

イベント翌日の観察チェックリスト

ドッグショー・競技会・トリミング・通院・長距離移動後の回復を見るために

監修：茂木千恵獣医師・獣医学博士／日本アニマルCBD協会 学術顧問

【このチェックリストの目的】

イベント翌日に犬がよく眠る、動きが少ないなどの変化は「疲労」「ストレス」「CBDの影響」など様々な要因が重なっています。一つの行動だけで判断せず、**イベント前の通常状態と比べて何が変わり、いつ戻るかを観察・整理し、必要に応じて主治医や専門家へ相談するための記録用シート**です。

1. 基本情報 & イベント内容

犬の名前：_____ 年齢：_____ 歳 体重：_____ kg 記録日：_____

イベント内容：☐ ドッグショー ☐ 競技会 ☐ トリミング ☐ 動物病院 ☐ 長距離移動 ☐ セミナー等 他（_____）

時間：開始 _____ 時頃 / 終了 _____ 時頃 移動時間：片道 _____ 分 / 合計 _____ 分

イベント中の様子：☐ よく動いた ☐ 長く立っていた ☐ 興奮が強かった ☐ 怖がっていた ☐ 吠え・鳴きが多かった

☐ パンティングが多かった ☐ 食べられた ☐ 水を飲めた ☐ 排泄できた ☐ いつもと大きな違いはなかった

2. CBD使用記録

使用：☐ なし ☐ あり（製品名：_____ 投与量：_____ 滴 時刻：_____）

今回の使用：☐ いつも通り ☐ 初めて使用 ☐ 増量した ☐ 減量した ☐ 時間を変更 ☐ イベントに合わせて追加

※CBDを初めて使った日や量を変更した日とイベントが重なると、翌日の変化がCBDによるものか自然な回復か判断しにくくなります。

3. 翌日の観察項目（イベント前の通常状態との比較）

評価の目安：0＝いつも通り 1＝少し違う 2＝明らかに違う 3＝かなり心配

A. 睡眠・休息	0	1	2	3
いつもより長く眠る	☐	☐	☐	☐
眠りが浅い／何度も起きる	☐	☐	☐	☐
寝場所を頻繁に変える	☐	☐	☐	☐
休んでいるが落ち着かない	☐	☐	☐	☐
パンティングが続く／呼吸荒い	☐	☐	☐	☐

メモ：_____

C. 便・嘔吐	0	1	2	3
便がいつも通り	☐	☐	☐	☐
軟便・下痢がある	☐	☐	☐	☐
粘液便／血便がある	☐	☐	☐	☐
嘔吐がある／お腹が痛そう	☐	☐	☐	☐

排便：_____ 回 / 嘔吐：_____ 回

メモ：_____

B. 食欲・飲水	0	1	2	3
食欲がいつも通り	☐	☐	☐	☐
食べる量が少ない	☐	☐	☐	☐
食べたがるが食べにくそう	☐	☐	☐	☐
水を飲む量が増えた/減った	☐	☐	☐	☐

メモ：_____

D. 歩行・痛みのサイン	0	1	2	3
歩き出し・立ち上がりが重い	☐	☐	☐	☐
段差を避ける/散歩を嫌がる	☐	☐	☐	☐
歩き方がいつもと違う	☐	☐	☐	☐
触る・抱っこを嫌がる	☐	☐	☐	☐

気になる部位：☐ 顔・首 ☐ 背中・腰 ☐ 足・お腹

メモ：_____

G. ケア・接触への反応	0	1	2	3
足拭き・顔周りを嫌がる	☐	☐	☐	☐
ブラッシング等を嫌がる	☐	☐	☐	☐
噛む・怒る反応が強い	☐	☐	☐	☐

F. 情動・反応性	0	1	2	3
物音に敏感／吠えやすい	☐	☐	☐	☐
飼い主から離れにくい	☐	☐	☐	☐
ぼんやりして反応が鈍い	☐	☐	☐	☐
唸る／怒りやすい	☐	☐	☐	☐

E. 皮膚・痒み

痒みの強さ（0=なし～10=一日中掻く/眠れない）：イベント前 ____ / 翌朝 ____ / 翌夜 ____ / 48H後 ____

行動：☐ 足先舐める ☐ 体を掻く ☐ 顔こする ☐ 耳掻く ☐ 夜間に起きる 変化：☐ 赤み ☐ 脱毛 ☐ におい ☐ べたつき

4. 判断の目安

■ 緑：記録しながら経過観察しやすい状態

食欲が大きく落ちていない / 水分が取れている / 呼吸が落ち着いている / 痛みのサインが強くない / 便が崩れていない / 24～48時間以内に普段の様子へ戻ってきている

【対応】 イベント後の自然な回復過程として、記録しながら見守ります。

■ 黄：主治医や専門家へ相談した方がよい状態

食欲低下が24時間以上続く / 軟便・下痢が続く / 嘔吐がある / 歩き方が違う / 触ると嫌がる部位がある / パンティングが続く / 夜眠れない / 痒みが明らかに増えた / 48時間経っても戻らない

【対応】 記録、写真、動画、CBDや薬の情報をまとめて主治医や専門家へ相談してください。

■ 赤：早めの受診を考える状態

ぐったりしている / 立てない・歩けない / 呼吸が苦しそう / 舌や歯ぐきの色が悪い / 発作が起きた / 繰り返し嘔吐する / 血便・黒色便がある / 強い痛みが疑われる / 急激に悪化している

【対応】 CBDの評価よりも先に、動物病院への相談・受診を優先してください。

5. 48時間後の確認

状態：☐ ほぼいつも通りに戻った ☐ 一部の変化が残っている ☐ あまり戻っていない ☐ 悪化している

残っている変化：

相談したいこと：

CBDを使用している場合も、単独で「効いた」「合わなかった」と判断せず、全体の変化をあわせて評価してください。
協会推奨商品をご購入の方には、日本アニマルCBD協会 学術顧問・茂木による無料の観察アドバイスをを行っています。