



2026年3月15日配信号



事務局のある東京も段々と暖かさや春の花々のほころびを目にするようになってまいりました。

先日も友人と散歩をしていた際に、一瞬桜か梅か？と思ったのですが、友人に聞いたところ、ぼけの花ではないかと。春はいろんな姿でその存在を感じさせてくれますね。

## 今号の目次

【ご紹介】ストーマ 基本のき ストーマの種類について

【ご案内】日本オストミー協会横浜市支部 若いオストメイト交流会のお知らせ

【ご案内】日本オストミー協会京都府支部 若いオストメイト交流会のお知らせ

## 【ご紹介】

### ストーマ基本のき ストーマの種類について

ベテラン会員様もたくさんいらっしゃるまごころ。すでに知識としてご存じの内容も多いかと思いますが、ストーマの基本情報を随時メルマガでもご紹介していこうと思います。今回は、ストーマの種類についてご紹介します。

ご自身のストーマ以外でも、そのようなストーマがあるのだ、と認知いただけましたら幸いです。

ストーマは、消化器系のストーマ(人工肛門)と尿路のストーマ(人工膀胱)に大別されます。

消化器系のストーマ(人工肛門)は、回腸(小腸)のストーマ(イレオストミー)と結腸(大腸)のストーマ(コロストミー)があります。

身体の状態やストーマを作る目的によって、永久的なストーマと、術後一定期間を経てストーマを閉じる一時的ストーマとに分かれます。

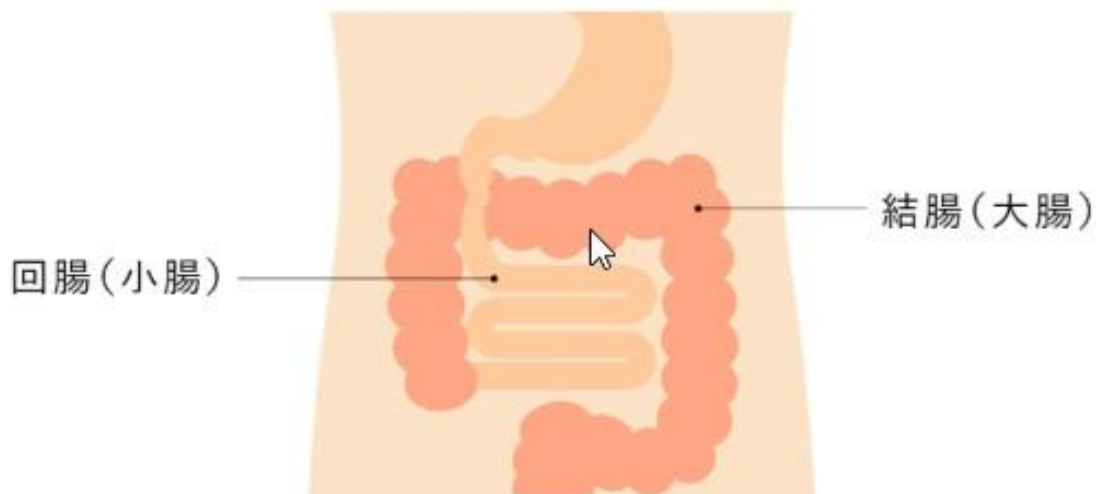
### コロストミー

結腸(大腸)に造設したストーマです。造設した場所により排出される便の性状は、おかゆ状からほぼ固形便までと、変わってきます。

### イレオストミー

回腸(小腸)に造設したストーマです。

排泄物の性状は、消化酵素を多く含んだ水様便です



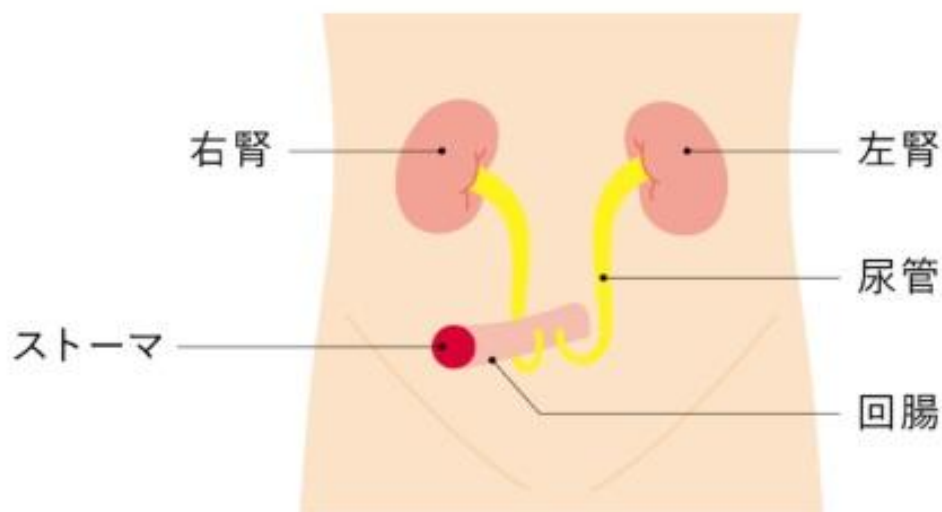
### ウロストミー

尿路のストーマ(人工膀胱)です。

手術の方法により、回腸導管、尿管皮膚瘻などに種類が分かります。

### 回腸導管

回腸(小腸)の一部から、尿を流す導管をつくり、そこへ尿管をつなぎ、片方の導管の先をお腹から出してストーマを造設します。尿に腸粘液が混じることがあります。



### 尿管皮膚瘻

尿管を直接お腹の皮膚に縫い付けて、ストーマを造設します。

手術により、ストーマが1つの一側性尿管皮膚瘻(イラスト左)と、ストーマが2つの両側性尿管皮膚瘻(イラスト右)があります。

ストーマのサイズは小さく高さがないので、お腹に小さな穴が空いている感じです。

いかがでしたでしょうか。ひとことでストーマ、オストメイトといっても、様々な種類、ストーマライフを過ごされている方がいらっしゃるのですね。

## 再掲【ご案内】

日本オストミー協会横浜市支部

若いオストメイト交流会のお知らせ

日時:2026年3月22日(日)13:00~16:00(12:30受付開始)

会場:横浜市総合健康福祉センター8階 AB 会議室

主催:日本オストミー協会横浜市支部

対象:59歳以下のオストメイト・家族

開催方法:会場参加/Zoomハイブリット方式

内容:前半 体験発表「新聞記者！ストーマと暮らす」  
横浜市支部会員 40代男性(コロストーマ)  
メーカー展示、グループ交流  
・オストミー協会会員でない一般の方もご参加頂けます。  
(59歳以下のオストメイトや、そのご家族・医療関係者など)  
・横浜市以外にお住まいの方もご参加いただけます。

[申込はこちらから](#)

[詳細はこちらから](#)

## 【ご案内】

### 日本オストミー協会京都府支部 若いオストメイト交流会のお知らせ

日時:2026年4月5日(日) 13:30~16:00

場所:「ひと・まち交流館」2F・第1会議室 (2F エレベーター出て左側)  
京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の 1  
(河原町五条下る東側・TEL075-354-8735)

内容: ①講演:講師・皮膚・排泄ケア認定看護師:渡邊朋子先生  
※講演内容は現在、未定です。

②交流会:自由討議(ストーマケアについての悩みなど)

③装具メーカーによる製品紹介

対象:20代~65歳位までの協会会員・非会員のオストメイト  
他支部・他地域の方も大歓迎です。(予約は不要です)

参加費無料・当日直接会場にお越しください。

[詳細はこちらから](#)

【編集後記】

今号の内容はいかがでしたでしょうか？

最近では散歩をしていて花々を愛でる楽しさも増えつつありますが、花粉症の辛さも日に日に増しています。外に出たい気持ちとくしゃみ連発の辛さを天秤にかけながら外出する今日このごろです。

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はおりますが、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] 株式会社ホルスター

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