

2026 年 8 月 15 日配信号



暑い毎日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？
あっという間に8月も半ばになってしまいました。
毎日の猛暑に辟易としながらも、トンボを目にすると、秋の訪れを感じ、今年の夏も終わりだな～という感慨に浸ってしまいます。
月日の流れは本当に早いですね。

今号の目次

【ご紹介】会員様からのお便り

【ご紹介】ストーマ基本のき　装具交換ついて　②

【ご案内】日本オストミー協会横浜市支部オストメイト秋の相談交流会 in 戸塚

【ご紹介】

会員様からのお便り

ある女性会員様からのお便りです。

毎日暑いですが事務局の皆様体調お変わりないですか？

私は 7 月 25 日に長崎の親戚の集まりで、その前 22 日、東京へ行き息子のマンションに 2 泊して 24 日長崎入りしました。長崎空港着陸前にストーマから便が漏れて空港の身障者トイレで着替えたり大変でした！外出先でストーマ交換や着替えは本当に気を使います、幸い、身障者トイレで待っている人がいなかったので、ほっとしました。
長崎では 3 泊して父の墓参りや母の施設に面会、昔の勤務先の同僚と会ったり、高校の同級生会ったりして、27 日朝長崎から福岡空港までバス、福岡から飛行機で新千歳に、それから JR 乗り継いで旭川に帰りました。
その翌日の九州地方の地震で本当に驚きました。長崎も今までの地震の中で一番揺れが凄かったと連絡来ました。
今回もストーマの装具予備を 10 組持参しました。本当に最近はどこで災害が起こるかわからないです。
被害を受けた地域の方の生活が早く元に戻るのをお祈りしています。

旭川と長崎の往復！大変長い旅程ですね。漏れのハプニングもおありで、大変だったと思いますが、お話から、びっくりされつつも、冷静に対処されたのではないかな、とうかがえますね。
そして帰宅直後の地震のお知らせ。こちらもびっくりされたことでしょう。
お見舞いのメッセージも頂戴しましたので、こちらにてご紹介させていただきました。

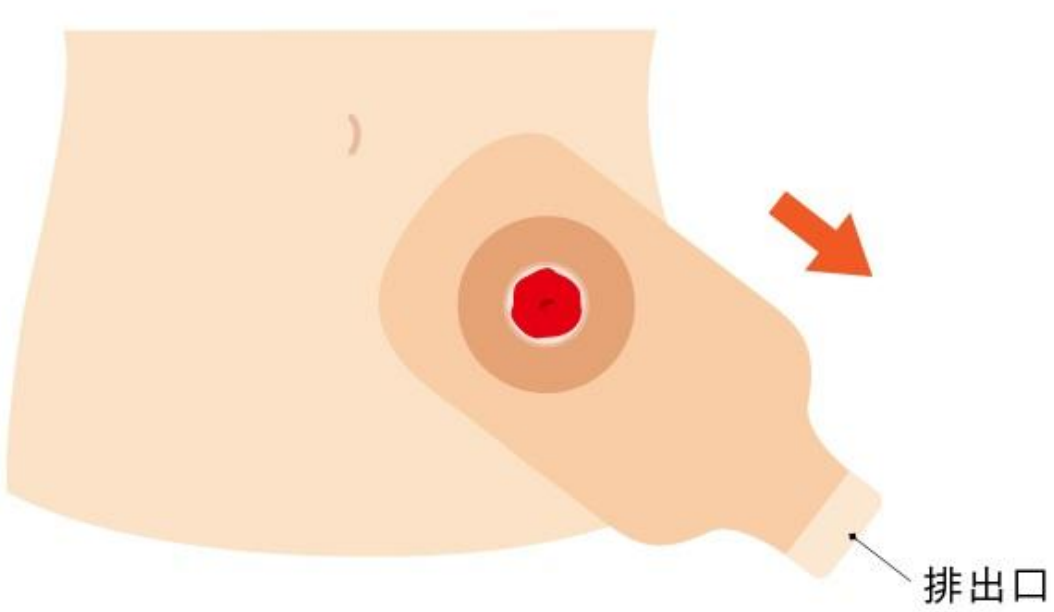
【ご紹介】

ストーマ基本のき　装具交換について②

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**装具交換の2回目**についてです。

装着時の工夫・注意点

工夫：ストーマ袋（パウチ）の設置する向き
介護者がストーマ袋（パウチ）からの排出のケアを行う場合や、臥位（横になった体勢）での時間が長い場合、排出口の向きがやや外側の向きになるように装着するとケアがしやすいです。



注意点

気温により面板の状態が変わります。

汗をかくと面板の粘着が弱まり、皮膚保護剤の性能が低下することがあります。漏れる前に、早めに交換しましょう。特に夏は汗をかきやすいので注意しましょう。

冬は低温で面板が冷えることにより、貼りつきが悪くなるものもあります。

面板を貼る前に、手のひらや脇の下などで面板を温めてから貼り付けましょう。

装具の廃棄

ストーマ袋（パウチ）内の排泄物はすべてトイレに排出してから、廃棄します。空になったストーマ袋（パウチ）はお住まいの自治体のごみ処理方法に合わせて廃棄してください。見えないように新聞紙などに包んだり、排泄物や臭いが漏れないよう、ビニール袋に入れて固く口を縛っておくとよいでしょう。

装具の保管

装具は必ず使用期限内のものを使用しましょう。

使用期限は、製品が入っていた箱の側面などに記載があります。また面板に使用されている皮膚保護剤は高温多湿、低温乾燥が苦手です。年間を通じて 15～25 度程度の安定した気温下で、平らにして保管しましょう。

【ご案内】

日本オストミー協会横浜市支部

オストメイト秋の相談交流会 in 戸塚

オストメイト同士で気軽にお喋りしませんか？

～オストメイト秋の相談交流会 in 戸塚～

日時：2026 年9月5日（土）（受付 13 時～）13:30~16:20

会場：横浜市戸塚区総合庁舎 3 階多目的スペース大

〒244-0003

神奈川県横浜市戸塚区戸塚町 16 番地 17

https://totsukatamokuteki.hall-info.jp/access/

内容：グループ体験懇談と WOCN 個別相談

講師：大船中央病院　皮膚・排泄ケア認定看護師　光平真由美様

参加：無料

申込：先着 50 名様まで。

問合せ：横浜市オストミー協会（公益社団法人日本オストミー協会横浜市支部）

ostomy@hamashinren.or.jp

045-475-2061（呼）火曜・木曜・土曜　10 時～16 時

申込はこちらから

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？

今号にメッセージをお寄せくださった会員様のように、この夏、ご旅行や外出されていらっしゃる方も多いのではないでしょうか？
ぜひ皆様の旅行記、お寄せくださいませ。お待ちしております。

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、下記にお声をお寄せください。

start@hollister.co.jp

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 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