



2025年2月15日配信号



暦の上では立春を過ぎましたが、寒さが厳しい今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか？

さて、2月22日、最近話題に上ることが多い日なのですが、何の日かご存じでしょうか？

猫好きの方にはおなじみの日なのですが、2月22日で、にゃんにゃんにゃんの日、猫の日と認識されるようになってきました。最近、なんか猫モチーフのものを見かけるぞ、ということが多くなってきたのではないかでしょうか？

14日のバレンタインデーに続き、2月の重要なイベントになりつつあるようです。

## 今号の目次

【ご注意】寒い時期の皮膚保護剤について

【ご紹介】中島小百合さん 学会で講演

【ご案内】日本オストミー協会川崎市支部イベント

【ご案内】日本オストミー協会横浜市支部イベント

## 【ご注意】

### 寒い時期の皮膚保護剤について

先日の広範囲での寒波による大雪、皆様、ご無事でしたでしょうか？

鹿児島に雪が降ったニュースを見て、びっくりしてしまいました！

事務局が住む東京も、雪こそ降りませんでしたが、関東ならではの乾いた、つめた一い風で冷え冷えとした日々でした。

寒くなると起るのが、面板の皮膚保護剤の固まり。今回も、からつ風の本場、群馬県の方から、「面板が固まって...」というご連絡をいただきました。

寒さが厳しい時期に、気を付けていただきたい点について、掲載させていただきます。

装具の面板に使用されている皮膚保護剤は、低温乾燥、高温多湿に弱いです。寒くなつて乾燥すると、固くなり、暑くなつて湿気が多くなると膨らんだり、溶け崩れたりしてきます。

ですので、以下の点をご注意いただけますと幸いです。

### 【保管場所】

リビングなど年間や1日を通じて気温差の発生しづらい場所で保管。

### 【貼付時】

面板の皮膚保護剤が固くなつてしまっていた場合には、わきの下やこたつの中などじんわりと熱が伝わるようなところで、面板を温めてから貼付。

※ドライヤーなどで温めますと、熱しすぎたり、乾燥したりしてしまうので、お勧めはしていません。

## 【紹介】

### 中島小百合さん 学会で講演

まごころ会員様でもあり、デコパウチでおなじみの「オストメイトといっしょ！秘密結社アッと❤️ストーマ」発起人の中島小百合様が、去る2月7日(金)8日(土)に福島県で開催された日本ストーマ・排泄リハビリテーション学会総会で医療従事者の方々への教育講演としてお話されました。

テーマは

【退院から始まる、ストーマ保有者の「見えない」霧が晴れるまで～一時的ストーマ保有者、9年目の景色】

当事者の仲間たちと、最近オストメイトになりたての仲間たち、そしてこれからオストメイ

トになるかもしれない未来の仲間たちに、術後の心のモヤモヤを晴らすきっかけを届けられたらという願いを込めて、オストメイトに関わる医療従事者の方々へ「オストメイト当事者から見える景色をすこしご覧いただければ」という思いで講演されたそうです。オストメイトをとりまく「見えない霧」というもの、霧というのはもちろん比喩で、正体のわからないモヤモヤ、という意味とのこと。オストメイトでいると、なんか「モヤモヤ」する。そのモヤモヤの正体について考察した結果をお話されたそうです。

中島様は 2016 年 7 月に一時的ストーマを造設、半年後、12 月に一時的ストーマ閉鎖されました。年末に再度一時的ストーマを造設。その後、主治医から「大腸肛門外科、婦人科、形成外科の合同の手術を数回受けければ、人工肛門を閉鎖できるかも」とご提案いただいたそうですが、何回もの手術をし、無理やり「普通の身体」に戻すより、ストーマ管理のほうが QOL が安定している気がして、閉鎖手術に踏み切れなかったそうです。別の病院のセカンドオピニオン外来を受診したそうですが、そこでも手術に踏み切る決断には至らず、2021 年 11 月に障害者手帳を取得されました。中島様曰く『私の中ではここが「ストーマのある身体」の自分を完全に受け入れた瞬間でした。』とのこと。2016 年 7 月から 2021 年 11 月まで、5 年ほど「オストメイトでいるか、普通の身体に戻すか」で悩んでいたのですが、障害者手帳を取ったときに決めたことがあるそうです。

それは「いつまでも自分が治療や支援を“受ける”立場、つまり自分を、病人である、障害者である、弱いものである、と認識するのをやめよう」ということだそう。

まごころ通信の限られたスペースと事務局の編集能力では、十分なご紹介は難しいので、ぜひ近日に開催予定の、中島様の日本オストミー協会川崎市支部での講演で、直接ご本人のお声を聞いてみてはいかがでしょうか。

## 【ご案内】

### 日本オストミー協会川崎市支部イベント

上記でご紹介した中島小百合様が日本オストミー協会川崎市支部で講演をされる予定です。

お近くにお住まいの方、ぜひ、参加されてみてはいかがでしょうか？

日時:2025年2月23(日)13:30~

場所:エポック中原 7階

〒211-0053 神奈川県川崎市中原区上小田中 6-22-5

電話:044-722-0185(代表)

JR 南武線「武蔵中原駅」徒歩 1 分

(駅ホームにはエレベーターが設置されています。改札口を出て右側の駅から続く連絡通路をご利用ください。センター3階エレベーターホールに接続しています。)

アクセス詳細は下記参照ください。

<https://sfc-kawasaki.jp/access/>

**※会場の収容人数に限りがあるため、参加希望の方は事前に支部長の坂本 純様までご連絡ください。**

メールアドレス

[shihoyuka2100833@ae.auone-net.jp](mailto:shihoyuka2100833@ae.auone-net.jp)

携帯

090-1211-1224

## 【ご案内】

### 日本オストミー協会横浜市支部イベント

20/40若いオストメイト交流会 in 横浜開催!

~会場とオンラインのハイブリット交流会~

「グループ交流オストメイト同士!情報交換!トコトン話そう!」

若いオストメイト同士ならではの悩み(結婚・出産・就職・障害年金・職場での事)

同世代だからこそ話しやすい環境で、交流しませんか?

対象:59歳までのオストメイト(造設前・一時ストーマ等含む)

家族・医療関係者歓迎

日時:2025年3月16日(日)13時~16時

(受付:12:30~)※途中休憩有・途中退出可

会場:横浜市健康福祉総合センター8階A.B会議室

〒231-8482 神奈川県横浜市中区桜木町 1-1

JR 京浜東北・根岸線 横浜市営地下鉄(ブルーライン) 桜木町駅下車

※野毛ちかみちをお進みの場合は、出口西をご利用ください。

※車での来館はご遠慮ください。

アクセス詳細は右記 URL 参照 <https://www.yokohamashakyo.jp/sisyakyo/map/>

オンライン参加:ZOOM によるオンライン

申し込み方法 : 参加登録フォームより登録

●当日午後の交流会では WOC ナースさんとの個別相談可能です。

(多数の希望者の場合は先着順となる場合があります。)

横浜南部病院 皮膚排泄ケア認定看護師 嶋村まどか様

●体調の優れない方、会場までの時間の都合がつかない方、地方等の遠方の方はオンラインをご利用ください。会場と繋いで交流します。

●日本オストミー協会に入られていない一般の方(対象年齢のオストメイト・家族・医療関係者)もご参加頂けます。

●参加希望の方は、参加登録フォームより登録をお願いします。

(申し込み者多数の場合は早めに締め切りさせて頂く場合あり)

●この会に関する問い合わせは、事務局にTELかメール([yoa.2040.1@gmail.com](mailto:yoa.2040.1@gmail.com))にてお願いします。

ただし、メールでの個人的なストーマの相談、年齢制限に関する問い合わせは受けおりません。

●会場にてメーカーの展示あり。

**●当日午前11時~12時 個別相談(若干名)を開催します。**

これからストーマを造設される予定の若い方(59歳まで)、特に10~20代の方(10代未満も可)。造設後、なかなか前を向けず、他の方と交流するまでは勇気がない方など対象に、若い先輩オストメイトが力になります。ご家族等、付き添いの方も一緒に越しください。(オンラインでの相談は不可)

こちらへの参加申し込みは3月8日(土)までに事務局へ電話でお申込下さい。

#### 【事務局】

公益社団法人 日本オストミー協会 横浜市支部(横浜市オストミー協会)

〒222-0035 横浜市港北区鳥山町 1752 番地 横浜ラポール 3階

TEL 045-475-2061(火・木・土 10時~16時)

若い会専用 Email [yoa.2040.1@gmail.com](mailto:yoa.2040.1@gmail.com)

お申込み(参加登録フォーム)は

こちらから

20/40若いオストメイト交流会 in 横浜

詳細はこちらから

対象年齢でない方は、下記より相談会・医療講演会行事予定をご覧ください  
(年齢に関係なく参加頂ける会もあります)

行事予定は

こちらから

#### 【編集後記】

今号の内容はいかがでしたでしょうか？

前号でお知らせしたドラマ、皆様はご覧になりましたか？事務局もしっかり視ました！あっという間に終わってしまって、もっとお話ししっかり聞きたかったな～と思いました。でも、このように少しでも社会に認知してもらうきっかけが増えていけば、と思っています。

まごころは、皆様の心のつながりをお手伝いする存在でありたいと思っています。ぜひこれからも、皆様の聞きたい、知りたいことや、こんな工夫をしています、などなど、お声をお寄せください。

皆様とつくるメルマガでありたいと願っています。

では、また、次号でお会いしましょう！

---

※尚、本メールと行き違いで配信停止、退会手続きをされた場合は何卒ご容赦ください。

※記載された内容は予告なく変更することがあります。

※このメールに掲載された記事を許可なく複製、転載することを禁じております。

※弊社が発行する出版物の内容や、取材、記事などについては細心の注意を払って制作しておりますが、各媒体、および本サイトで提供する情報、リンク先の情報などに関しましては、その完全性、正確性、安全性等についていかなる保証も行ないません。

また、その内容により生じたいかなる損害賠償や被害についても、一切責任を負うものではありません。

※メールマガジンの配信停止をご希望の場合は、

配信停止希望と書いて、ご住所・お名前・電話番号と配信停止理由をご記載の上

[Start@hollister.co.jp](mailto:Start@hollister.co.jp) にメールをください。

---

Copyright(C) まごころ事務局 All Rights Reserved.

[発行・編集] 株式会社ホリスター

住所: 東京都品川区東品川 2-2-8 スフィアタワー天王洲 21 階