



2026年5月15日配信号



暑すぎず過ごしやすい気温で、だんだんと陽が長くなりだし、散歩が楽しい季節だと感じるようになりました。木々の緑や咲き乱れる花々も、目を楽しませてくれますね。

皆様はいかがお過ごしでしょうか。

## 今号の目次

【ご案内】気温上昇に伴い気をつけたほうがよいこと

【ご案内】まごころ会員ページ変更の件

【ご案内】日本オストミー協会兵庫県支部 若いオストメイト交流会 in 神戸

## 【ご案内】

### 気温上昇に伴い気をつけたほうがよいこと

日中の最高気温が25度を超えだす日が増えるこの頃。気温が高くなるに伴い、ストーマケアにもちょっとした工夫が必要かも知れません。以下に、注意点、コツなどを紹介させていただきます。

#### 1. 気温の上昇に伴い、汗をかきだす。

1-① 汗をかいた状態のまま貼付しない。

1-② 面板の皮膚保護剤の消耗が早くなる。

今までの装着期間より少し短めにする事で、予期せぬ剥がれを防ぎましょう。

また用手成形皮膚保護剤を併用し、汗などの水分の吸収をすることで、装着期間の維持など図ってみるものありですね。

<用手成形皮膚保護剤>

以下のようなドーナツ状のもので、柔らかく指で伸ばせたりなど、成形しやすいのが特徴です。



## 使用方法

### 伸ばす



### ちぎる



### 整える



### 曲げる



### その他の使用方法



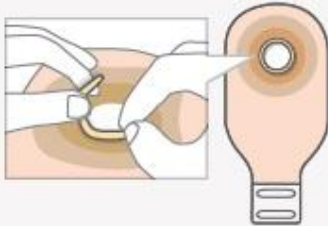
必要に応じて4等分や  
8等分に切って使用



必要な量をうずまき状に  
切って使用

## 指やはさみでカットして成形

ストーマの周囲を囲むように



シワやくぼみを補正するように



スリムタイプの場合は、以下のような貼付方法もあります。

### 貼付場所



腹壁側

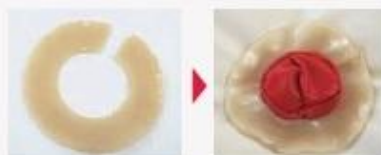


面板側

### 1枚貼り

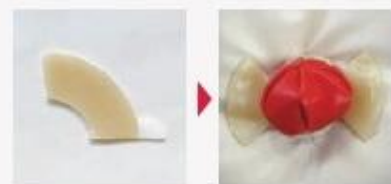
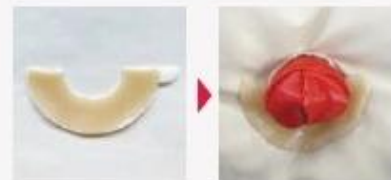


指で少し伸ばし、ストーマの周りに貼付する



1か所カットして、ストーマの周りにぐるりと1周巻きつける

### 部分貼り



半分や1/4などケア指導時にも使用量がわかりやすく便利

## 参考製品はこちらから

### 1ー③あせもなどの皮膚トラブル発生。

皮膚トラブルが起きやすくなることもありますので、ストーマ近接部の皮膚の状態はよく観察するようにしましょう。異常があれば、問題の早期解決のため、ストーマ外来を受診しましょう。皮膚トラブルを放置すると、面板の貼りつきが悪くなるなどの問題も付随してくることがあります。

### 2. 皮膚保護剤の皮膚保護剤の変形・品質変化

装具に使用されている皮膚保護剤は、高温多湿が苦手です。

高温下での長時間の持ち歩き、高温になる駐車中の車内やトランクには放置しないようにしましょう。

またおうちの中での保管も、私たちにとっても心地よい 15～25 度程度の一定の温度に保たれる空間で保管するようにしましょう。

## 【ご案内】

### まごころ会員ページ変更の件

スマートフォンでも見やすいように、まごころ会員ページのデザイン、内容を一新いたしました。

今まで同様、過去の会報誌、メルマガのバックナンバーも保存しています。

会員ページへは下記ボタンをクリックしてご訪問ください。

※パスワードは不要です。

## 会員ページはこちらから

## 【ご案内】

日本オストミー協会兵庫県支部 若いオストメイト交流会 in 神戸

今年も日本オストミー協会兵庫県支部の若いオストメイト交流会は対面式で開催します！

今回は、みなさんと一緒に普段のケアの確認や悩みなどを、講師のWOCナースさんの講演と共に、アドバイスをいただきながら語り合しましょう。

後半は、当日参加下さる WOC ナースさんやメーカーさんも交えてのグループ交流です。

同世代の仲間と思う存分楽しくお喋りしましょう！

もちろん悩みが無くて OK！！たくさんのご参加お待ちしております。

◎日時:2026年6月28日(日)13:30~16:30(受付開始 13:00)

◎会場:神戸市立中央区文化センター1001号室

◎対象:20~50歳代のオストメイト・ご家族・医療関係者の方・  
ストーマ造設予定の方も大歓迎

◎内容:

①講演「ストーマケアの基本的な手技の確認と合併症について」

講師 神戸百年記念病院 皮膚排泄ケア認定看護師 清水弘美様

②装具メーカー紹介(新製品や押し装具&アクセサリーなど)

③グループ交流

◎参加申し込み不要。直接会場にお越し下さい。

[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？

ゴールデンウィークはどのようにお過ごしになりましたか？ご旅行など楽しまれた方、ぜひ旅行記をお寄せくださいね。

旅行記は下記まごころ事務局まで！

[start@hollister.co.jp](mailto:start@hollister.co.jp)

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