

2026 年 9 月 30 日配信号



秋もだんだんと深まり、コスモスや、梨や柿、ぶどうなど、秋らしい花や果物が店頭に並ぶようになってまいりました。

暑くもなく寒くもなく、行楽にはもってこいのシーズン。
皆様は何かご予定がありますか？

今号の目次

【ご紹介】外出時の持ち物について

【ご案内】日本オストミー協会横浜市支部　人工肛門医療講演会

【ご案内】日本オストミー協会大阪府支部　若いオストメイト交流会

【紹介】

外出時の持ち物について

外出する際は、いつでもどこでも不慮の漏れに対応できるように、1回分の装具を携帯することをおすすめします。

【おすすめのセット内容】
以下①～⑨をポーチなどに入れて持ち歩きましょう。

① 装具
② 洗濯ばさみ
③ ビニールまたはチャック付きのバッグ
④ ゴム手袋
⑤ 外周シール
⑥ はくり剤
⑦ ウェットティッシュ
⑧ ティッシュ
⑨ 水のいらない洗浄料

【会員様の実例をご紹介】
①ビニールコーティングされたポーチ。少しの水に当たっても中身は濡れません。
②旅行用小物整理カバンに入れています。かさばりますが、何が起こるかわからないのでいつも持ち歩いています。
③使用する順番がわかるようにシールを貼り付けて使用しています。



外出時に「ヒヤリ」とする場面での対処方法についての記事もございますので、ぜひ参考になさってみてください。

参考記事は

こちらから（8～9 ページ）

【排泄物の処理のヒント】
便臭と汚れ防止に、拭き取ったティッシュなどはそのままゴム手袋で包んで捨てればほかの場所に便が付着するのを防げます。

便臭と汚れ防止に!



準備を整え、安心して外出を楽しみたいですね。

【ご案内】

日本オストミー協会横浜市支部　人工肛門医療講演会

ドクターによる医療講演会のお知らせです。

日時：2026 年 10 月 17 日（土）受付　13:00～　交流会　13:30～16:20

会場：横浜市健康福祉総合センター　8 階 AB 会議室
〒231-8482　神奈川県横浜市中区桜木町 1-1
https://www.yokohamashakyo.jp/shafuku-center/

テーマ：「人工肛門と長く安心して暮らすために～ストーマトラブル、受診の目安や治療、最近の話題について～」

講師：神奈川県立がんセンター　消化器外科　沼田　幸司先生

形式：対面式　＆　オンライン（日本オストミー協会会員は、ZOOM オンライン参加可）

問合せ：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

詳細はこちらから

申込はこちらから

【ご案内】

日本オストミー協会大阪府支部　若いオストメイト交流会

のご案内

大阪府支部では、今秋も 60 歳未満のオストメイトの方を対象に、第 24 回交流会を開催いたします。
※当日はなるべくマスクの着用をお願いします。

日時：2026 年 10 月 31 日（土）13:30-16:00

場所：大阪市北区民センター
〒530-8401　大阪府大阪市北区扇町 2 丁目 1-27
https://www.osakacommunity.jp/kita-center/

講師：堺市立総合医療センター　皮膚・排泄ケア認定看護師 南部　真理恵先生

内容：講演・先生を交えた相談会・フリートーク・業者装具展示など

対象：20代～50代の会員・非会員のオストメイトとそのご家族
医療関係者の方のご参加も歓迎します。

参加申し込み：不要

担当幹事：日本オストミー協会大阪府支部　二田　浩
TEL：090-1191-1271

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？

先週のシルバーウィーク、皆様はどこかへお出かけなさいましたか？
ぜひ皆様の旅行記や旅行を楽しむための工夫やコツなどありましたら、ご紹介ください。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