

～飼い主さんの本音を調査～

はじめての愛猫との暮らしで  
知っておきたいこと



# 目次

かわいい猫を飼ったけれど、なついてくれない、お世話が想像以上に大変だった…。飼い主さんへのアンケートから、多くの方がはじめての猫との生活で、意外な性格やお世話の大変さに戸惑った経験をしていることが分かりました。

そこで、猫の行動学や福祉に詳しい帝京科学大学の加隈良枝先生の監修のもと、猫を飼育する上での心構えや猫との向き合い方など、はじめての猫との暮らしに役立つ情報をお届けします。猫を飼ってみたいと思っている人、これから飼う予定の人、または飼い始めたばかりの人の参考になれば幸いです。

## P.02 飼い主さんアンケート

## P.04 専門家インタビュー

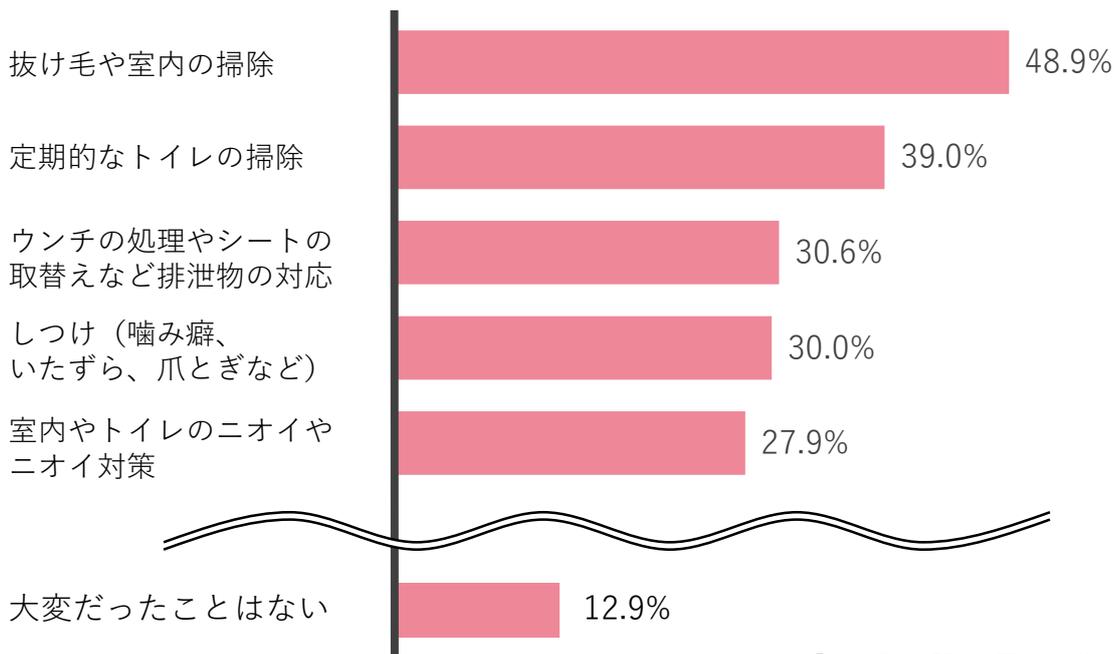
## P.06 飼い主さんができること



# 猫を飼ってわかった 大変なことランキング

Q.猫を飼い始めてから、想像した以上に大変だったことや  
ストレスに感じることはありますか？

5年以内に猫を飼い始めた人333人が対象



※エステー「猫の飼育に関する調査」（22年7月）より

## 飼い主さんが感じている 「思っていたのと違う」問題

散歩などが必要な犬に比べて、猫の飼育は手がかからない、というイメージがあります。かつては、放し飼いで放っておいてもよかったかもしれませんが、事故や感染症の防止、ご近所トラブルなどの観点から、都市では室内飼育が原則。最近の事情はやや異なります。

ひとつ屋根の下で、ずっと一緒に暮らすわけですから、それなり的大変さがあります。猫を飼って5年以内の飼い主さんに調査を実施したところ、「猫を飼い始めてから、想像した以上に大変だったことやストレスに感じること」の1位は「抜け毛や室内の掃除」でした。

春と秋の換毛期など、抜け毛の量に驚く飼い主さんが多いようです。「思った以上に家が毛だらけ」「抜け毛で黒い服が着られない」などの声が挙がりました。

次に、多かったのは「定期的なトイレの掃除」や「ウンチの処理やシートを取替えなど排泄物の対応」といったトイレ周りのお悩み。頻繁なトイレ掃除やウンチの処理を負担に感じる飼い主さんが多いようです。特に猫の排泄物はニオイが強いので、常に掃除をして清潔な環境を保たなければ、みえないストレスがたまります。

ちなみに、猫自身もニオイには敏感で、トイレが汚れていると、別の場所で排尿、排便

# はじめてわかった猫との生活

## トイレの世話

### お世話編



## 爪とぎのしつけ



## 病気になったときの医療費



### 性格・行動編



## なつかない



## 甘えんぼう さみしがりや



## 活発すぎる



## 夜中に起こされる

※エステー「猫の飼育に関する調査」（22年7月）  
『飼い始めてから実際のイメージと違って苦労したことやストレスに感じたこと（自由回答）』より

してしまうことも。「トイレがうまくいかない」「トイレがとても臭い」といったお悩みを持つ飼い主さんも少なくありません。猫が粗相をするのは、ストレスや病気などの原因が潜んでる可能性もあるので、改善しない場合は、動物病院に相談するのが適切です。

4位の「しつけ（噛み癖、いたずら、爪とぎなど）」にも要注目です。「爪とぎで家のあちこちに傷ができた」「爪を切らせてくれない」「案外暴れる」「やんちゃでモノを壊す」といった声が目立ちました。また、飼い主さんと猫の活動時間が合わず、「夜や早朝に起こされる」といったお悩みも多数。

お世話以外の面では、性格や行動に対するイメージと現実のギャップを感じる人は、本当に多いようです。猫の個性は本当にさまざま「なついてくれない」「触られるのを嫌がる」という飼い主さんもいれば、「とにか

く甘えんぼう。お風呂やトイレまで付いてくる」といった意見も。ただ、猫の極端な性格や行動は、年齢とともに落ち着いて丸くなり、人と生活する中で折り合いが付けられるものでもあります。

一方で、12.9%の人は「大変だったことはない」と回答し、「イメージの範囲内」「イメージとは違っていたがストレスではない」「かわいいから（ストレスを）感じない」といったコメントも挙がり、猫と上手に暮らしている飼い主さんもいるようです。

飼い主さんのストレスは、猫にとってもよいことではありません。事前に猫の生態を知って、相性をよく考えたり、準備を整えることが、お互いの幸せのためにとっても大切。同時に、愛情と事前の心構えを持っていれば、ギャップを受け入れ、楽しく同居できることが、飼い主さんへの調査からみえました。

# 愛猫と幸せに暮らすために 我が家に迎える前に知ってほしいこと

## 相手を選んで迎える

猫を飼うときは、愛情をかけてくれるブリーダーやペットショップ、保護猫団体から迎えるようにしてください。その猫についての情報やアドバイスがもらえますし、飼った後でも、困ったときに相談にのってくれます。反対に言えば、猫に関する情報を提供してくれないブリーダーやペットショップから引き取るのは危険です。世話が行き届いておらず、心身に問題を抱えている可能性がありますし、購入すれば彼らのビジネスを助長することになってしまいます。

また、動物の衝動買いは絶対にNG。じっくり話して相手を見極め、よく調べてから猫を引き取るようにしてください。

## 長く付き合う心の準備を

飼い猫は平均で15年くらい、長ければ20年以上生きると言われています。最後まで世話をしあげるのが飼い主さんの責任です。

20年の間には、結婚や出産で家族が増えたり、引っ越ししたり、病気をしたり、収入が増えたり減ったりと、人にはさまざまなことが起こります。災害や伝染病による、社会の大きな異変もあるでしょう。

また、猫も病気をしたり、年をとれば介護が必要になることもあります。できることは準備しておくのと同時に、想定外の事態が起こっても、長く猫とつき合う心構えを持ってください。



## 加隈 良枝先生

帝京科学大学生命環境学部アニマルサイエンス学科 准教授  
専門は伴侶動物の行動学と動物福祉・動物愛護。動物看護福祉コースでの教育・研究と、大学附属動物病院の行動相談科で犬や猫の問題行動カウンセリングを担当。  
愛猫トムは18歳（写真の猫は大学飼育猫）。

## 目の前の猫をよくみる

今ではネットや本で、猫に関するたくさんの情報を得られます。猫が心身の不調をきたしたり、人との関係がうまくいかないときは、まずは猫がどんな生き物なのか、よく調べてください。猫はときに、人の常識では理解できない行動をとりますが、知識がそのギャップを埋めてくれます。

とはいえ、猫の個性は千差万別で、その猫を一番良く知っているのは、長い時間をともにする飼い主さんです。我が家の猫がどんなことを感じているのか、よく観察し想像することが大切。そのうえで、トラブルが起こったら、動物病院やペットショップ、保護猫団体など身近な専門家に相談しましょう。

# 猫の気持ちに寄り添ってあげよう

猫が言うことを聞いてくれない、トラブルで困っている…と感じたら、猫のストレスが原因かも。猫の行動をよく観察して、気持ちに寄り添ってあげましょう。お互いの信頼関係を築くことによって、猫も飼い主さんもより快適に暮らせるようになります。

## 猫の気持ち

デリケートな  
心と体を  
わかってくれない…

トイレが汚れてるから  
おしっこしたくないな…



引っ越しや模様替え  
環境の変化って  
ストレスなんだよな～

ひとりになりたい  
時もある…  
単独行動の動物だから



## 環境の変化にも注意 ストレスにも目を向けて

猫はきれい好きで、苦手な物が多くてマイペース、環境変化にとまどいやすい、などデリケートな動物です。また、本来は単独行動で生きているので、人と接することが負担になっている可能性もあります。飼い主さんの想像以上に、室内飼育の猫はストレスを抱えているかもしれません。

ストレスが重なって、体調を崩す猫も少なくありません。エサや水、トイレといった物質的な世話だけでなく、心のケアがとても重要です。

飼い主さんの声を聞くと、猫との意思疎通や、気まぐれな行動にとまどう人が多いようですが、猫の立場では普通の行動。わがままに振る舞っているつもりはありません。むしろ、猫は自分自身で環境を選べず、その一生は飼い主さんが握っています。

また、コロナ禍でリモートワークが普及し、家にいる時間が長くなった人は多いでしょう。通常の生活に戻って外出が増えた時、急にさみしく感じるなど、猫がペースを崩してしまうこともありえます。生活が変わるときには、猫の気持ちに配慮して、しっかりケアしてあげましょう。

# 猫にも飼い主さんにも嬉しい 快適な暮らしのための準備

飼い主さんへの調査でわかった「猫を飼い始めてから、想像した以上に大変だったことやストレスに感じること」を元に、飼う前や飼い始めに準備しておきたいことを紹介します。

## 保護猫団体、ペットショップに個性をリサーチしよう

猫の性格は父親からの遺伝が影響することがわかっており、大きく「神経質で心配性」「好奇心強く外交的」「衝動的で気分屋」「甘えん坊で協調性あり」「暴れん坊で支配者タイプ」に分けられます。猫種で違っても言われますが、保護猫はほとんどが雑種なので判断が難しいところです。また、子猫時代の人との関わりが重要で、成猫になってから飼われた猫は、なかなかつかないこともあります。

猫とどんな生活を送りたいかをイメージして、自分にあった性格の猫を選ぶことで、飼ってからのトラブルを防ぐことができます。

保護猫には、育ててくれたボランティアがいるので、性格や行動の特徴を聞くのが一番です。ペットショップやブリーダーから購入する場合も、スタッフが相談に乗ってくれるはずですよ。

## 早いうちに色々な経験をさせよう

室内飼育では猫が受ける刺激が少なく、予想外の刺激を受けると問題行動を起こすことがあります。子猫を飼ったら、色々な経験をさせてキャパシティを広げる（社会化）ことが大切。猫は生後2～9週に色々なものに慣れやすい社会化期を迎えます。キャリーバッグに入れて外へ連れ出したり、家でテレビやラジオを見せるようにするだけでも効果があります。



## 猫が動ける部屋にしておこう

アンケート調査（P.02～03）では、活発すぎる猫の行動に手を焼いている飼い主さんが多いことがわかりました。部屋を走り回り、高所から飛び降りることもあるので、騒音が気になる方は床に柔らかいマットを。壁や家具がボロボロになる、という声も多いので保護シートなどで対策しましょう。フィギュアや植木鉢は叩いて壊されてしまうので、届かない場所に。

狭い部屋の中では運動不足も心配になりますが、猫の行動範囲は広さより高さが重要。キャットタワーを置いておくと、元気に遊んでくれます。

また、玄関や窓から飛び出してしまうよう脱走防止の柵やネットは万全に。



## ニオイストレスに備え消臭アイテムを準備しよう

犬と比べて、猫は排泄物のニオイがきつく、飼い主さんのお悩みに。猫はトイレは早く覚えるので、さほど心配はいりませんが、こまめな掃除をしなければ、お互いにストレスがたまっていきます。猫砂はこまめに交換、ウンチは見つけたらすぐ処理の習慣づくりが大切です。

そのうえで、消臭機能付きのトイレなど、ペット用の消臭アイテムを活用するのは賢い選択。家庭用の消臭剤には、猫が嫌いなニオイが混ざっていることもあるので、ペット専用のものを選びましょう。

●トイレトレーニングの情報は、エステの「くらしにプラス」でも紹介。

<https://products.st-c.co.jp/plus/channel/12293/>



## 抜け毛対策も万全にしよう

飼い主さんの大変なこと1位になった抜け毛。基本的な対策は、ブラッシングで抜け毛を減らしておくこと。子猫のうちにならしておくといいでしょ。また、短毛の猫のほうが毛が短い分、抜け毛の掃除はしやすいので、心配な方は飼い始めるときに考慮してください。

多くの飼い主さんに共通するお悩みだけあって、バリエーション豊かな抜け毛対策グッズが市販されています。ローラータイプの粘着テープや、抜け毛取り用のブラシやグローブは必需品。さらに、抜け毛用のホウキやクリーナー、洗濯機に入れるタイプなど実にさまざまなアイテムがあります。情報を収集して、自宅で使えそうなものを用意しておくといいでしょ。

## 年間15万円程度は猫の予算に準備しよう

アニコム損害保険が行った調査では、猫にかける年間の費用は平均16万9247円となりました。主だったところでは、フード、おやつが約5万3000円、ケガや病気の治療費が約3万4000円、ペット保険料が約3万円。飼い主さんが不在中にも、猫のために空調を使う必要があり、光熱費（飼育に伴う追加分）が約1万3000円かかっています。

出典：【2021最新版】ペットにかける年間支出調査（アニコム損害保険）

<https://www.anicom-sompo.co.jp/news-release/2022/20220302/>

## 病気や災害に備えいつでも外に出られる状態にしておこう

猫が病気になったとき、多くの飼い主さんが困っているのが「動物病院に行けない」問題。室内飼育の猫は外界の刺激になれておらず、キャリーバッグに入れて出かけようとしても、猛烈に嫌がるケースが少なくありません。

これでは、災害の際に避難するときにも困ります。防災を考えると、いつでも猫と外出できるようにしておくべきです。対策としては、外出する時だけ持ち出すのではなく、ふだんからキャリーバッグそのものに触れてもらうこと。おやつやおもちゃをバッグのなかに置く、食事をバッグのなかでとれるようにする、など徐々に慣らしていきましょう。



## 困ったときに助けてくれる人を確保しよう

ペットだけを家に置いて、泊まりの外出をするのは心配。実際に猫を飼ってから、長い外泊を控える飼い主さんも多いようです。

ペットホテルを活用する手はありますが、猫は環境の変化が苦手なので、簡単には預けられないことも。旅行や出張中だけでも家に来て世話をしてくれる、信頼できるペットシッターや、家族、友人を確保しておくとい良いでしょう。

予定がみえる外泊以外にも、飼い主さんが病気や事故で入院するなど、緊急事態が発生する可能性もあります。自分に代わって猫を世話したり、預かってくれる人、もらってくれる人を確保すると安心です。

また、保護猫団体などを通して、飼い主ネットワークをつくっておくと、困った時に相談に乗ってくれます。



## 猫との信頼関係を築くコツ～加隈先生より～

### 猫のさまざまな合図を観察してみよう

猫と信頼関係を築き、幸せに暮らすためには、まず猫の嫌がることを無理強いしないことが大切です。そのために、ストレスを感じているサインを知っておくとヒントになります。

猫は嫌がっている時や緊張している時、怖がっている時に、身体を縮こませて丸くなったり、瞳孔が開いて黒目がちになる特徴があります。耳を伏せたり、しっぽを丸めるといったしぐさを見せたらストレスを感じているサインだと思ってください。また、「シャー」と声を出すのはその手前の合図で、やめてほしいという気持ち。こうしたサインを察知して、相手を尊重した行動をとりましょう。

反対に、嬉しいときはしっぽをピンと立てていたり、ゴロゴロ喉をならすなどの行動をします。また、飼い主さんのそばに近寄って離れようとしない時は構ってほしいという意思表示です。

#### 猫のストレスサイン

- 耳を伏せる
- 身体を丸める
- しっぽを丸める
- シャーと威嚇する
- 人や物から離れる
- 物陰に隠れる



### 経験を積ませることで苦手を克服

飼いはじめた後で、自分が思い描いていた猫との生活とは違うということはよくあることです。もちろん生まれつきの性格もありますが、猫との接し方次第で、ある程度性格や行動を変えたり、環境に慣れさせることができます。

猫はしつけができないと思われがちですが、子猫の時から根気強く接したり、大きくなってからでも経験を積ませることで、学習していきます。たとえば、あまり友好的でなく人が苦手なタイプの猫には、同じ部屋で過ごすことから始めて、少しずつ距離を縮めていくアプローチの仕方が有効です。また、苦手な人がいるときに、猫が好きなおやつやおモチャを与えることも苦手を克服するコツです。人だけでなく、爪切りといった苦手なことにも使えます。また、活発さや攻撃性のある猫の場合、相手をしない、無理をしないようにすると良いでしょう。活発さは年齢とともに落ち着いてくることが多いです。

肝心なのは、猫のペースに合わせて、待ちの姿勢で取り組むことです。飼い主さんと猫がお互いにとって快適な距離感をみつけて、同居生活を楽しくしてください。