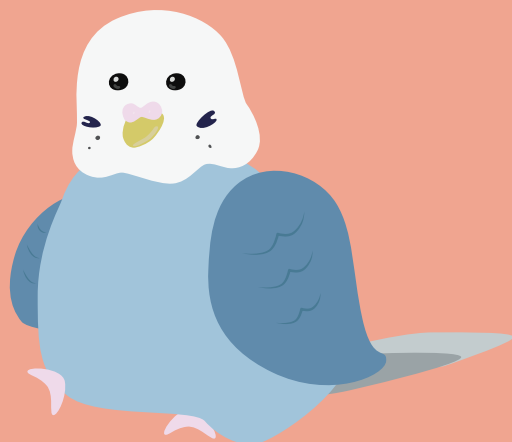


我が家の インコダイアリー



×



セキセイインコの飼育を学ぶ4つのLessonと楽しみながら記録できるワークシートを通してセキセイインコの目線で暮らしの幸せを考える手帳型飼育ブック。

ーこの手帳についてー

飼育されているインコにも感情があり、幸せや嬉しさを感じることは

インコの長生きにも効果的です。

インコは繊細な生き物で、実は人間とも似ている部分がたくさんあります。

だからこそ、私たちはインコに惹かれるのかもしれません。

あなたのお家のインコはどんな性格ですか？

日々愛情を持って観察することで、その子の行動パターンや個性が見えてきます。

飼い主である私たちが、個性に合わせた飼育を心がけることで

インコにとっての幸せな毎日に繋がるでしょう。

この手帳はインコと暮らす上で知っておくべきことを記載した情報ページと日々の記録を

楽しみながら行うことができるワークシートに分かれています。

情報ページを通して全般的なインコの知識を理解し、

ワークシートに記録することで自分の家のインコを深く知る。

インコとその飼い主の幸せを考える第一歩として、

この手帳が役に立つことを願っています。

目次

Lesson1 「インコを飼うあなたへ」

- 1 ヒナから育てる方へ p5
- 2 ヒナの時期を大切に p6
- 3 プロフィールを記入しよう p7

Lesson2 「インコと暮らそう」

- 1 地域に寄りそうペットショップに取材 p9
- 2 インコのえさの種類 p10
- 3 インコの肥満による健康リスクについて p11
- 4 インコの体重記録をしよう p12
- 5 インコのフンと健康状態の関係 p13
- 6 動物病院がインコにできること p15
- 7 まいにちの記録シート p16

Lesson3 「インコらしい暮らし」

1	家庭で飼育されているインコの課題	p18
2	インコのためのエンリッチメント	p19
3	採食エンリッチメントにチャレンジ	p20
4	手作りおもちゃのすすめ	p21
	MEMO	p22

Lesson4 「私たちができること」

1	インコに関する HOW TO 教室	p24
2	思い出アルバムを作ろう	p26
	参考資料	p32

Lesson 1



インコを飼うあなたへ

Lesson1-1

ヒナから育てる方へ

はじめに

インコは何年も昔からペットとして飼育されており、人々に癒しや元気を与えてくれる存在です。

しかし、インコは初めて見るものや場所、他のインコがいない環境に不安を感じる生き物。そんなインコたちに私たち飼い主ができることは正しい知識を身につけ、インコの個性にあった飼育をすることです。はじめは慣れないことばかりで戸惑うこともあります。たくさんの愛情を注ぐことで、次第にインコも心を開いてくれるでしょう。

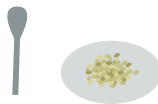
準備するもの

①ブラケース



止まり木に登ることはできないため、ヒナの場合は防寒性もあるブラケースを使いましょう。

②餌・スプーン



インコのヒナには栗玉やむき餌を溶通しして与えます。インコに餌を与える際は小さなスプーンがあると便利。

③床材



ブラケースの底は固く冷たいため、床材を敷いてあげましょう。幼いヒナの体を固定する役割も果たします。交換頻度は最低でも1日1回。

④ヒーター



ヒナのケース内は30℃ほどがベスト。ヒーターの設置箇所や温度管理については製品ごとに異なるためきちんと把握した上で適切な方法で使用しましょう。

ヒナへの接し方

迎えた初日はあまり構わずにそつと見守ってあげましょう。



- ・その後は餌をあげるときに数分だけ手にのせるなどして少しずつ人間に慣れさせていくと◎。
- ・基本的に温度管理に気を付けつつ、刺激を与えないよう暖かい場所で静かに過ごさせるのがベター。

えさをあげる時



2～3回はこの作業を繰り返し、ヒナが食べやすいように処理してあげましょう。



お湯を切って、インコの口元にスプーンを持っていきましょう。餌が冷めないうちに与えることを心がけてください。

Lesson1-2

ヒナの時期を大切に

1. インコの成長はとても早い！

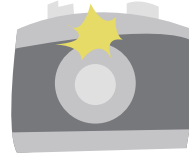
人間が十数年かけて成長していく過程を、インコはたった半年ほどのスピードで駆け抜けていきます。だからこそ、1日の間にどのくらい成長するためのエネルギーを得ることができたかが非常に重要となるのです。

インコの体の基礎を作るこの期間をどう育てあげるかで、インコの一生は左右されると言っても過言ではありません。



2. ヒナはわずかな刺激にも敏感

インコをヒナから育てることで、またとないインコの成長を自分の目で見届けることが出来ます。そんな我が子のようなヒナの成長を写真として記録しておきたい！と思う気持ちはわかります。しかし、インコのヒナは慣れない環境で過ごすことにはじめは大きな警戒心を抱いています。はじめのうちはむやみにカメラを向けたりすることは控えましょう。



3. 食事の時間を阻害しないように

インコのヒナの中には警戒心が強く神経質なタイプのコに対し、食事においては特に配慮が必要です。ヒナの期間においては、1日に食べた量が1グラムでも減ると将来的にインコが本来成長すべき大きさにまで成長することができずに、寿命が縮まってしまうことが明らかとなっています。ただ、食がもともと細く食べられる量が少ないインコがいることも知っておいてください。挿し餌期間に大事なものは、インコの「食べたい」という気持ちを削がないこと。可愛い飼鳥だからこそ、はじめのうちは特に食べる行為を阻害しないよう気をつけましょう。



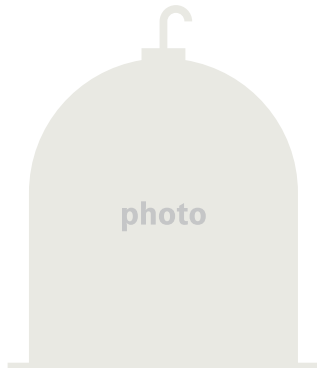
インコにも分泌される 幸せホルモン

私たち人間が幸せを感じたときに分泌される「オキシトシン」。この「オキシトシン」には精神を安定させたり、安心感を高める効果があり、長寿のもととも言われています。

そんな幸せホルモンが、人間に深い愛情を注がれているインコにも分泌されることが最近の研究で明らかとなりました。互いに強い信頼関係を築き、理解しあうことでインコに人間と暮らすことで幸せを感じることが増えてくれるようになると嬉しいですね。

Lesson1-3

プロフィールを記入しよう



おなまえ

性別



オス



メス

生まれた日 or おうちに来た日

年

月

日

飼い主の情報

住所 〒 -

電話番号

近くの動物病院

なまえ

電話番号

MEMO（インコの性格や好き嫌いなど）

Lesson 2



インコと暮らそう

Lesson2-1

地域に寄りそう ペットショップに取材

ペットショップには飼育のヒント
がたくさん！

ペットショップはインコと飼い主が初めて出会う場所だけでなく、飼育に便利なグッズが販売されています。さらに、インコを扱っているペットショップの店員さんの中にはインコに関する知識が豊富な方もいるため、日々の飼育に関するヒントをたくさん得られるかも。今回、札幌市にあるペットショップの方にお話を伺いました。

●飼育グッズについて

こちらのペットショップ小泉さんでは、インコ関連のグッズの品揃えは約1000種類ほど！頻繁にメーカーから新しい商品が入ってくるそう。また、インコをヒナから飼い始める人に向けた飼育グッズがセットで販売されているので、初めての人でも安心して購入することができます。



店内の様子



ヒナ用飼育グッズセット

●ペットホテルもある！

ペットショップ小泉さんには小動物や猫を対象としたペットホテルがあり、年末年始やGWなどの連休シーズンにペットを預けにくる方が多いそう。中には飼い主が急に入院することになり他にあ世話できる人がいない場合にもペットホテルを利用することができます。思いがけないトラブルがあっても近くに預かってくれる場所があることは、飼い主にとっても安心です。

ちなみに繁忙期には店内のペットホテルコーナーに収まらないくらい沢山の動物がやってくるほど人気だそうです。

Lesson3 の

「手作りおもちゃのすめ」内でも
店内にある手作りおもちゃについてお話を
伺っています！



📍 ペットショップ小泉

〒001-0023

札幌市北区北 23 条西 4 丁目 2-25

創業 61 年、小鳥やハムスターなどの小動物を数多く販売しているペットショップ。

家族で経営されているお店で、ペットに関する相談などお客さんと近い距離での関わりを大切にしている。

インコのえさの種類

インコに与える餌の中でも主食として与えられているのは以下の 4 つです。ヒエやアワは、市販で売られているインコ用の混合フードに必ずと言っていいほど入っている主要なシード類。また、えん麦は皮を向く作業によってインコが楽しみながら食事ができたり、キビはカロリーが低い一方炭水化物が多く含まれているといった特徴があります。



ヒエ



アワ



えん麦



キビ

主食系



ひまわりの種

脂肪分の高い餌はおやつに

インコの餌の中でも脂肪分が高いひまわりの種やドライフルーツなどは 1 日に数回など、量を決めて与えましょう。



ペレット

完全食も選択肢の 1 つ

ペレットは栄養バランスを考えたで作られたインコのための完全食です。老鳥にも与えやすい一方、通常の餌を食べ続けていたインコはペレットに切り替えることが困難だったり、単調な食生活になることも考えられるため、飼い主はよく考えた上で最適な選択を取りましょう。

Lesson2-3

インコの肥満による健康リスクについて

●インコにとって肥満は大きなリスク

肥満はインコのあらゆる病気に結びつく一方、即死の要因とはならないため飼い主が見逃しがちな健康問題です。また、野生環境と異なり、食べ物を探す必要がないところかいつでも餌が得られる状況にあるため肥満のリスクも一気に高まります。肥満のリスクを知った上でインコの健康を管理していくことが私たち飼い主がやるべきことです。

インコが太る原因

1

部屋が明るい時間が
長い

部屋が明るいことによりインコが餌箱の前にいる時間が増えて、よりたくさん食べるようになります。

2

おやつ
与えすぎ

インコが食べている様子は愛らしく、ついついおやつをたくさん与えてしまう方もいますが肥満のリスクが非常に高まります。

3

代謝の低下

老化により代謝が低下すると栄養の吸収スピードが落ちますが、歳をとる実感がないインコは若い頃と同じ量を食べ続けてしまいます。

4

寂しさを
埋めるため

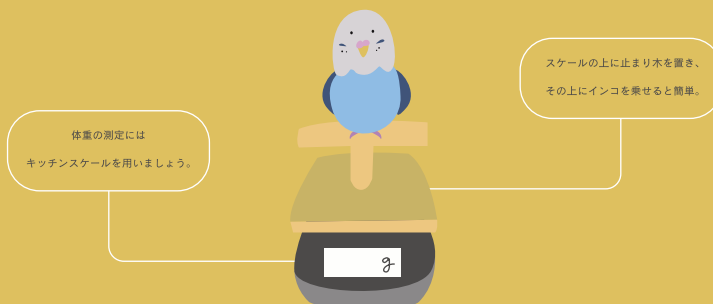
1羽で飼育されているインコは仲間がいないことや人間が構ってくれないことが原因で過食に走るケースも見られます。

体重測定のやり方

インコの肥満を防ぐために、日常的な体重記録を行いましょう。

定期的な記録しておくことで飼い鳥の平均体重を知ることができます。

平均よりも体重が増えた場合、少しずつ餌の量を減らして調整してみるなどの対策を行いましょう。



Lesson2-4

インコの

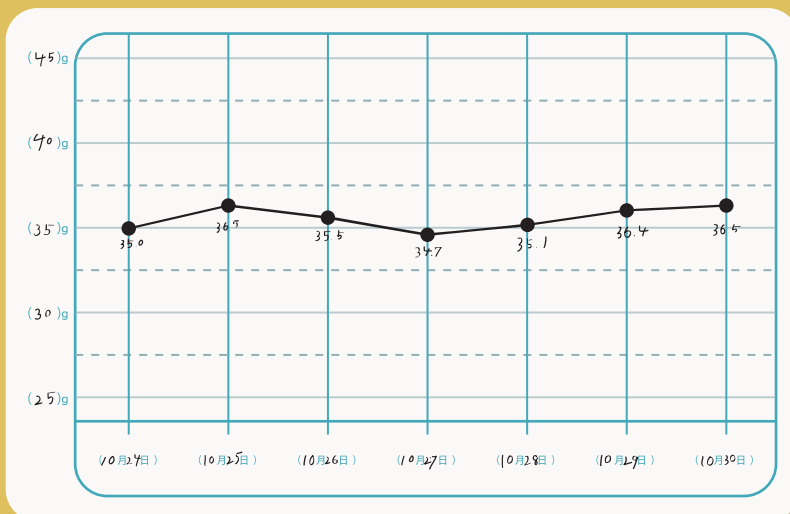
体重記録をしよう

Lesson2-3 にある体重測定の様子を参考にインコの体重記録を始めましょう。セキセイインコであれば平均体重は 30～40g と言われていますが個体差もあり、平均よりも多い・少ない体重のインコでも全く健康に問題のない場合があります。大切なのは、そのインコにとっての適正体重を知ること。可能であれば毎日記録して過度に体重の変動が目立つ場合は、食欲変化の要因やエサの量や種類の偏りがないか見直してみましょう。

【記録シートについて】

- ・縦軸の体重、横軸の日付は書き込み式になっており、1 ページで一週間分の体重の記録ができます。
- ・表の中に記録した体重を線で結ぶことで、一目で大まかな体重の推移がわかるので1 ページ記録することを確認しましょう。

【記入例】



	(月 日)	(月 日)	(月 日)	(月 日)	(月 日)	(月 日)
()g						
()g						
()g						
()g						
()g						

()g

()g

()g

()g

()g

(月 日) (月 日) (月 日) (月 日) (月 日)

	(月 日)	(月 日)	(月 日)	(月 日)	(月 日)	(月 日)
()g						
()g						
()g						
()g						
()g						

()g

()g

()g

()g

()g

(月 日) (月 日) (月 日) (月 日) (月 日)

Lesson2-5

インコのフンと健康状態の関係

インコのフンは、インコの健康状態を知るための重要な手がかり。

毎日の敷き紙交換や放鳥の際にはインコのフンをよく観察してみましょう。

【正常なフン】



- ・カンマ状のフン
- ・真ん中にある白い固形物は尿酸

【軟便】



- ・フンの形が崩れている
- ・水分量が多い

【下痢便】



- ・形がほとんどない（もしくは、ない）

●軟便や下痢便は不調のサインかも？

軟便や下痢便の場合、考えられる原因は以下の通り。ただ、飼い主自身での正しい原因の発見は非常に困難なことなので、日々の観察でフンに異常が見られる場合は、ためらわずにすぐ病院に連れて行きましょう。

【軟便や下痢便の原因】

- ・発情期
- ・産卵中
- ・塩土やボレー粉の過食
- ・胃や腸の疾患（感染症、腫瘍、異物など）
- ・総排泄腔疾患（炎症、腫瘍など）
- ・腹腔内疾患（炎症、腫瘍、内臓疾患など）
- ・腹腔内疾患（生殖系疾患）



不調を見つけてあげるのが、飼い主の仕事



排泄物の色で見るインコの不調

●フンの色



黒

通常のフンも少し黒っぽいですが、病気の可能性があるフンはつやつやとした見た目が特徴です。黒いツヤのあるフンは非常に危険な状態。すぐ病院へ。



赤

血便なのかの見極めが重要。フンを擦った際にどこまでも赤い跡が残る場合、血便なので危険。赤いカラーペレットを食べた後に出るフンの場合は安全。



濃緑

フンが濃緑の場合は主に食べたものが原因。青菜を食べた後にも出ますが鉛中毒が考えられるので注意。下痢状の場合は主に飢餓の場合に見られます。



薄い or 白

通常のフンが白っぽくなることはありません。内臓疾患からくる消化不良や中毒症状を疑いましょう。

●尿の色



黄色

インコのフンの中心部にある尿酸部分を見てみましょう。尿酸が黄色く変色している場合は感染症や内臓疾患が考えられます。



緑

尿全体が緑がかっている場合は急性の感染症、尿酸が緑色の場合はオウム病の可能性あり。赤と緑が混ざっている場合危険な中毒症状かもしれません。



赤

赤い尿が出ている時は中毒症状や内臓疾患が考えられます。観察する際は、敷き紙の赤いインクがしみている場合もあるので注意して見てみましょう。

◎尿の量が多い場合

インコの尿にはフンの中心部分にある尿酸、または透明な尿の2種類があります。このうち、透明な尿が多い場合は水を飲む量が多いことが考えられます。塩土をかじりすぎた場合や心因性のもの、発情によるものが原因としてはじめに考えられますが、内臓疾患や感染症、異物混入などの可能性もあるのでインコの様子をよく観察してください。

動物病院が インコにできること

インコの不調サインを見逃さない

インコは体に不調があっても飼い主に言葉で伝えることは不可能。しかし飼い主が日々、インコの様子を観察することでインコの不調のサインを発見することができます。もし体調に異常がみられるような際はその時点ですぐに動物病院（できれば鳥を専門とする病院）にインコを連れて行きましょう。現在ではインターネット上を検索すると似た症例が見つかるかもしれませんが、そうした情報に惑わされた飼い主が単独で誤った判断をしてしまうことは大変危険。正しい知識のある専門家に自分のインコを診てもらいましょう。

動物病院では主にどんなことをする？

検査

・糞便検査

色や形状に異常のあるフンを顕微鏡で見て、菌や消化について調べます。

・そ嚢検査

食べたものを溜める「そ嚢」からそ嚢液を観察し、原虫や真菌を調べます。病院によって行なっていない場所もあるので希望する際は事前確認が必要。

・レントゲン検査

骨折の疑いがある場合や内臓や肥満の状態、メスの場合は骨周りのカルシウムの蓄積度合いで発情の状態を確認します。

・ウイルス検査

ウイルスが原因の感染症などを検査で確認することができる。

治療

・ケガの治療

骨折の場合は骨をピンで固定し、骨の修復を待ちます。ケガにより大量の出血を伴う場合は同種の鳥から輸血します。火傷の治療が行える病院もあり。

・ネブライザー治療

真菌の侵入による肺炎や気嚢炎の場合は、霧状の抗生物質を吸わせて治療します。

・点滴治療

背中の皮下に薬剤を注射し「液溜め」をつくって体に吸収させる点滴治療は様々な状況で行います。

・入院看護と酸素吸入

急変の可能性がある場合や、手術の前後に主に行われます。

●健康診断に連れていこう

インコの病気も早期発見することができれば、治療をすることで完治する可能性が上がります。もちろん定期的な健康診断は病院で行われるため、その都度お金がかかります。しかし、健康診断をせずに後々になって重大な病気が発覚してしまうとそれ以上の費用がかかってしまうこともあります。インコのためにも、病院で定期的に診てもらいましょう。

まいにちの記録シート

インコが病気になったり若くして亡くなってしまうりする最大の要因は、飼い主の観察が行き届かないことや認識の甘さと言われています。インコを観察するだけでなく、飼い主である私たちがインコにどれだけ寄り添ってあげられているかを振り返るための手段として記録を始めましょう。

【1 日分の記録例】



飼い主が心がけることリスト

下記の「飼い主が心がけることリスト」を見て、その日できたことの番号に対応している部分に色を塗ります。

1 室内やかこの温度はインコにとって適切である

→かこの室温は一般的に 25～30℃。インコが羽毛を膨らませていたり、寒そうにしていなければチェックしつつヒーターで調整しましょう。ただ、インコの呼吸が荒くなるのは避けるサイン。

2 インコをかこから出してあげた

→狭い空間で1日中過ごすのはインコにとってストレスのもと。1日1回は必ずインコをかこから出して遊んであげましょう。

3 放鳥時はなるべくインコから目を離さずにいた

→放鳥時に目を離していたことが原因で、思わぬ事故を引き起こすことに繋がるケースも。

4 かこの中や床は清潔に保たれていた

→インコの誤飲に繋がるものやインコにとって有害な食べ物（特にアボカドやチョコレート）が落ちていないかチェックしましょう。かこの中の敷紙は1日1回取り替えます。

5 インコの生活リズムに合わせた明るさ調整を行った

→一日中は直射日光の当たらない明るい場所に、夜は夕方過ぎや遅くとも日付が変わる前にはかこを布で覆うこと。

シートはカレンダータイプになっているので毎日忘れずにチェックを行いましょう。



インコの体調チェック

下記のチェックリストを参考に、飼育しているインコの体調や行動で気になる部分をメモしておきましょう。

遊んでいる最中に突然眠ってしまうことがあった

→いつも活発なインコがこうようになった場合、高確率で病気のサイン。

フンの色や形状がいつもと異なる

→食べたものや病気によってフンの状態は変化します。Lesson2-5を参考に異常が見られたら病院へ。

エサを食べる量が大きく変化した

→食欲不振は絶対放置しない。1日処置が遅れただけで命を落とす危険も。

体重に大きな変動が見られた

→食欲不振によるものや、日々の体重記録で大きな変化が見られる際は病院へ。

エサの吐き戻しやそうした動作が見られた

→発情による吐き戻しは首を縦に降り一箇所に吐きますが、体調不良による嘔吐の場合は首を左右に振りながら周囲に撒き散らします。

発情期に入っている

→基本的には刺激を与えないように見守りましょう。過度な発情や長期に渡る場合は病気に繋がる危険性があります。

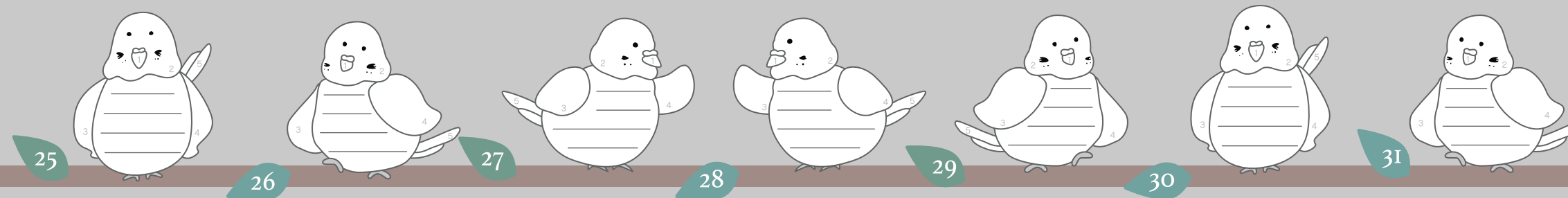
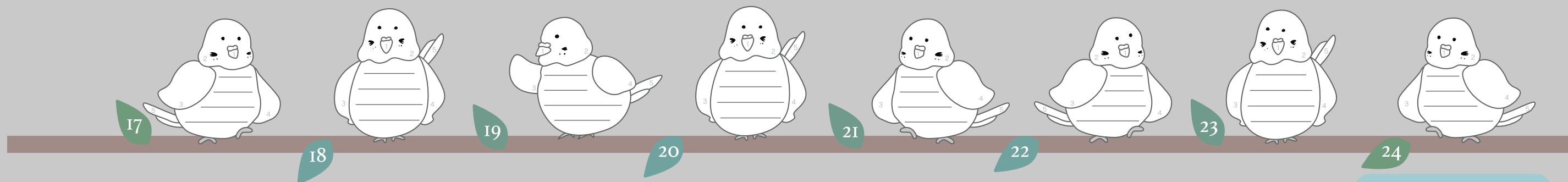
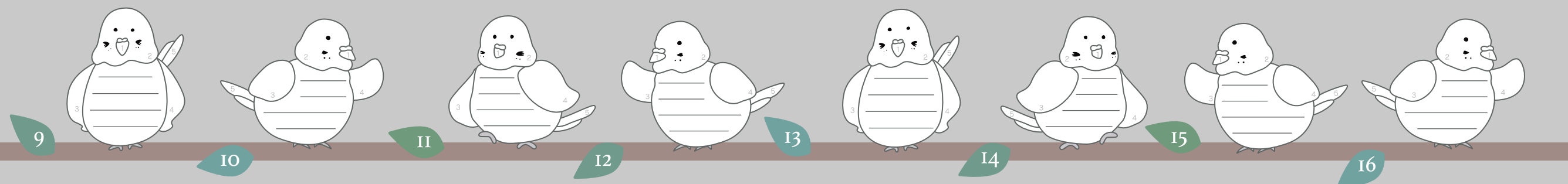
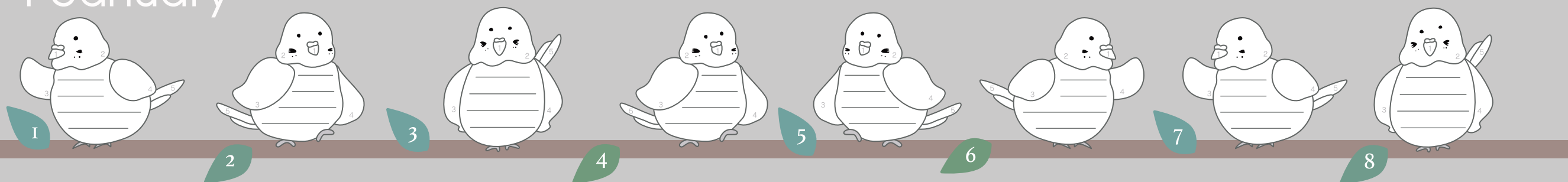
いつもと比較して怒りっぽい、攻撃的

→発情期によるものもありますが、ストレスによる原因も。今一度、インコの飼育環境や関わり方を見直してみましょう。

毛引きをしていた、もしくはしていた跡があった

→脇下の羽毛が減り始めたなら毛引きのサイン。内臓疾患や精神的なものが原因として挙げられますが、早めに鳥の専門医に診てもらいましょう。

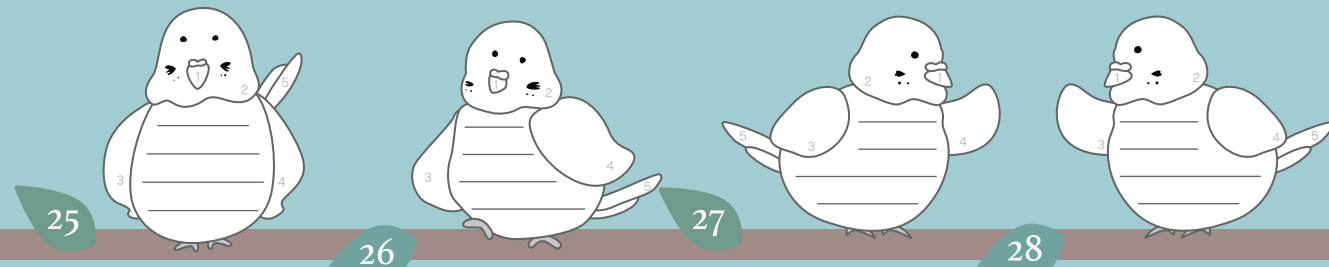
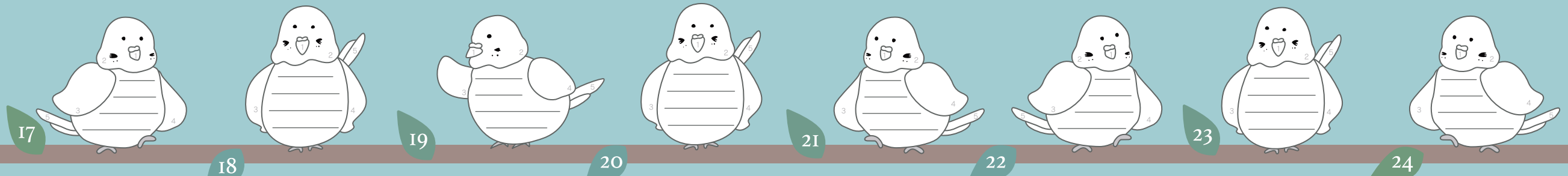
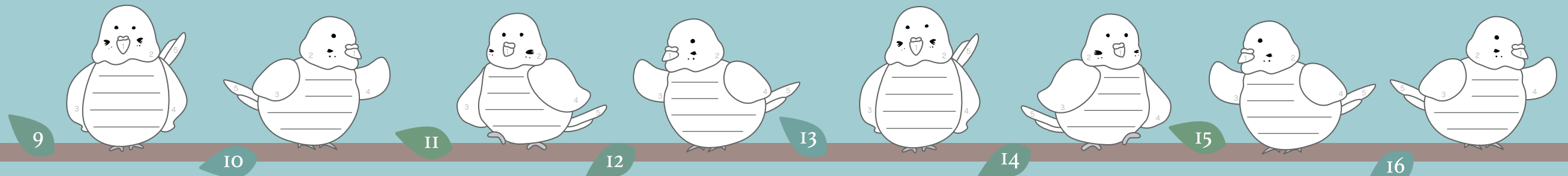
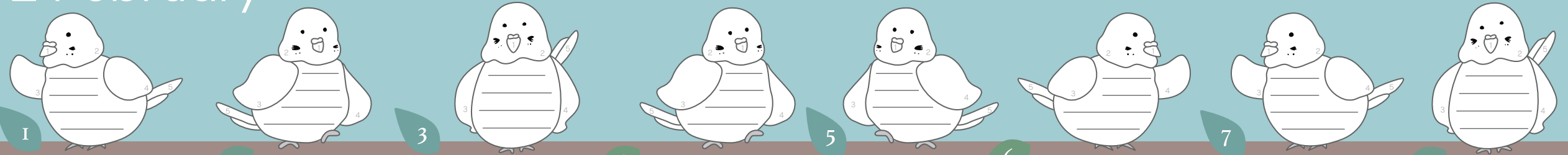
1 January



ーインコのコトー 冬の産卵シーズン

メスのセキセイインコは繁殖期に伴い産卵します。また、冬の時期は日光不足による低温から、卵詰まりを起こしやすい時期でもあります。卵は体重の変化やお腹を触ることで分かるので触知してから24時間以内に産卵していない場合は病院で診てもらいましょう。

2 February

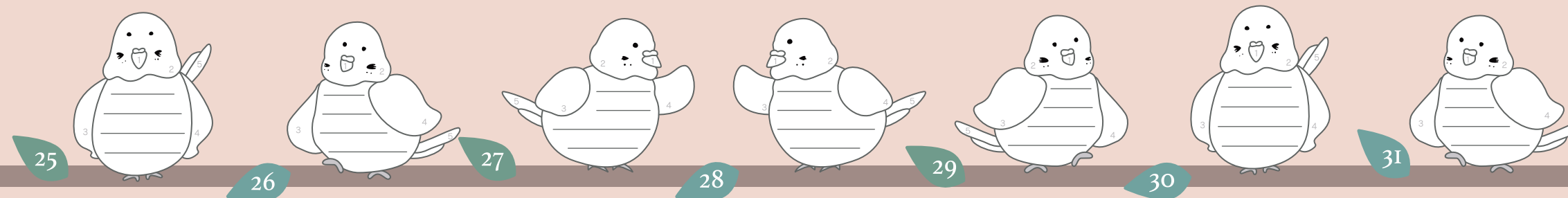
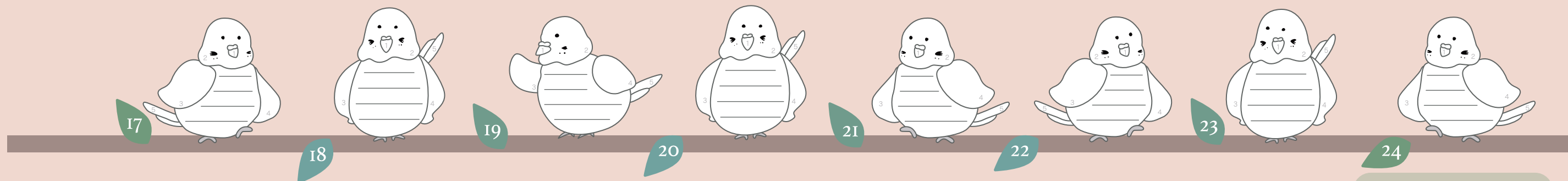
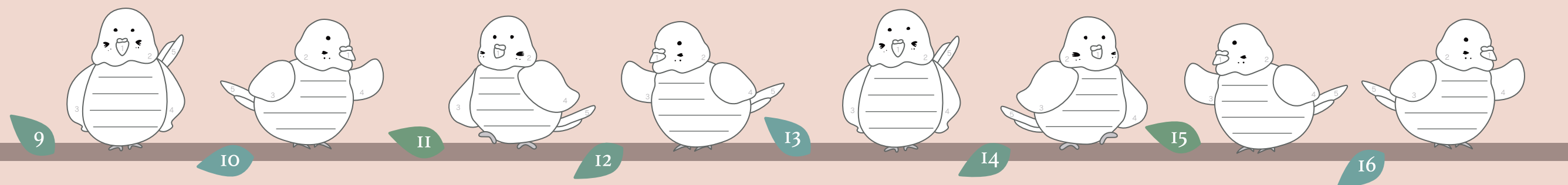
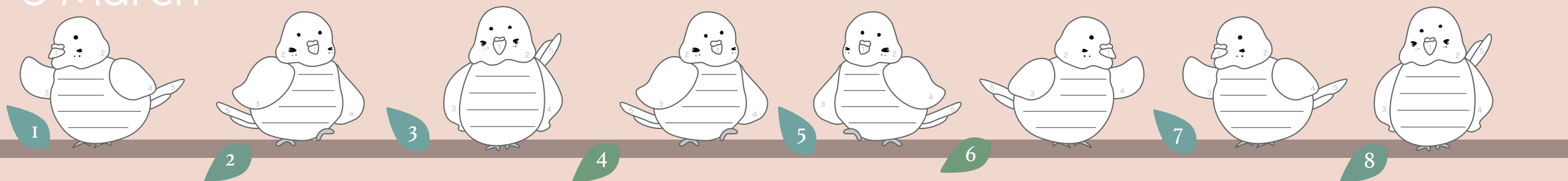


—インコのコト— 一目で分かる、インコが寒い時の仕草

これまで紹介してきた通り、インコの体は羽毛で覆われているとはいえ寒さや気温の変化に敏感です。インコが眠る時に顔を羽毛に埋めていたり、体全体の羽毛を膨らませている、片足をあげている場合はインコが寒さを感じている可能性が高いです。

これらの行動を温度調節をしてあげるための目安として、冬の時期や朝晩のインコの様子をチェックしましょう。ただ、部屋の温度を見た際に問題がなければインコがただ休んでいるだけの場合もあるのでその際はそっと見守ってあげましょう。

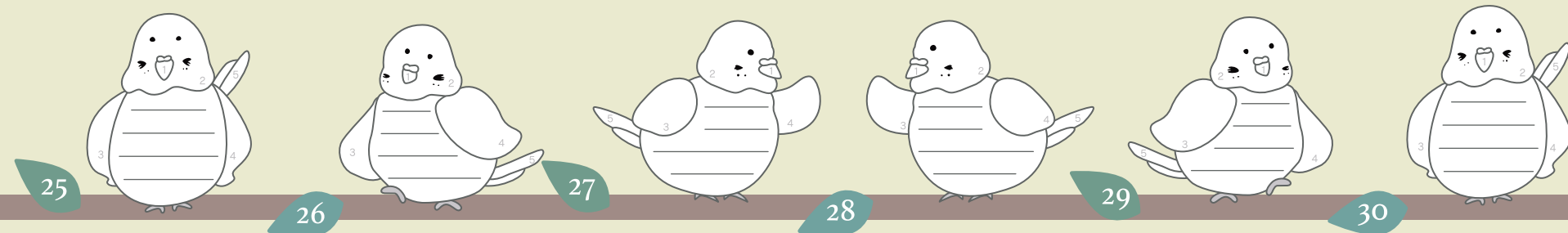
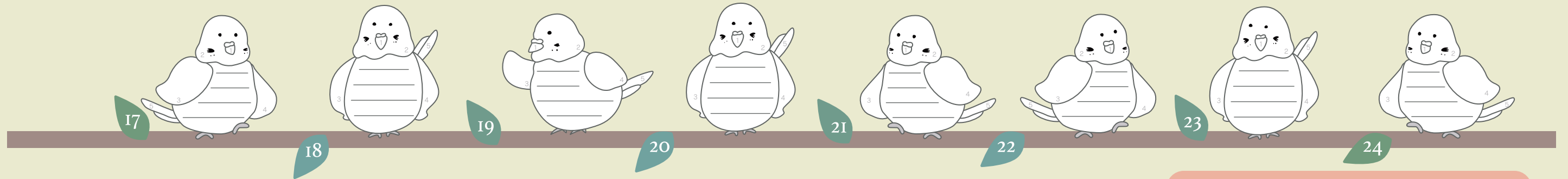
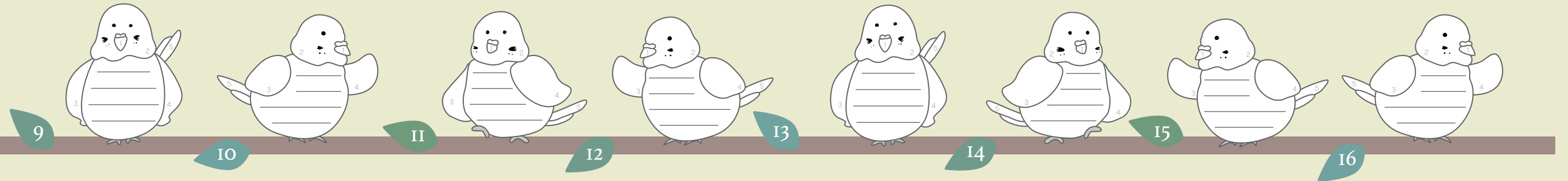
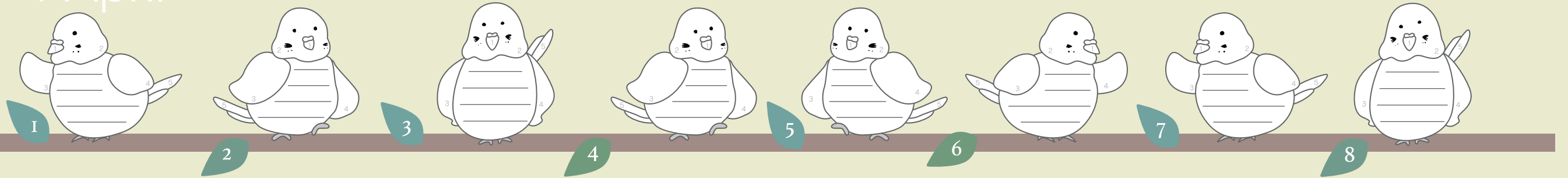
3 March



ーインコのコトー
人間が持ちこむインコの病気

インコの病気の原因となる病原体は外にいる鳥の糞便などにも含まれます。鳥のいる公園やペットショップなどに出かけた際は帰宅後すぐ着替えて手洗いや持ち物の消毒を行いましょう。キャリーバッグの車輪や靴裏も菌が付着している可能性が高いので、消毒することを心がけてください。

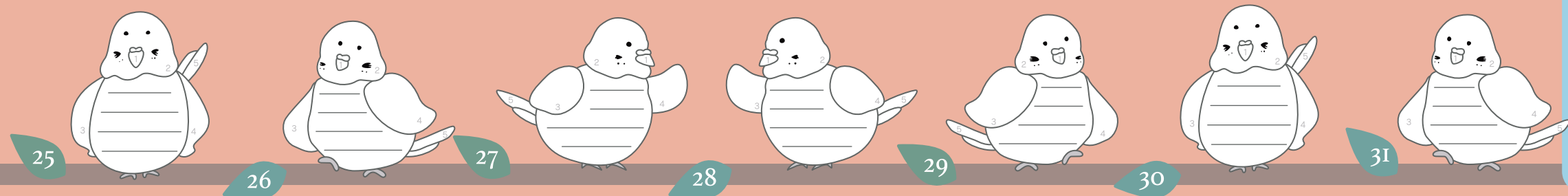
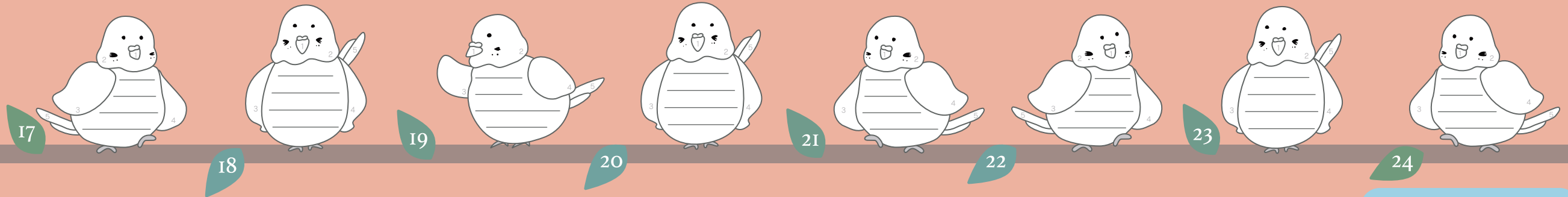
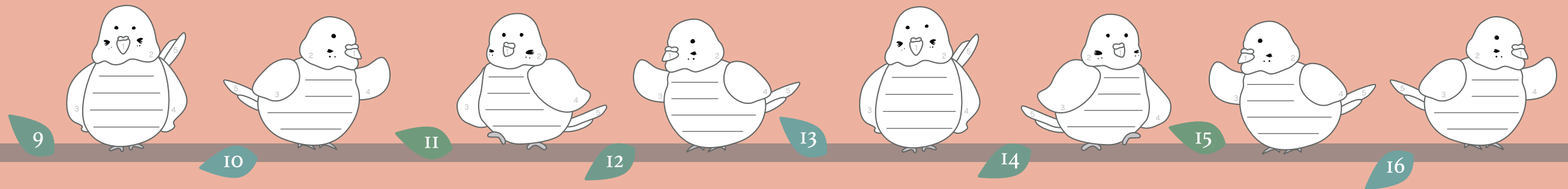
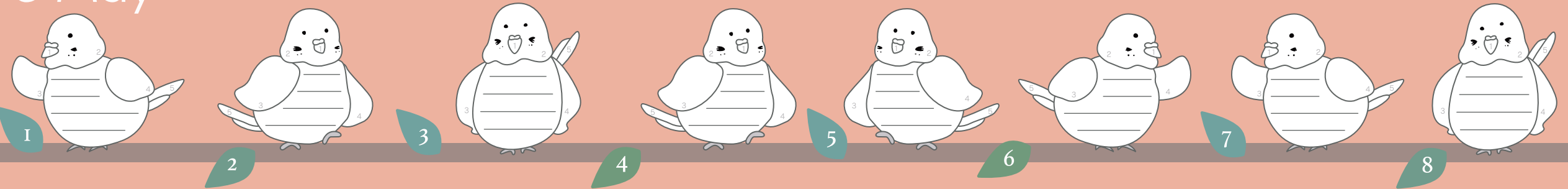
4 April



— インコのコト —
インコは人間の心が分かる？

記憶力に長けているインコは人間の話す言葉のイントネーションの違いを理解することができます。そのため、話しかけられた時の声のトーンや抑揚に敏感であり、さらにそこに飼い主の表情や仕草、雰囲気などの情報を合わせて感情を読み取るうとしていることが考えられます。人間側が幸福感を感じ表情や声にも現れた場合、インコはそれを見て「人間が喜んでいる」と理解します。さらにその時にいつもより遊んでくれたりおやつをもらえることがあると人間が嬉しい時には自分にもいいことが起こると学習します。その反対にいつも話しかけてくれる飼い主が黙っているといつもと違う違和感を感じるのです。感情を読み取る力には個体差がありますが、日常的な愛情交換はインコとのコミュニケーションに欠かせません。

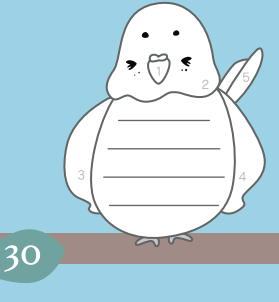
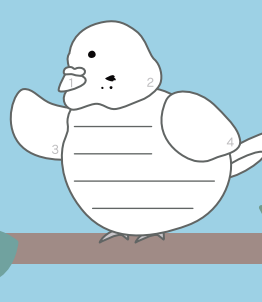
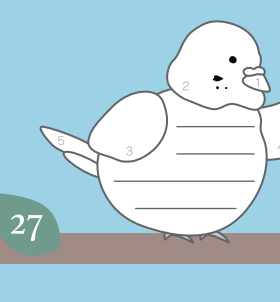
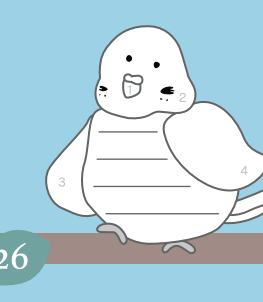
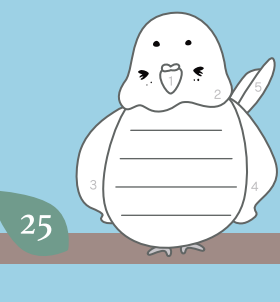
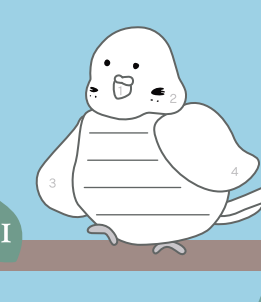
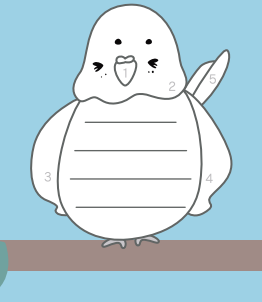
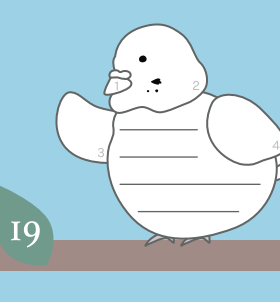
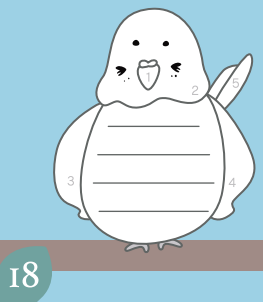
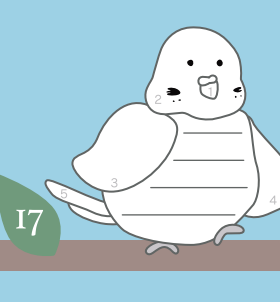
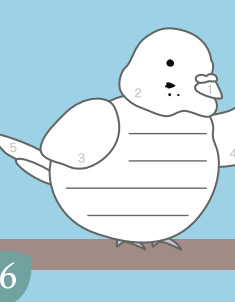
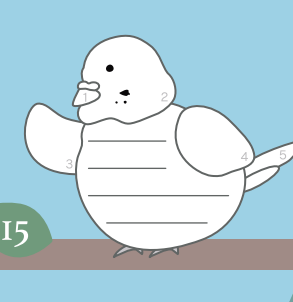
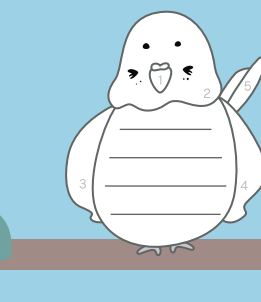
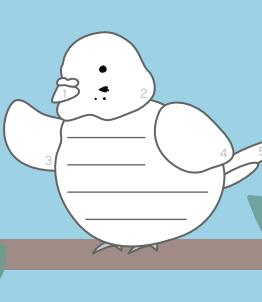
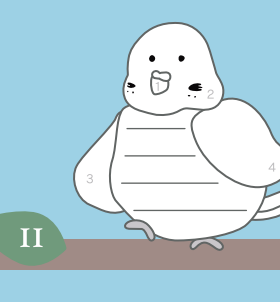
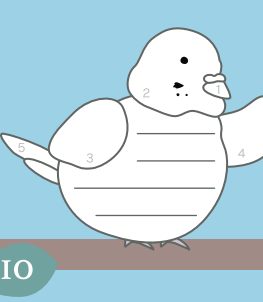
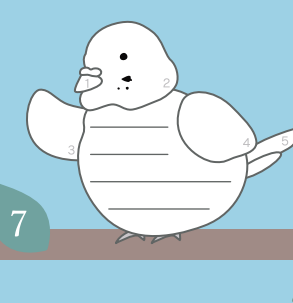
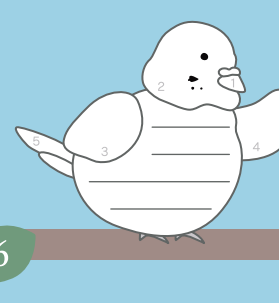
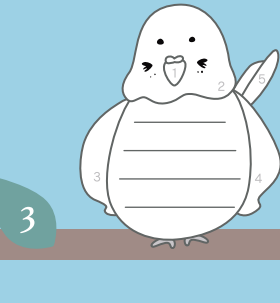
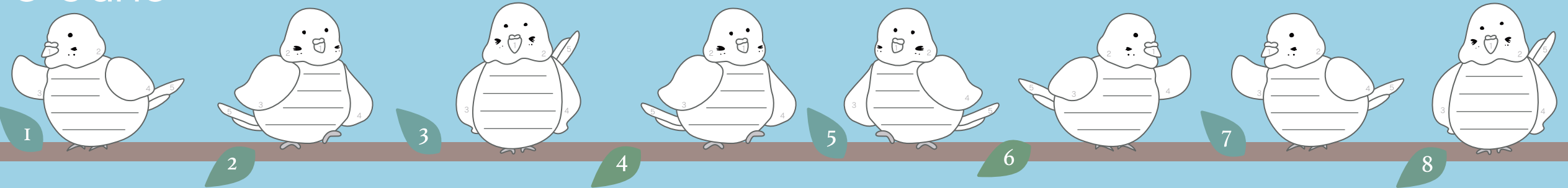
5 May



ーインコのコトー
インコも仮病を使う

飼育されているインコは、飼い主の注意を自分に向けて構ってもらうために嘘をつきます。わざと怪我をしたふりをしたり、餌を食べなかったり…実は、インコ自身も飼育環境にしながら自分の思い通りに飼い主をコントロールしようと試みているのです。

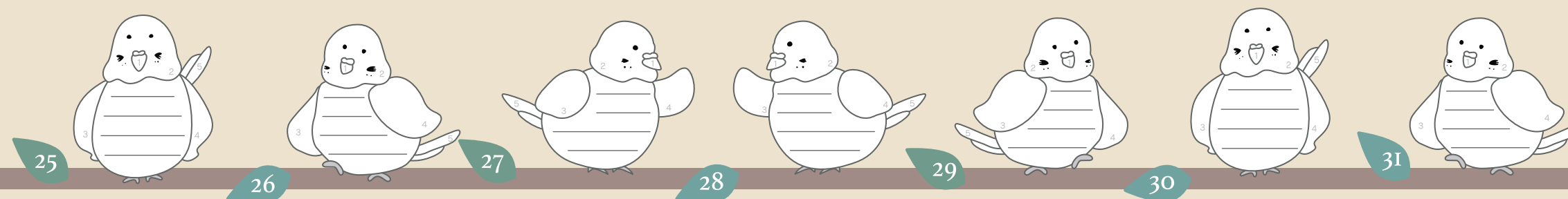
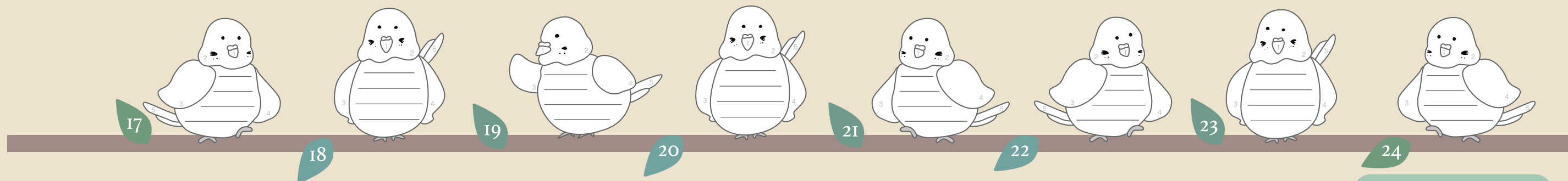
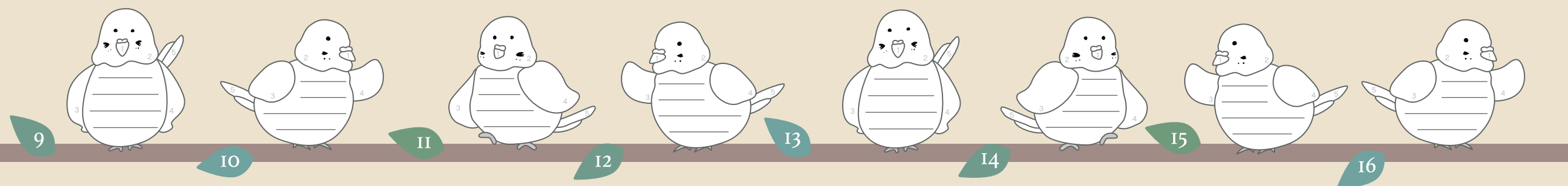
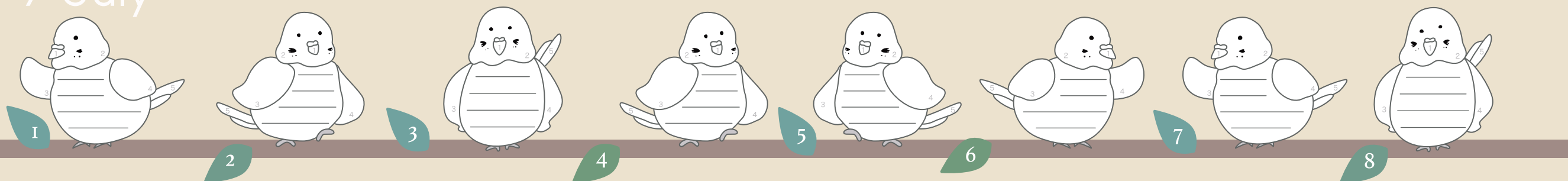
6 June



インコのコト インコに教えるべきルール

インコと暮らす以上、彼らの幸せのためにできることをするのは私たちの義務です。しかしそれは、「何でもインコの思い通りにさせる」ということではありません。インコを迎えられたお家の中で安全に、毎日を豊かに暮らしていくためには「ダメなこと、良いことの区別」や「この状況ではこうしなければならない」「時間が来たらケージに戻る」などのお家で過ごすルールを早い段階から教え込むことが大切です。初めはインコが自分の思い通りに行かないことに苛立ったり怒られたことに対してびっくりするかもしれませんが、最終的にインコにとっての健康や幸せに繋がります。もちろん、ルールを教えるべき時以外はたくさん甘やかすことも大事。

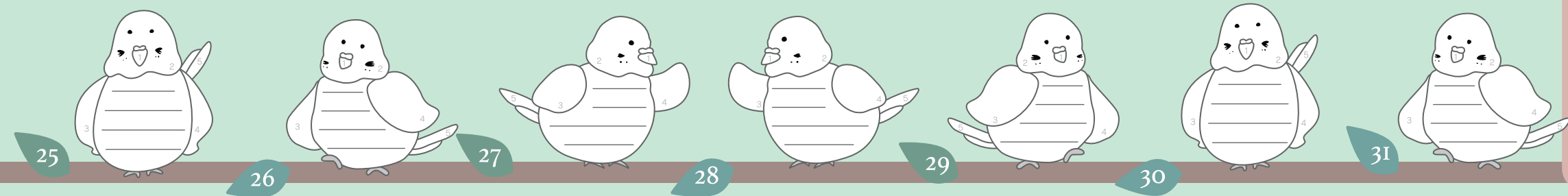
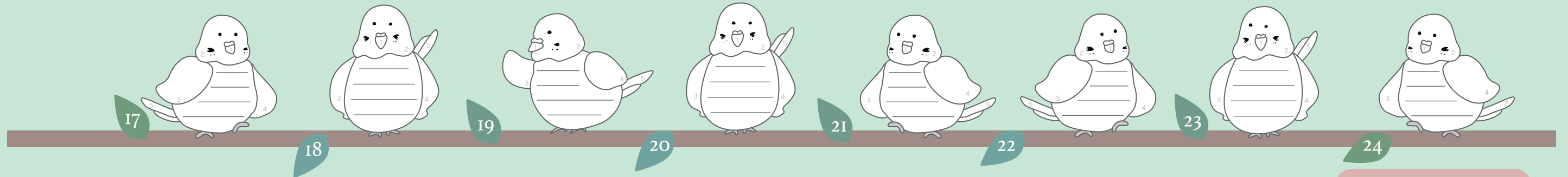
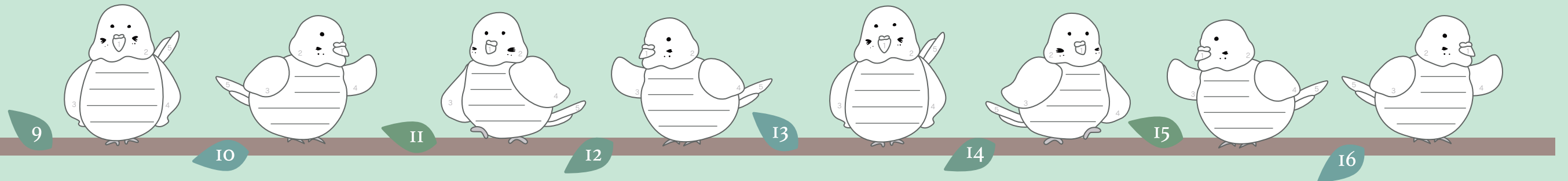
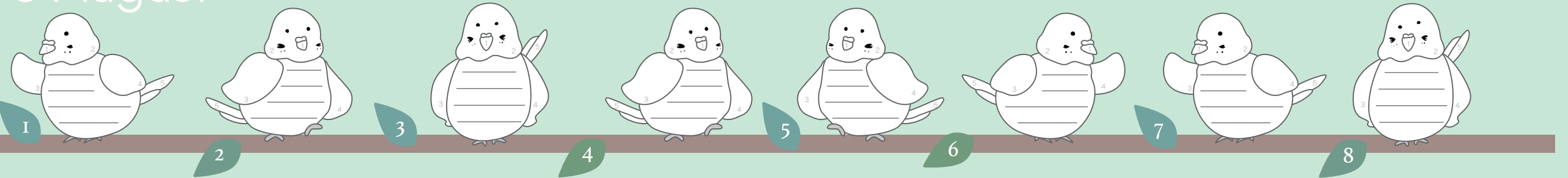
7 July



ーインコのコトー インコのための日光浴

鳥は日光浴びて体に不可欠なビタミンD3を合成し、体内に取り込みます。つまりインコにとって、日光は補助食品のような存在です。夏は直射日光には当てず風通しの良い窓際などで適度に日光浴をさせましょう。また冬場は、鳥用の紫外線ライトを使用して、紫外線を浴びさせましょう。

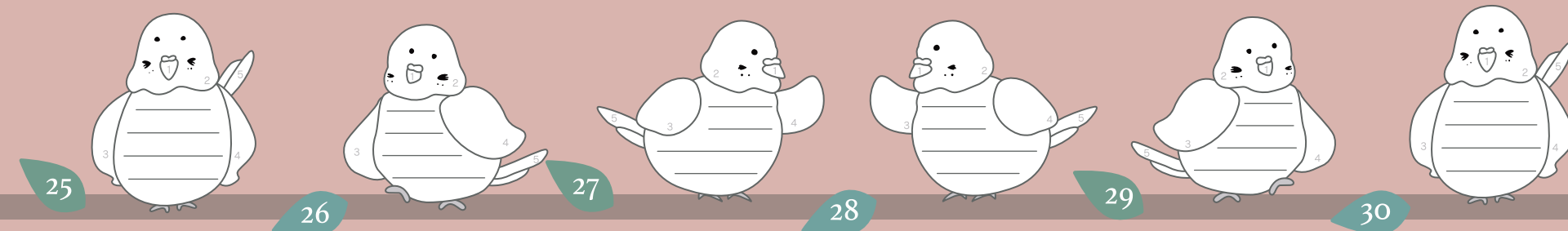
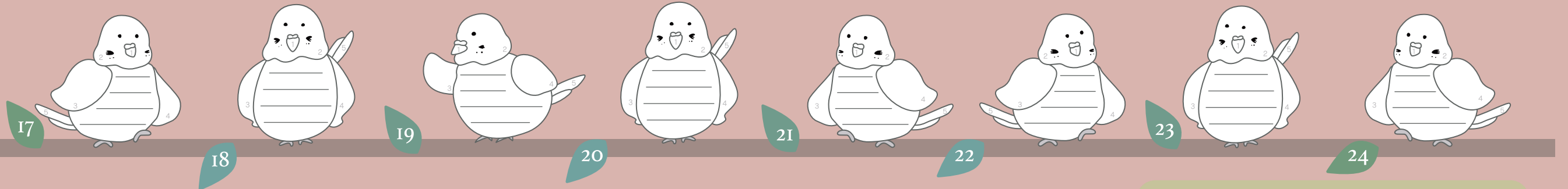
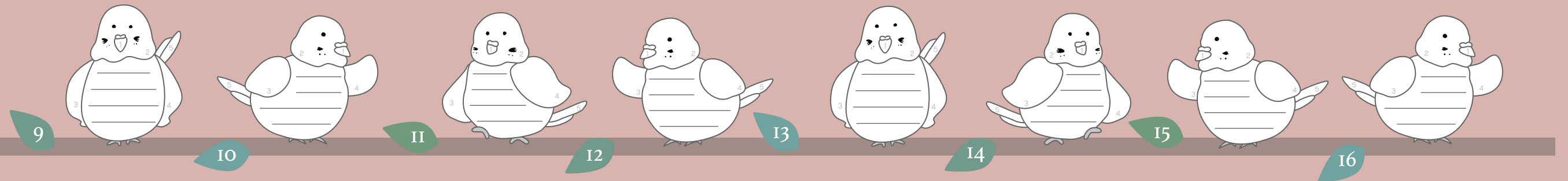
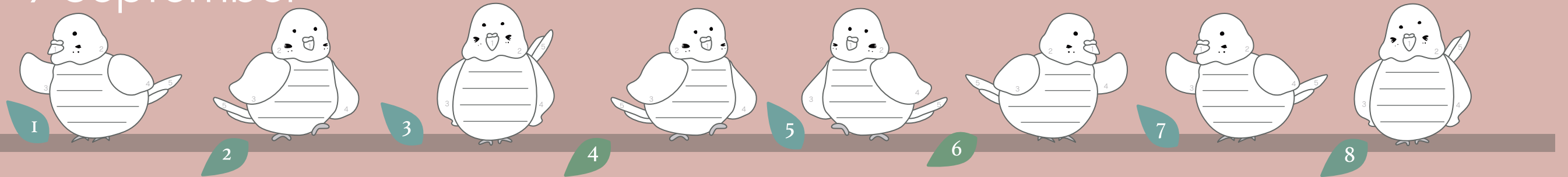
8 August



ーインコのコトー
ほめられるのが大好き

インコはあることをして褒められた時に嬉しいと感じ、積極的にその行動を起こすようになります。さらにその時に何かご褒美があると嬉しさはより増します。これは他の動物にも共通していて、トレーニングの際によく使われる方法です。インコの良いところはささず褒めて伸ばしましょう。

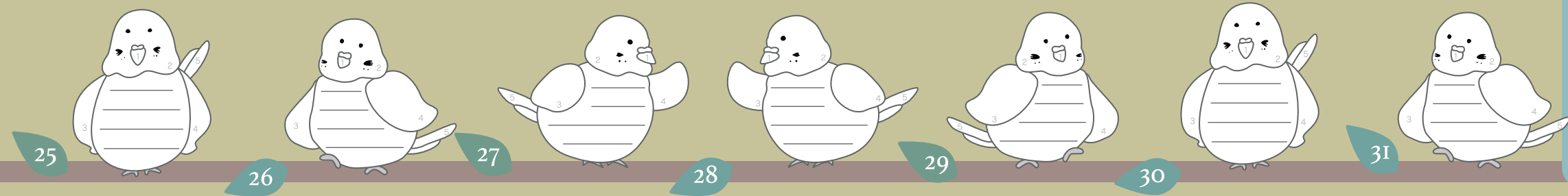
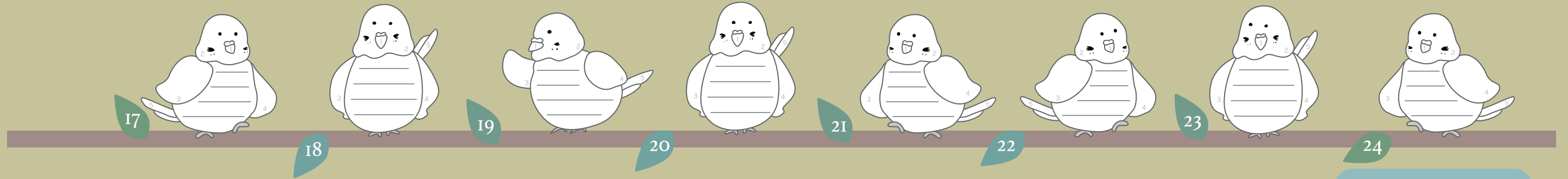
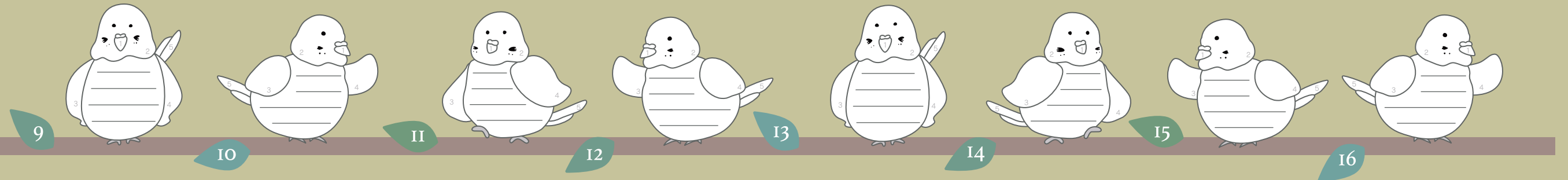
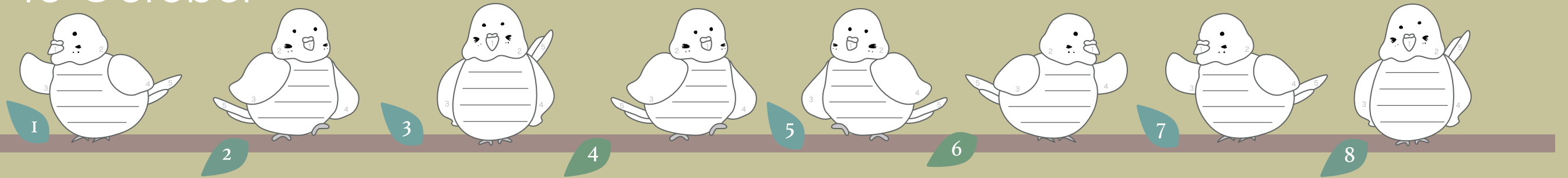
9 September



—インコのコト— インコが食べてはいけないもの

人間にとっては無害の食べ物も、インコにとっては猛毒になる場合があります。その代表的なものとして、チョコレートとアボカドがあります。これらはインコの神経や循環器、呼吸器に障害を起こすため絶対にあげないでください。また、お酒に含まれるアルコールも危険です。特に日本酒は透明なので水と勘違いしてインコが誤飲してしまうケースが報告されています。塩もインコが口にするものにも微量に含まれていることがありますが、大量摂取した場合死に至ることがあるので注意してください。基本的に、人間の食べているものをむやみに与えるのはやめましょう。

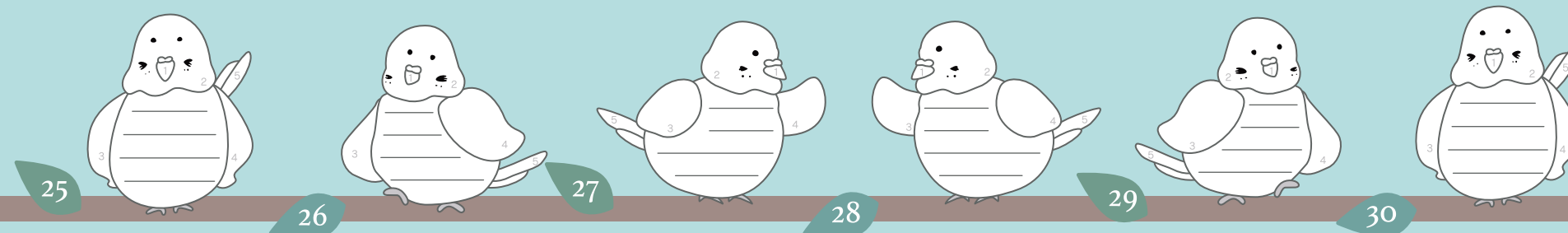
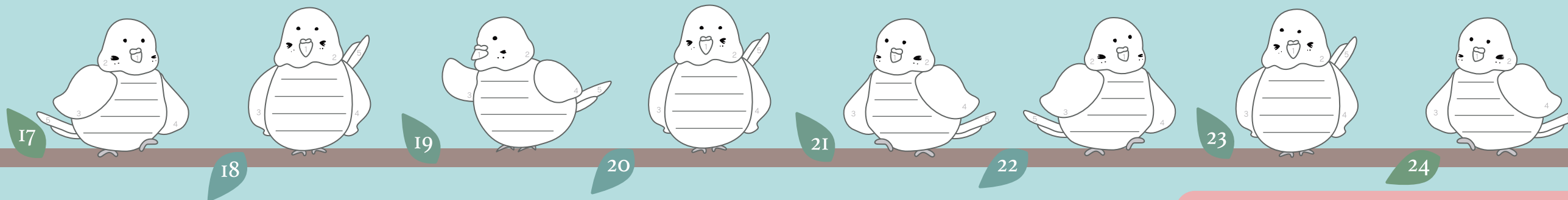
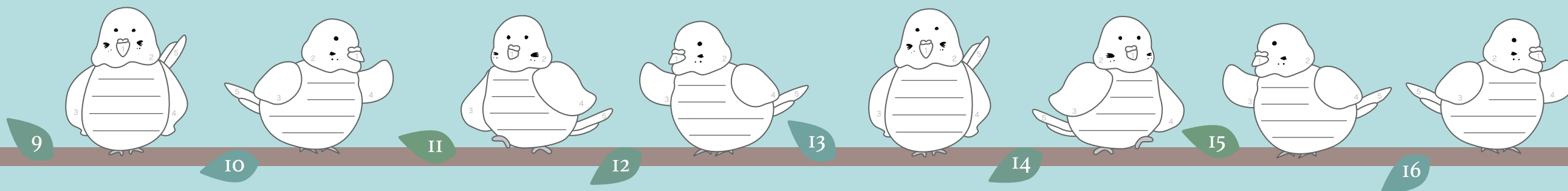
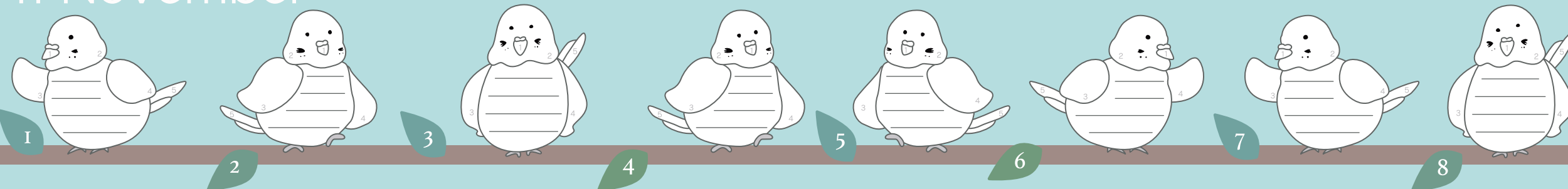
10 October



ーインコのコトー 人間との共通点

インコも人間と同じように声とボディランゲージで意思を伝えます。ただ、インコの中にも得意不得意があり、相手の気持ちを読み取る能力や空気を読む力には個体差があります。そんな少し不器用なところも人間と似ているからこそ、私たちはインコに対して愛着を抱くのかもしません。

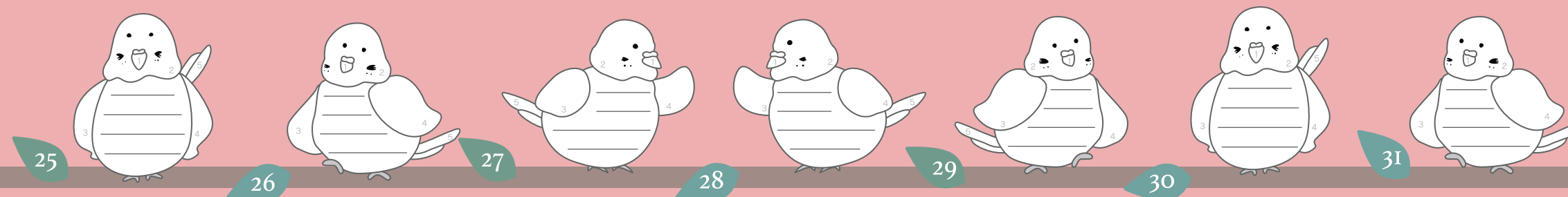
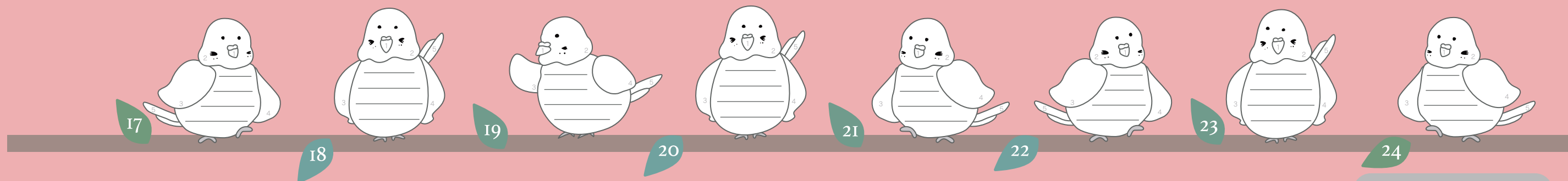
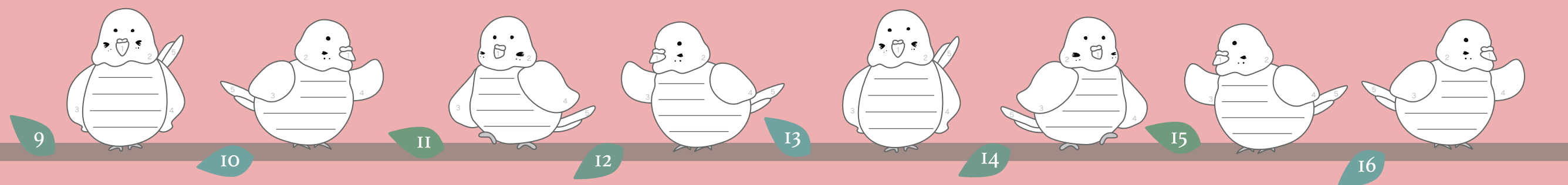
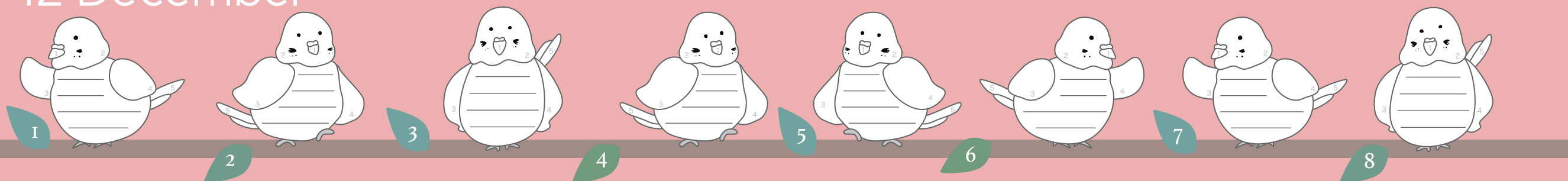
11 November



—インコのコト— 家の中での事故に注意

- 私たち飼い主が目を見失ったほんのわずかな隙にインコは家の中で怪我をします。あらかじめ危険とされている場所を心に留めて警戒しておきましょう。
- ・人間の近く：踏まれたり蹴られる危険が高い。
 - ・家具の裏や隙間、湯船：飛んでいる時などにぶつかって落ちることも。
 - ・扉や襖、布団：挟まっていたり中に入り込んでいる可能性あり。
 - ・窓ガラスや鏡：通り抜けられると思ってぶつかることがあります。
 - ・鍋やIH：調理中の放鳥はしないように。
 - ・観葉植物や布、金属：誤飲に注意。
 - ・フッ素樹脂製品から出るガス、ヘアスプレー：有毒なので吸い込むと危険。

12 December



インコのコトー 大切に心得

インコの長生きの秘訣は、飼い主がよく観察すること。インコの個性や行動を把握しておくことで変化に敏感になることができます。また程よい距離感を大切に、甘やかしすぎないことも大切。愛情を持った上でこれらの事ができると、きっと人間とインコの両方にとっての幸せに繋がります。

Lesson 3



インコらしい暮らし

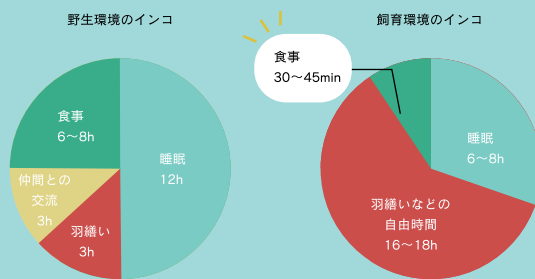
Lesson3-1

家庭で飼育されている インコの課題

恵まれた飼育環境がインコの退屈を作る

野生環境で暮らすインコは生きていくための食料を得るのも一苦労。一方、家庭で飼育されているインコは食べたいと思った時にいつでもエサが食べられて、放鳥時でも天敵に襲われる心配がありません。一見、飼育環境のインコは恵まれているように見えますが、そこが問題。1日の多くを費やすはずの食事の時間が削られてしまったことで退屈な時間が生まれてしまい、問題行動やストレスの要因となります。

一般的なインコの1日の生活リズム



退屈な時間が増えると…



- ・大きい声で鳴くようになる
- ・毛引きをしてしまう
- ・家の中のものを破壊する
- ・ケージに戻らなくなる
- ・発情が長く続く
- ・偏食
- ・過食や肥満
- ・運動不足

生まれてからずっと飼育環境で人間とともに暮らしているインコであっても、野生環境で生き抜くための肉体や頭脳を持ち合わせています。そのため、退屈な時間が増えると多くの問題行動や健康への影響が現れ始めます。

どうしたら解決できる？

飼育環境の中でも、インコが野生環境と同じように時間を潰すための工夫を飼い主がしてあげることで、これらの問題は解決することができます。例えば、インコが簡単にエサを食べられないような仕掛けをつけてあげたり、ストレスの解消となるようなかじるためのおもちゃを与えるなどがあります。これらの取り組みは「環境エンリッチメント」と呼ばれていますが、次のページで詳しく解説していきましょう。

インコのための エンリッチメント

環境エンリッチメントとは？

飼育環境下にいる動物たちの問題行動の予防や改善のために、野生下にあつて飼育下でないものを日常の中に取り入れる工夫を行うことを「環境エンリッチメント」と呼びます。これらは主に、動物園などで多く取り組まれており、生き生きとした野生に近い動物の姿は私たちにとっても多くの学びを与えてくれます。こうした考えは、家庭で飼育されているインコの生活にも取り入れてあげることによってストレスの要因となる退屈な時間を軽減することができます。

主な取り組み

- | | | | | |
|-----------------------------|----------------------|------------------|--------------------|----------------------|
| 1
相性の良い
パートナー
をつくる | 2
行動に合わせた
生活環境 | 3
五感を
刺激する | 4
エサの
種類を増やす | 5
採食活動の
時間をのばす |
|-----------------------------|----------------------|------------------|--------------------|----------------------|

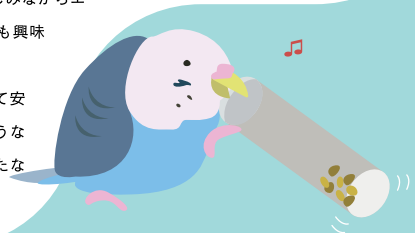
インコにできる環境エンリッチメント

先ほどの Lesson3-1 でも説明があつた通り、飼育環境のインコは野生環境と比較してエサを探す必要がほとんどありません。つまり、飼育環境で育つインコにとっての退屈な時間が生まれる大きな要因として、採食時間の大幅な減少が挙げられることがわかりました。これまであまり工夫がみられなかった採食において、環境エンリッチメントの考えを取り入れることでインコの生活をより豊かにしていきましょう。

例えば、このイラストのように透明な筒状の容器を用意し中にエサを入れてインコに与えてみて採食に少し時間をかけるようにしてみるなど。

自分の家で飼っているインコにとって、どんな工夫だと楽しみながらエサを食べてくれるかを試行錯誤しながら行うことでインコも興味を持ってくれるようになるでしょう。

ただし、エンリッチメントに使用する材料はインコにとって安全であるかをきちんと確かめた上で行いましょう。このような採食エンリッチメントは市販のおもちゃなどに興味を持たなかったインコにも効果的な場合があります。

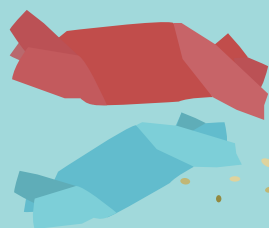


採食エンリッチメント にチャレンジ

材料2つで簡単！

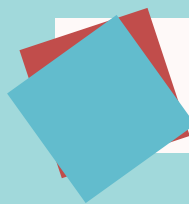
環境エンリッチメントの中でも、採食行動に着目したものを「採食エンリッチメント」と呼びます。おうちにある材料で、簡単採食エンリッチメントを始めましょう！

ねじねじペーパー



宝探し感覚で気軽なエンリッチメント
素材も紙なので安心

用意するもの



紙
(折り紙などの薄いもの)



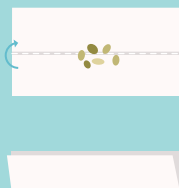
少量のエサ

作り方



1

紙を半分に折って開き、折り線（真ん中）に向かって折る。



2

中心に少量のエサを乗せてさらに半分に折り込む。



3

図の点線部分を目安に左右の端をねじる。

近くにエサをまいておくと警戒心が薄まるかも。



4

完成！
何個か作って宝探しのようにしても◎。

インコのタイプ別環境エンリッチメント

活発・遊ぶのが大好きなインコ

好奇心旺盛で活発なインコの場合は天然木などを使用した、かじる系のエンリッチメントがおすすめ。また、慣れてきたら空の箱やカプセルボールの中にエサを入れ、転がしたり傾けることでエサが食べられる仕組みも◎。

おとなしめ・警戒心の強いインコ

おとなしいインコや高齢のインコは、警戒心が強いいため焦らず少しずつ慣れさせましょう。例えばケージの床網を外し、紙素材でできた床材を敷きその上にエサをまくと、ケージの中でも採食時間の延長が期待できます。

手作りおもちゃの すすめ

環境エンリッチメントの一環として、インコのストレス解消となるおもちゃを与えることも効果的です。

飼い主が自分のインコに向けて手作りおもちゃをつくることのメリットや注意点について、
実際に手作りおもちゃを制作・販売しているペットショップ小泉さん（Lesson2-1 参照）にお話を伺いました。



手作りし始めたきっかけは？

以前働いていた人が3年ほど前から始めたのを引き継ぐ形であったが、自分の飼育しているインコに与えて工夫を繰り返すうちに楽しさを感じ、今では週1回は作るようになりました。DIY 感覚で作ることができるので、趣味の一環になっています。自分の目で素材を確かめて材料を購入し作るので、販売者目線でも安心してお客様にすすめられることに繋がりました。



手作りおもちゃのメリットは？

インコにとって危険な塗料や薬品が使われているなど、市販のおもちゃの購入時に感じる不安がないところです。また、自分のインコの好みや年齢に合わせたものを飼い主の手でカスタマイズできることも魅力です。足がうまく動かない高齢のインコには間隔を狭めたハシゴのおもちゃを作ったり、歳を取ってもインコが健康でいるための工夫をすることができます。



主に使用している素材

- ・ステンレス：おもちゃの接続部分などに使われる金属は錆びにくく、インコに害のないステンレスを使いましょう。鉛や垂鉛を使用した金属は口に入れた場合排せつされにくく体内に蓄積しやすいため、中毒症状を引き起こす恐れがあります。与えるのは絶対にやめましょう。
- ・自然素材：モミヤスギ、シラカバ、ヒノキなどの天然木やラタンといったインコがかじっても問題の無いものを使用しましょう。流木などは軽くて柔らかいため、安全かつかじりやすい。市販のおもちゃに多く使用されているプラスチックパーツは誤飲した際にレントゲンに写らないケースがあるため注意。

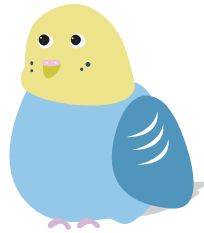
おもちゃ作りで意識するポイント

- ・飼い主側がこうしたい！ではなく、「自分のインコはどんなものだと言ってくれるか、どんなものだと言っていて安心して遊べるか？」とインコの目線での素材選び、仕掛け作りをする気持ちを忘れないことが大切。そのために日々、インコの好みや行動を観察してみましょう。
- ・おもちゃの材料として自然素材を飼い主自ら調達する際は、煮沸等の下処理を必ず忘れずに。また、おもちゃを作るに注意するポイントとして、接続部分の金属は先端が飛び出ている尖ったままにしておくとインコが怪我をしてしまう事故に繋がりがかねないので手で触って確認を行ってください。糸を使用する際も、インコの足が絡まないように長さや結び目に気をつけましょう。
- ・おもちゃで遊ぶ際もコミュニケーションを取りつつインコに危険が及ばないよう注意しましょう。

MEMO



Lesson 4

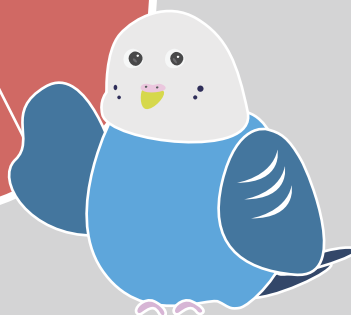


私たちができること

Lesson 4-1

インコに関する

HOW TO 教室



Q1

放鳥の際、インコがケージに
戻ることを嫌がります…。



A. ケージ内の環境作りを見直して、戻りたく
なるように工夫を！

インコにとってケージは自分の縄張りであり、本来は安心できる場所であるべきです。そこに戻りたくないということはケージ内の環境に問題があるのかもしれません。例えば、ケージの中におもちゃが沢山がある場合インコが動けるスペースが限られてしまいストレスに繋がることも。また、「ケージの中でしか食べられないおやつを入れておく」など、ケージの中で得られるメリット作りも効果的です。

Q2

どうしたらインコが言葉を
真似るようになりますか？



A. 実は、全てのインコがおしゃべり好き
という訳ではないのです。

「インコが人間の言葉を真似する」ということは広く知られています。しかしインコの中でも個性があり、実際はしゃべることがあまり好きではないインコもいます。大切なのはそれぞれのインコの個性を理解してあげることです。歌うことや喋ることが好きなインコの場合、人間の声や歌をじっと聞いたり人間の口元に耳を近づけたり唇を突いてきます。そうしたサインが見られた時は優しく教えてあげましょう。

Q3

だめと怒ったことを何度も
してくるのはどうして？



A. 怒られる＝飼い主が構ってくれたと
インコが認識している可能性があります。

インコはあることをして、飼い主が怒ってきた時に「この行動をした時、飼い主が自分に構ってくれた」と認識することがあります。これは小さな子供が叱られることをわざと繰り返すのと同じ心理です。実際になんの被害もなくインコの健康被害を及ぼすものでない場合は、飼い主側も気持ちを切り替えて、「インコとのコミュニケーションを楽しむ時間」という認識に変える方が良いでしょう。

インコを家族として迎え入れ、一緒に暮らしていく中で

生まれる「こんな時どうすればいいの？」という

疑問や、知っておくべきインコのことについてをご紹介します。

Q4

インコが家の物をかじって
壊してしまいました。



A. むやみに止めるのはNG。

インコが納得してくれる代用品を用意しましょう。

とにかく目の前のものをかじろうとするのがインコ。インコがものをかじろうとする要因は様々ですが、ストレスの解消としてかじる行為を繰り返している場合、むやみに止めようすると反対にストレスの増加に繋がり毛引きなどの行動に走ってしまいます。かじりたいものの代用品をインコが納得する形で与えたり、鳥の専門医の指導のもとインコのメンタルケアを行いましょう。

Q5

インコが逃げ出してしまった
時はどうすべき？



A. まずは、インコが逃げた方向に向かって
大きな声でインコの名前を呼びましょう。

人間に慣れているインコであったとしても、インコは好奇心やひよんなきっかけから窓や扉の外へと出てしまうことがあります。一番はインコが逃げ出さないように注意することが大切ですが、万が一出て行ってしまった場合はまず声を出しながら追いかけて自分の存在を知らせましょう。仮にインコが戻って来れなかったとしても、人間の近くに行けば助けてもらえることを理解するかもしれません。

Q6

インコはどんな時に不安を
感じる生き物？



A. インコは孤独を恐れる生き物。

飼育環境では人間が安心感を与える存在です。

インコは徹底した個人主義の持ち主です。しかし敵がやってきた時に自分の身を守るために、群れの中で生きることによって安心感を得ようとする生き物でもあります。飼育環境では一羽でいることに抵抗感を持ちにくいですが、それは命の危機を感じる場面の少なさや人間の存在が孤独感を解消する理由と考えられています。そのため、日々飼い主がインコに適度な距離感で構ってあげることはとても大切です。

Lesson 4-2

思い出アルバムを作ろう

年 月 日 ()	タイトル「 _____ 」
	コメント

年 月 日 ()	タイトル「 _____ 」
	コメント

Lesson 4-2

思い出アルバムを作ろう

年 月 日 ()	タイトル「 」
PHOTO	コメント

年 月 日 ()	タイトル「 」
PHOTO	コメント

Lesson 4-2

[illegible]

年 月 日 ()

PHOTO

タイトル「
コメント

Lesson 4-2

思い出アルバムを作ろう

年 月 日 ()	タイトル「 _____ 」
PHOTO	コメント

年 月 日 ()	タイトル「 _____ 」
PHOTO	コメント

Lesson 4-2

年 月 日 ()

PHOTO

タイトル「
」

コメント

年 月 日 ()

PHOTO

タイトル「
コメント

Lesson 4-2

思い出アルバムを作ろう

年 月 日 ()	タイトル「 _____ 」
PHOTO	コメント

年 月 日 ()	タイトル「 _____ 」
PHOTO	コメント

主な参考資料

細川博昭「インコの心理が分かる本 セキセイインコとオカメインコを中心にひもとく」誠文堂新光社 2011年

細川博昭「愛鳥と末長く幸せに暮らす方法、教えます 長生きする鳥の育てかた」誠文堂新光社 2021年

青木愛弓「問題行動の予防・環境エンリッチメントに インコを幸せにするためのおもちゃ・アイデアブック」 2011年

小鳥のセンター病院 小鳥 .com「便・尿の異常」
<http://www.torinobyouki.com/symptom02/>（参照：2021/11/10）

インコ生活～飼い方・育て方の総合情報サイト「インコの主食シードの栄養価まとめ！代表的な7種類の穀物の栄養を比較」（参照：2021/11/10）
<https://inko.exp.jp/2019/03/02/post-8143/>

取材協力

ペットショップ小泉（北海道札幌市） <http://www.petkoizumi.co.jp>

札幌市円山動物園（北海道札幌市） <https://www.city.sapporo.jp/zoo/>