子がよくわかりません。目や耳などの検査も、緊張した状態ではなかなかうまく検査できません。

つまり、病院が嫌いでストレスを感じる犬は、きちんとした診察ができないのです。子犬の頃から病院が好きになるようしつけを行うことが大切です。

また、健康診断を受ける前に、糞便検査や尿検査の方法について確認しておきましょう。とくに尿検査は、どのような方法で採取するのか、確

認しておくことが必要です。

診断結果はきちんと説明してもらいましょう。一つの項目が異常値を示しているからといって、すぐに病気に決めつける必要はありません。納得できるまで説明を聞き、余計な不安を抱え込まないようにしましょう。血液検査などの正常値の範囲は、病院や検査機器などによっても異なります。

家庭での健康チェックが 早期発見の決め手に

どんなに優れた獣医師でも、年1回の健康診断だけでその犬のすべてを把握することは困難です。そこで重要になってくるのが、常に一緒にいる飼い主さんからの健康情報です。左ページで紹介しているような健康手帳にまとめておくのが便利です。

たとえば、「血便が出た」とあわてて動物病院を受診しても、獣医師はその情報だけでは診断できません。しかし、ふだんから健康手帳を活用して下痢や吐き戻しなどについても

記しておけば、どのくらいの頻度で、どのくらい前から下痢や吐き戻しがあつたのかなどがすぐにわかり、診断もしやすくなります。

飼い主さんは、心配事があつても、すぐに治れば一時的なものと考えてそれほど心配はしませんが、いざという時にそうした普段からの健康情報に役に立つこともあるのです。

写真や動画も役に立つ

何らかの変化に気づいたときは、写真や画像に記録しておくのがおすすめです。たとえば、「どこか歩き方がおかしい」と感じたときは動画を撮り、「皮膚に何かできている」などの変化に気づいたときは定規などを当てて写真を撮っておきます。獣医師への説明もしやすく、あとで経過もわかりやすくなります。

さらに、普段から元気なときの様子を撮影しておくといいでしょう。現在は写真も動画も簡単に撮影できます。こまめに撮影しておく、見ても楽しく、健康管理にも役立ちます。

年 月		1カ月間 愛犬 健康チェックシート				
※1枚ずつコピーしてお使いください。チェックは週1回など定期的に行うとよいでしょう。						
記録日	日	日	日	日	日	日
体重増減 グラフ	()g	()g	()g	()g	()g	()g
理想体重	()g	()g	()g	()g	()g	()g
食欲	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし
食事量	()回/日 ()g	()回/日 ()g	()回/日 ()g	()回/日 ()g	()回/日 ()g	()回/日 ()g
元気	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし
散歩	()回/日 ()分・時間	()回/日 ()分・時間	()回/日 ()分・時間	()回/日 ()分・時間	()回/日 ()分・時間	()回/日 ()分・時間
便回数	()回/日	()回/日	()回/日	()回/日	()回/日	()回/日
便の状態 (良好・軟便など)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
毛づや	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良	良・不良
地肌の状態 (良好・フケ・かゆみ・赤みなど)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
口 ニオイ	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし
歯石	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし
歯磨き	した・しない	した・しない	した・しない	した・しない	した・しない	した・しない
耳 状態 (良好・耳アカ・かゆみなど)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
掃除	した・しない	した・しない	した・しない	した・しない	した・しない	した・しない
目 状態 (良好・充血など)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
目ヤニ	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし	ある・なし
気づいたこと						