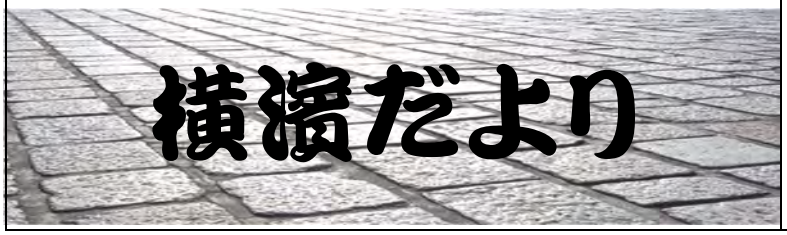
1998年10月9日第三種郵便物認可(毎月3回8の日発行) 2025年6月4日発行 SSKU増刊通巻第8189号 横濱だより No.221

SSKU JOA 横浜市オストミー協会



令和７年７月号
No.２２１

編集人・横浜市オストミー協会
222-0035　横浜市港北区鳥山町1752
障害者スポーツ文化センター横浜ラポール3階
TEL　045-475-2061（呼）
郵便口座番号　00210-9-5352

発行人　障害者団体定期刊行物協会　〒157-0072　東京都世田谷区祖師谷3-1-17　ヴェルドゥーラ祖師谷102号室
（頒価200円、会費に含まれます）

協会行事予定

夏季 初心者相談会　♪マスク着用

日　　時：令和7年7月12日（土）　開会 13：30　　閉会 16：20
会　　場：桜木町　健康福祉総合センター　８階　Ａ・Ｂ会議室　（展示　Ｆ会議室）
医療講演：横浜市立市民病院 皮膚・排泄ケア認定看護師　櫻田 朋子様
　　希望者は、講演終了後に個別相談ができます。
情報紹介：「福祉の手引き」等の紹介説明　　山根 則子 会長
装具展示会：15：30～16：20　　８階Ｆ会議室
　　ストーマ装具業者による取扱商品の展示説明会があります。

※ 会場参加希望の方は、ハガキ等にて返信か、右上QRコードから申込み記入をして下さい。
Zoom参加希望者はQRコードから申し込むか、yoa.2040.1@gmail.comにメールを下さい。

秋季 相談・交流会 ① ②　♪マスク着用

受付開始：13:00　　開会：13:30　　閉会：16:30
日時場所：① 9月 7 日(日)　戸塚区総合庁舎 多目的スペース大
　　② 9月20日(土)　桜木町　健康福祉センター　8階A・B会議室
内　　容：グループ体験懇談と、皮膚・排泄ケア認定看護師による個別相談（希望者）
※ ご都合の良い場所・曜日をお選び下さい。複数日参加も歓迎します。

若いオストメイト交流会

受付開始：12:30　　開会：13:00　　閉会：16:00
日時場所： 9月 28 日(日)　桜木町　健康福祉センター　8階A・B会議室
内　　容：社会保険労務士の講演 仮題「障害年金等について」（オンライン視聴可）
　　グループ交流（会場参加のみの予定）
※ 詳細は9月号にてお知らせします。

※ 地震時に備えて、ストーマ装具を地域活動ホーム内の専用ロッカーに預けるための申込みを区役所で受付中です。期限は６月末。詳細は横浜市ホームページ参照
横浜市トップページ→健康・医療・福祉→福祉・介護→障害福祉→障害福祉に関するお知らせ

第４３回定期総会・講演会の報告

日時：令和７年５月２５日(日)１３時００分～１６時００分

場所：横浜市健康福祉総合センター　４F ホール

横浜市オストミー協会の総会は、今年度は、ラポールシアターが工事中でしたので、横浜市健康福祉総合センターで午後から開催いたしました。受付は12時からで展示も同時刻より見られるようにしました。12時前から参加してくださる方もいらして、受付でも、展示スペースでも多くの会員の方々でにぎわいました。

第４３回定期総会は、長島副会長の司会で進行いたしました。最初に令和６年度に亡くなられた９名の会員のご冥福を祈り黙とうを捧げました。会長挨拶後に議事に入りました。（総会議事内容については、後半に記載します）

総会では、会計に関する質問をしていただき、髙岡監査の丁寧な説明に、会員みなさまには、会に対するご理解をさらに深めていただけたと思えました。質問してくださった会員の方に感謝しております。議事すべてに対して、みなさまから承認を頂きました。

今回は、役員の改選期でした。新任３名含め役員計 13 名、改めて全員の自己紹介をさせていただきました。また退任２名、森田由美子さんは役員、事務局長、監査役など30 年もの長きにわたり、会のために動いてくださいました。森田さんは、横浜市のピア相談員として残ってくださいますので、まだまだ相談やお話はできます。みなさん森田さんに会いに来てください。幹事の西山哲朗さんは、横須賀の遠方から通い、特に会報「横濱だより」の印刷発送を担ってくださいました。紙さばきがとても上手で、彼がいなくなった後、紙さばきは誰ができるのかと心配しております。退任お二人の挨拶後、ご苦労様と感謝の思いをこめ拍手を送り、会より花束を贈呈しました。

総会後は、展示業者・メーカーから商品紹介をしていただきました。
業者メーカーによる展示は、㈱ウエル・カムサポートセンター、ソリュウション㈱、ヤガミホームヘルスセンター、コンバテックジャパン（株）、㈱ザイタック、イーキン、㈱光洋、アルケア（株）、㈱ホリスター、ダンサック、さつき㈱の１１社にご協力いただきました。医療講演が始まるまで休憩 15 分のところ 20 分強の時間を取ることができましたので、ロビーでは会員の方々が熱心に装具などを見ていました。

医療講演会は、顧問医の三浦猛先生による「がんよ　ありがとう」と題し、ご講演いただきました。2022 年 10 月悪性リンパ腫にかかり、2023 年３月には帯状疱疹に罹患されています。“死について”“生について”深いお話をお聞きすることができました。

三浦先生は、13 時にいらして総会を会場で聞いてくださいました。

帰り際「良い会だね」とおっしゃってくださったことが印象的でした。

例年とは違う会場でしたが、会員みなさまの流れもスムーズで、業者メーカーの方々には机の並べ、片づけと協力いただきました。

ご参加みなさまのご協力のお蔭で、総会、講演会と予定通り滞りなく進めることができましたことに感謝申し上げます。

ありがとうございました。

≪総会議事について≫

出席者数　会員 86 名　　委任状数　８３名

議長選出：日本オストミー協会横浜市支部会則　第４章　第 16 条４「支部総会の議長は，支部長がこれにあたる」となっていますので、支部長でもあり会長の山根則子が議長を務めることを説明しました。

定足数成立発表：議長から、会員数 ３１１名のところ出席数 86 名、委任状出席は８３名で、定足数１５６名を超え、よって本日の定期総会は有効に成立していることを確認したと発表しました。

議事録署名発表：議事録署名は、議長の山根則子と副支部長の長島正美と事務局長向後和恵が行うことを発表しました。

議　事

（1）「令和６年度事業報告（案）」及び「収支決算報告書（案）・監査報告について」

総会資料に基づいて、向後事務局長より令和６年度事業報告について説明が行われ、引き続いて秦幹事より収支決算報告の説明が行われました。また髙岡監査より監査報告がなされた後、質疑に応じました。

会場からの質問は、

Q：行事費が予算に比べかなり少ないが…

A：宿泊バス研修旅行などを予定して予算を組んでいるが、宿泊バス研修旅行をまだ復活できていないことや、ほか参加費を取る行事への参加者が、コロナ前に戻っていないことによる。

Q：「よくやっていらっしゃると思います。これからも頑張ってください。」との言葉をいただけた。

＊　３つの議案に関して採決を行なったところ、賛成多数により可決承認されました。

（2）「令和７年度事業計画（案）について」、「収支予算（案）について」

総会資料に基づいて、向後事務局長より令和７年度事業計画について説明が行われ、引き続いて秦幹事より収支予算についての説明が行われた後、質疑に応じました。

会場からの質問は、

Q：決算書で行事費が 60 万円ほどで予算に比べかなり少なかった、それなのに予算書で

100 万円も計上しているのはなぜか？

Ａ：宿泊バス研修旅行、新年会、総会にコロナ前と同様の人数が参加するとして行事費に計上し、予算額が積立金の額を下回らないようにしている。

＊　２つの議案に関して採決を行なったところ、賛成多数により可決承認されました。

（３）「横浜市オストミー協会会則改定（案）」

総会資料に基づいて、改正理由、改正（案）の表について﨑山副会長が説明しました。この件についての質問はありませんでした。

＊　議案に関して採決を行なったところ、賛成多数により可決承認されました。

（４）「支部役員の承認」

日本オストミー協会横浜市支部会則　第３章　第 13 条　により、「支部役員は、支部長が推薦し、支部役員会で承認を得たのち、支部長が委嘱する。」ことになっていることを説明しました。

今総会では、支部役員は 2 年ごとの改選期となります。総会資料の１９P 四角囲みの１３名の役員名を記載していることを伝えました。

３名は、新任で、田口雅之さんは、１０月の役員会にて選任し、承認され、１１月より役員として活動しています。幹事の芹澤久美子さん，鑑査の秋山菜穂美さんは、４月の役員会にて選任し、承認され、４月より役員として活動しています。

今回改選期でしたので、改めて役員全員の自己紹介の時間を取りました。

次に退任お二人を紹介しました。

＊　役員の承認をお願いし、承認されました。

（５）その他

その他として、協会発展のための前向きな提案などの発言を求めました。挙手がなかったので、その他の議事を終了としました。

以上をもって第４３回定期総会の議事をすべて終了いたしました。

＜今回退任の森田さん、西山さんに花束贈呈＞

新役員のご紹介

港南区在住の芹澤久美子と申します。4月より毎週木曜日、事務局を担当することになりました。中学生の頃に潰瘍性大腸炎を発症し、再発を繰り返した結果、大腸全摘出手術を受けてイレオストミーとなりました。オストメイト歴は約25年です。事務局の仕事はまだ不慣れですが、誠意をもって取り組んでまいります。趣味は旅行、ガーデニング、野球観戦で、DeNAベイスターズの大ファンです。どうぞよろしくお願いいたします。

今年度より皆様のお仲間に入れていただきました秋山菜穂美と申します。2016年1月にステージ4の肛門管癌と診断され、化学療法の末に寛解しましたが、翌年に再発し、摘出手術と人工肛門の造設手術を受けました。医師の皆様のおかげで無事に手術を終え、2ヶ月の入院と自宅療養を経て復職し、現在も幼稚園で子どもたちと楽しく過ごしております。命をいただき直し、新たな身体で生きていることに感謝しながら、日々を大切に過ごしています。これからもどうぞよろしくお願い申し上げます。

第３７回全国大会（北海道大会）の報告

第３７回全国大会は、２０２５年6月１４日（土）から１５日（日）に札幌市教育文化会館で開催されました。１４日は支部長会議、20/40交流会、合同交流会と懇親会、１５日に定時社員総会、講演会などが開催されました。

横浜市支部からは、支部長の山根、代議員の小野、武内、秦（長島の代理）、本部理事の崎山に加えて、一般参加で田口と中世古が出席しました。

また、20/40 交流会では運営サポートも行い、司会を武内、オンライン機材設定運営を崎山が担当しました。

★支部長会議について　（山根記）

昨年の静岡大会に続き、3つのテーマで5グループに分かれて話し合いました。テーマ①「新規会員の獲得状況」　②「自治体への給付金基準額改定要望書提出状況と課題」③「支部会員高齢化により支部長や役員のなり手が無いなど、自支部の課題を３つ挙げその解決策を探る。」

昨年度と同じ支部の方々と同じテーブルで、昨年度は4支部の参加でしたが今年度は受け持った6支部全員参加して下さり、充実した時間を共有することができました。
会員数の少ない支部の方々でしたが、退会者が多い中で4人入会1人退会と増えた人数が多く、それだけで一歩前進と思えましたし、また1年間は会費を取らずまずは参加してもらうことに重点を置いているとの話に、この1年間の他支部の活動の変化、努力を感じ取

ることができました。また会報を販売店通じて一般オストメイト1500人に配布するという具体策には、大きな力を感じました。支部間の情報交換や具体的な活動案に、横浜市支部としても学びが多く、今後の活動を柔軟に考えるきっかけを頂くことができました。

★20/40交流会（若いオストメイト交流）について（武内記）

今回初めてのハイブリッド開催でした。オンライン、会場参加共に約50名近い方が全国から参加し、前半は東京支部の中島小百合さんによる、「現役世代が推す！装具選手権！」と題して事前に138名が回答してくれたアンケートで、装具やアクセサリーについていろんな観点から現役世代が推す！装具を楽しく講演をしてくださいました。

グループ交流では、オンライン2チーム、会場3チーム種別で行いました。

【コロのチーム】では、潤滑剤や外周テープの話、活動的な世代なので、潤滑剤はどれが自分にとってベストだったか、外周テープは、スポーツをしていても剥がれず良かったもの、ベルトは汗の吸収が良いものはどれか。いろんなメーカーのお話が出ました。また前半の講演で「販売店に満足しているか？」の話題が出たので、それについても話をしました。販売店を替える方法（地域によっては薬局を通して注文するので中々替えづらい、という声もあり）、装具の送料負担についてや、給付対象商品についても地域によって差がある事にいろいろと意見が交わされました。

給付金については、北海道は、1か月で9000円。横浜は、10000円。格差はあるものの、活動的な世代は「足りない」という人が殆どでした。装具費用に関して、全て非課税にして欲しい、という意見や、最近は最初から、又は条件付きで送料を加算する販売店も出てきた。「送料というものは、払わなければいけない。」という事は理解している。送料無料というのは、販売店が肩代わりしているのも理解している。しかし、いざ支払いをする際、「何故私はこんな目に・・・。生きるためにこの費用を払わないといけないのだろう？健常者だったらこんな事にお金を使わなくてもよかったのに」という気持ちになると毎回落ち込む。オストメイトに関わらず、いろんな障害を持って生きる人の為に、そのような医療装具を配送する際は、無料で配送できる仕組みを、販売店と行政で意見を交わして欲しいとの要望も出ました。

【イレオ・クローズのチーム】（秦記）

イレオ（7名）ストーマ閉鎖（3名）その他（メーカーとWOC）という構成のチームに入り交流しました。北海道、本州はもちろん、九州、沖縄、四国と様々な地域からの参加がありました。

話題の中心は、今回のテーマでもある補助金増額について。各自治体により月にして8,000円台の地域がある一方、13,000円という地域もあり5千円近く違うこと、また補助の対象になる商品も違うこと。引っ越しにより補助金額と対象商品が変わり、地域差が大きいことに愕然とされた方もいました。

また一時ストーマを３ヶ月で閉鎖された東北地方の方とお会いしましたが、その方は

主治医が診断書を書いてくれて実際に補助を受けたそうです。噂には聞いていましたが本人を目の当たりにして事実を聞きびっくりしました。

増額の成功例の一例としては、市議会議員等に不足を訴え支援を仰ぐこと。他の増額された自治体を引き合いに出すこと。却下される理由の多くは補助金を使い切れない方が多いことを指摘される。却下されないようにするにはどのような取り組みが必要か。

もうひとつのテーマである会員数の減少問題は、会員になるメリットを増やすことが大事。楽しい会にする。会費を減らすことはできないか？などの議論も行いました。

一番大変な入退院前後や装具補助のお知らせの時にオストミー協会のことをWOCナースや自治体、販売店等からご紹介いただくことができないか等議論しました。

★合同交流会　（小野記）

合同交流会は、各県の方と地区研修会のような会でした。北海道から参加された93歳の方は術後11年で、はっきりとお話しされ、とてもお元気でした。新聞で知り、協会に入ったそうです。入会してからは、病院に行くより頼りになる協会で安心しているそうです。担当のWOCNさんも、会報を見ているようで、今回の全国大会も知っていたようです。

この日、初めてオストミー協会に来られた方は北海道の方で85歳。術後45年で、2年前まで洗腸していたので装具の費用もそれほどかからなかった為、装具の補助金の事も知らなかったそうです。洗腸をやめたら装具にお金がかかり、困っていたら補助金の事を区役所で知り、驚きましたと話されました。今回は装具メーカーのチラシで知り、参加したとのことです。

鹿児島の方は、会が何をしているのかわからなくて、術後8年経ってから入会したそうです。ストーマのわずらわしさでイライラし肌は荒れ、誰にも相談できなかったので、入会して良かったと今は思いますと話されました。

鳥取の方も会があることは知っていたが、特に入ろうとは思わなかったが、広報を見て入会したそうです。支部長がかなりの専門家で頼りになりますと話されました。

岩手の方は入院中に会の事を教えてもらえなった。市役所で協会の事を知ったが、私が行く場所ではないと思ったので、直ぐには入会しなかった。今は役員になり、皆さんが参加して頂けるように努力しています。会の帰りには、良かったと思えるように、「又、会おうね」と声掛けしているそうです。

徳島の方は看護師の方で、お母様がストーマになり看護師でありながら、ストーマの事はＷＯＣＮ任せで何も勉強していなかったので参加しました。会がどのような事をしているのか、理解度が低いので、知りたいそうです。

旭川のＷＯＣＮの方も、オストミー協会の内容をもっと深く知りたいと言っていました。手術前に入会される方とかいるのでしょうか？と聞かれたので、横浜では、そういう方もいますし、手術前に話を聞きに来られる方もいますと話しました。

全国の方とお話しが出来て、楽しかったです。横浜は、沢山の研修会をやっていて、ＷＯＣＮとのつながりもそれなりにあって、素晴らしいと思いました。

その後は、懇親会でさらに他県の方と知り合う事が出来ました。奥様がストーマになり、家族（ご主人と娘さん）もオストミー協会に入会されたそうです。ストーマは大変か

もしれないが、高齢になって介護を受けるようになったら、便の始末が楽だから絶対良いからと手術を勧めて、ストーマになったとご主人が話していました。

2日目は社員総会と講演会。旭山動物園の園長さんの動物のお話はとても素晴らしく、近くの円山動物園に行きたくなりましたが、帰りの飛行機の時間があり、断念しました。今回、崎山さん、武内さんの活躍がとても素晴らしく、横浜市支部は力がある支部だと思いました。

★展示関係

支部展示は、秋田、東京、宮崎、山口、北海道、横浜に加えて２０／４０グループもパネルを出していました。
販売店メーカーは、日東製薬、ムトウ、アルケア、コロプラスト、コンバテック、ホリスター各社の展示がありました。

★定時総会

報告事項の説明・質疑につづいて決議事項の審議に入り３つの議案はすべて承認されました。
その後の理事会で、現川崎支部長の坂本純氏が新会長に選任されました。

（秦記）総会では、代議員として参加しました。
横浜市支部の総会同様にまず収支予算や財産等の説明がありました。各支部と違って日本オストミー協会本部は市や県からの助成金などがないことから会員の減少がダイレクトに響くとのことで、今回預金の取り崩しをしたとのことでした。説明中も代議員の方からのご意見が飛び交って予定時間をかなりオーバーしていました。

横浜市支部も会員数の減少が続いていましたが、昨年度は会員数を増やせています。なお300名を超えている支部は他になく全国1位です。会員数が減ってしまうと議席数が減り、会の助成金を削減されてしまう可能性もあります。引き続き各方面や現会員様からのお力添えをいただきながら会員数を増やせたらと思います。

★講演会

元旭山動物園園長の小菅正夫様による市民公開講座で「動物は素晴らしい！！」というテーマで講演いただきました。時間に縛られないチンパンジーの生活や、オランウータンの充実した暮らしを実現するための飼育環境の工夫など楽しいお話が聞けました。

（秦記）講演会では、ワクワクする楽しい話を聞くことができました。
「旭山動物園物語」（西田敏行主演で超豪華な俳優陣）という映画を涙ながらに観たことがあり、2年前には旭山動物園と円山動物園に連日通うほど動物園好きです。

以上

令和７年度　役員業務分担表

2025.6.12

	役職	氏名	支部	書類作成担当	本部	県下三支部 連絡協議会	浜身連	横浜市	行事表等配布 ＜情報収集＞
1	会長・支部長	山根　則子	渉外企画、介護職研 ピア相談研	共同募金報告書		理事 県社適報告	監事 市社適報告		神奈川・旭 瀬谷・金沢
2	副会長・副支部長	長島　正美	土曜日担当　ＩＴ担当 会員名簿、若年、ＨＰ、広報	事業報告 事業計画	代議員（R7-8）	理事	理事		
3	副会長・副支部長	崎山　達也	若年　ＩＴ担当　渉外		業務執行理事	理事			南
4	幹事 事務局長	向後　和恵	木曜日担当 出納担当 会費＆入会担当		会員・名簿連絡		運動会補佐 福祉大会	ウロ相談員	都筑
5	幹事	小野　夏美	火曜日担当 研修旅行等行事		代議員（R7-8） 装具国際送付 他支部会報		運動会 福祉大会	コロ相談員	泉
6	幹事 会計	秦　慶子	若年担当 会計担当	収支報告予算書 社適報告書	本部会費・預り金等 代議員補欠				戸塚・磯子 保土ヶ谷
7	幹事	武内　美絵	若年ＩＴ担当 研修旅行等行事		代議員（R7-8） 20/40運営メンバー				鶴見・港北
8	幹事	片山　豊	会報編集・印刷	横濱だより					栄
9	幹事	菅野　宏二	会報編集委員	横濱だより			会報編集委員 囲碁将棋大会		青葉・緑
10	幹事	田口　雅之	ホームページ担当		代議員選挙管理 委員会委員長				中・西
11	幹事	芹沢久美子	事務局、　ピア相談研 出納担当補佐 会費＆入会担当						港南
12	監査	髙岡　泰博	業務・会計監査 会報編集長	横濱だより		理事	代表社員	ウロ相談員	
13	監査	秋山菜穂美	業務・会計監査						

森田 由美子						コロ相談員		

令和７年４月春季相談・交流会報告

4月12日（土）に春季相談・交流会①を、桜木町の横浜市健康福祉総合センター（８Ｆ会議室）において開催いたしました。

参加者は、コロストーマ　１７名（内、一般参加３名、付添１名）
ウロストーマ　１６名（内、一般参加１名、付添１名）
イレオストーマ　３名（内、一般参加１名）
講師　１名

個別相談は、横浜市立市民病院の皮膚・排泄ケア認定看護師（＝ＷＯＣＮ）の櫻田朋子様が８人の相談に応じてくださいました。お一人10分程度と想定していたのですが、時間延長してまで丁寧に熱心にアドバイスをしてくださいました。相談会の最後には、個別相談の内容をわかりやすくお話してくださいました。

グループ懇談は、コロ２グループ、ウロ２グループ、イレオ１グループの５グループになりました。多いグループは９名いらして、グループの話が干渉しあい聞きづらいところもあったようです。できれば６名のグループにしてグループが多くなった時は、Ｆ会議室も使うようにしたいと役員で話し合いました。

4月20日（日）は、春季相談・交流会②を、初めて青葉区の横浜市青葉区福祉保健活動拠点「ふれあい青葉」2階で開催しました。横浜市の広報に案内が掲載されたこともあり、青葉区近隣にお住いの一般のオストメイトからの参加希望が多くありました。当日は、事前申し込み以外の一般の方の参加もあり、付き添いも含め11名が一般の方でした。会員の方と同数で、いつもとは違った雰囲気の相談・交流会でした。

参加者は、コロストーマ　１１名（内、一般参加４名　付添１名）
ウロストーマ　９名（内、一般参加５名　付添１名）
イレオストーマ　２名
講師　１名

個別相談は、訪問看護ステーションまるっとけあ新横浜の皮膚・排泄ケア認定看護師（＝ＷＯＣＮ）の石塚千鶴様が８名の相談に応じてくださいました。石塚様は訪問看護ステーションにあったカタログと様々なストーマ装具用品をお持ち下さり、自由に手にとって見れるように並べてくださったので、一般の方々は手に取り熱心に見て、初めてお会いする方とも情報交換をされていました。

参加者は２日間合計で６０名。
内訳は、コロストーマ　２８名（内、一般参加７名　付添２名）
ウロストーマ　２５名（内、一般参加６名　付添２名）
イレオストーマ　５名（内、一般参加１名）
講師　２名

各懇談会での発言内容（質疑、意見・情報交換）はグループ毎に次の内容でした。

Ⅰ．４／１２　健福センター

（１）山根グループ（コロ７名、家族１名）

Ｆさん：（港北区、術後４年）　ストーマの形が私の場合だ円形のため、工夫しつつ生活し

ています。スポーツも楽しんでいます。食事はよく噛んで食べることが大事。よく噛むことによって唾液が出て消化を助ける。

Oさん：(戸塚区、術後1年)　手術から1年たち、体重も増加した。ストーマの部分が出っ張ってきたのでストーマ外来を受診しようと思っている。
お腹が痛くて冷や汗が出て、救急車で入院。2日後腸破裂で手術しコロになる。様々病気を抱えているので一つ増えたという感じ。お腹がずーと痛くて1か月半入院。退院するころにはストーマ装具の交換は自分でできていた。ナースからも「安心だわ」と言ってもらえた。生活の質はそんなに落ちていない。

Hさん：(金沢区、術後３．５か月)　自覚症状もなく、ある日突然お腹が痛くなり、救急車で入院、数時間後にストーマになった。半日すぎていたら命はなかったといわれたが、術後3.5か月で右往左往するばかり。メンタルが地下に潜って外に出られていない。分からないことばかり。ナースによって対応が違う。全身かゆいことがある。排せつ物を見るのも食事をとるのも嫌で、牛乳とヨーグルトを食べている。体重が減ってしまった。

Kさん：(保土ヶ谷区　術後２年)　2年過ぎ、生活のリズムに慣れて落ち着いてきました。趣味の作りごとにも余裕が出てきました。訪問看護に定期的に来てもらっている。

Tさん：(戸塚区、家族)　父（術後30年）の代理で参加。認知症の父の代わりに学び、知識を得るためみなさまのお仲間に入れていただきたいと切に願っております。みなさまの話を聞きながら、父がこの場に参加していたらどんな表情をして聞いているのだろうと考えていました。

Nさん：(港南区、術後６年)　手術をして6年たちましたが、毎年検査をするとポリープがいくつかあります。今年で病院を離れると思っていましたが、まだ病院の検査を続けたほうが良いと言われました。ストーマ外来も行く予定にしていますが、もうちょっと考え中です。

Ｔ２さん：(港北区、術後５年)　ステージ2で直腸がんの手術をし5年たち、検査は放免。面板と皮膚の間に便が入り、不快な日が多いですが、自分で工夫しながら過ごしております。娘がラインで、「母はストーマになりました」と送ったので、みんな知っている。トイレなど気を使ってもらえる。

＊全体としては、食事でどんなものを食べているか、消化に悪い食べ物などの話をしました。
　またトイレの話しでは、見た目がわからないので、多目的トイレを使って出たときに「なぜそのトイレを使っているのよ」といった冷ややかなまなざしを向けられることがあるとの話あり。
　自身のストーマのことを周りの人に伝えているかという話題では、どうしても必要な時には伝えるが、知らない友達もいると話された方もいました。

（2）小野グループ（コロ６名）

Tさん：(神奈川区、術後５年)　ヘルニアの手術をした。１日に2～3回排便がある。装具はワンピース使用で２日おきに交換している。坂道を長く歩くと便がもぐる。(漏れてくる)

Sさん：(市外、術後39年)　白内障で目が悪くなり、装具の張替えが困難になってきている。訪問介護にお願いして来てもらって装具交換などお願いしたいと思っているが、Aは￥700、Bは￥3500と言われて、金額の違いはなんだか分からない。両方にお願いして調べるしか方法がないのか。

Hさん：(旭区、術後１年半) 大腸がんの後、小腸ストーマ５か月、その後に永久ストーマになった。仕事を続けながらの治療、寛解を経て障害者枠で転職。色々な事を経験した。ストーマの事で特に問題はなかったので、オストミー協会の事は知っていたが、来なかった。今回は、他の人の話を聞いて参考になることがあればと思い参加した。

Sさん：(戸塚区、術後３年) 風邪のせいなのか、便がゆるくなって困る。隣との距離が狭く、トイレに換気扇を付けられないので、家族に臭いと嫌がられる。放送大学を見て勉強している。いくつになっても学びは素晴らしいと思う。

A：私は、トイレ洗剤ドメストの匂いが強いので、それをトイレの便器にまいている。匂いが少しは消されると思う。

Kさん：(南区、術後８か月) ストマの周りがただれる。週に２回ストーマ交換に看護士？に来てもらっている。１回￥700。家族と一緒に生活しているので、助かっている。

Aさん：(磯子区、術後８年) 肛門管がんという希少ながんになり、全身のリンパにも転移してステージ4と言われた。その後、同じがんに再発。抗がん剤、放射線治療を経て、現在は幼稚園勤務に復帰している。

＊全体としては、腸閉そくにならないように、良く噛んで食べる事。
大腸検査の話。横浜では災害時用に装具保管が出来る場所があるので登録しましょう。
いつ何があるかわからないので、装具は常に持ち歩きましょう。

（3）菅野グループ（イレオ３名）会員１名･一般(初参加)1名･役員１名

Mさん：(旭区、術後5年) 腸閉塞からストーマ造設に。食後の（パウチからの）漏れに困っている。食事の内容に注意を払っているが解決できない。量にも気をつけている。パウチ面板の外縁部とおへそが近く、凹凸が大きいのでそこから漏れることがある。ストーマ外来などで相談し、いろいろ工夫をしているがまだ解決できないでいる。
⇒パウチ面板からの漏れよりも、まずストーマ周りからの漏れを防ぐように、円形皮膚保護剤の使い方を図示しながら相談しました。(成功例から)

Tさん：(神奈川区、術後11ヶ月) 食生活が原因で腸閉塞になり、ストーマ造設に至った。来月で造設から1年。ストーマ生活には慣れてきたが、まだ入浴に戸惑いがある。（皆さんどうやっているのか？）術前に比べ、体重が10kg以上減少したまま回復できていない。退院前の食事指導を守り、家族の気遣いでいろいろ制限されている。食べたいものが種々あるものの願いが叶わない。それが少々ストレス！？
⇒広報をご覧になっての初参加。いろいろ情報を欲しているそうなので、協会の研修会や会員として行事などを説明。入会のお誘いをしました。

進行役 菅野：(都筑区、術後9年余) 今回はコロの方々とは別のグループ懇談で少人数でした。イレオ特有の話題を、ゆっくり一人一人お話ができました。(紙に図を描きながら話し合い理解を含めることができた）人数が少ないデメリットは、話題の展開が大きくならなかったこと。進行役の力量も試されました。

（4）高岡グループ（ウロ８名）

S1さん：(南区、術後10年) ストーマ周りは良好、６７才で手術した。尿管に３ｃｍ癌が浸潤していたら腎臓も摘出と事前に言われていたが、幸い２ｃｍだったので摘出され

なかった。別件で胃も脾臓もない。腸閉塞５回。失敗談としては、飲み屋ではがれてタクシーで帰った。装具交換時に面板をきちっと押さえて貼り付けていなかったためか、４日で交換のところ３日目ではがれた。労災病院のストーマ外来がなくなった。

Mさん：(磯子区、術後11年) ストーマは良好。漏れたこともない。１日１万歩歩いていたが、７０００歩に減らした。便秘は酸化マグネシウムを飲んでいる。便意はなくてもトイレに行って座るのが効果的だった。腸閉塞一歩手前の経験はある。

N さん：(金沢区、術後５年) ストーマ関連は良好です。コロナ時に手術日程が二転三転したのが大変だった。失敗談としては、レッグバッグが一杯になりチューブがはずれた。また、寝返り時にはずれたこともある。腸閉塞１回。

S2さん：(港南区、術後2年3ケ月）奥さんに装具交換してもらっている。二度ほど夜間ウロバッグのロックをし忘れたことがある。床が水浸しになるのでウロバッグの下に発砲スチロールの箱を置いている。(注：洗面器で受けている人もいる）腸閉塞１回。

O さん：(金沢区、術後15年) ストーマがうっ血していて、サイズが42～43mmある。自分で交換するのは無理と医師に言われ、訪問看護を週２回受けている。中２日での交換が必要になりそうで装具も含めて検討中。昨年２月に腸閉塞。

K さん：(旭区、術後２ケ月弱) ４年間に Tur-Bt を６回行い、抗がん剤や BCG を入れたが、それも限界ということで手術した。夜間ウロバッグに尿が流れず、ストーマバッグが一杯になって漏れた。

S3さん：(戸塚区、術後26年) ストーマは順調で腸閉塞もなし。

進行役 高岡：(神奈川区、術後15年半) 腸閉塞一歩手前の通過障害を３回経験した。トイレで冷や汗を流しているうちに固くなっている腸の個所を通過したり、一度は夜間救急にも足を運んだ・

※ 装具交換場所は、脱衣洗面所が多く、リビングルームは少数派だった。

（5）向後グループ（ウロ６名）

Mさん：(保土ヶ谷区、術後５か月) 皮膚保護剤の溶け崩れがつまって、尿がストーマ付近にたまりがちなのが気になる。ツーピースからワンピースにする相談をしている。

Ｔさん：(南区、術後１年５か月) 痛みはなくなったが、腹部が晴れている感じがする。難病の申請をしていて、訪問看護師に週２回交換してもらっている。運動するように言われた。

Wさん：(南区・術後５年) 横側の剥がれが気になる。お風呂に入るたびに、貼り替えている。ヘルニアになってきていて、ベルトを付けている。

Ｏさん：(南区・術後１２年) 仕事をやめてから、運動とかいろいろ楽しんでいる。

Ｋさん：(栄区・術後１４年) 整形外科に通って治療中です。

Ｓさん：(港北区・術後１８年) 何年かに一度、血尿が出て、ＣＴ検査他しても異常がないと言われる。

＊ 皆さん非常用の装具は、持ちだしやすい場所に保管している。

Ⅱ．４／２０　青葉区交流会

（1）武内グループ（コロ５名）

Ｙさん：(青葉区、術後半年)　週1回、訪問介護でストーマ装具を交換してもらっている。まだ半年で、これで良いのか？わからない部分が多くある。水分補給をしっかりするように。と言われているが、例えば便秘になっている時は、ストーマは痛いのか？どんな便だと気を付けなければいけないのか？

Ｔさん：(南区、術後1年3カ月)　体調は良好。半年間、シャワーで過ごしていたが、お風呂に入れるようになった。ストーマ面板の周りをガッチリ入浴テープを貼っている。家族に気を遣い、一番最後にはいっている。自分で臭いが気になる時がある。食事は何を食べても大丈夫だが、きのこ類はきをつけている。

Ｓさん：(青葉区、術後15年）どうにか暮らしています。他にレビー小体型認知症になっています。

Ｎさん：(港南区、術後6年）6年経ちますが、あまりストーマ外来に行けていません。便秘がちで、困っています。

Ｔさん：(鶴見区、術後13年）最近、整腸剤と、マグネシウムを飲む機会が多くなった。きのこ類で思い出したが、以前、鍋料理で、エリンギを入れた際、煮込みが足りずに、エリンギの毒素(シアン)にあたり、お腹下して大変な思いをしました。エリンギは良く煮込むように。ご注意を。充分加熱すれば大丈夫だそうです。

※全体として、ストーマ装具の交換は週2回～3回は必要。便の状態が良好になるには3食きちんとバランスよく食べる事。腹満感を感じたら、マグネシウムや、整腸剤など自分にあった解消法や投薬をする。
また、ご夫婦で参加されていた方には、ストーマ生活は、オストメイト本人は常に家族に対して気を遣っていて、「家族にも言いにくい、オストメイト本人にしかわからない気持ちがある」という事を家族も理解して欲しい という事もお話しました。

（2）菅野・山根グループ（コロ・イレオ７名）

Ｏさん：(青葉区、術後８年８か月）職場健診で血便がわかり手術した。装具は中４日で交換。ストーマの周りがただれ皮膚科に通ったこともある。装具は業者から見本を送ってもらい、かなりの数を試した。
肛門は縫っているが、臓器が落ちてきているような感じで違和感がある、入浴時におす（押し込む？）と多少良い日が続くが、また痛くなる。

Ｍさん：(港北区）93歳の母親がオストメイト。おととし腸閉塞で5回入院し、6回ステントを入れたがもうそれ以上無理と言われ、3月に手術。退院し、それまでいたグループホームに戻った。ストーマ装具の交換は3日に1度。訪問看護師に装具交換をお願いしているが、ホームの職員は装具交換をしない。退院して２度、漏れで家族が呼ばれた。この頃は漏れないよう面板の周りをテープで補強してくれているので呼ばれなくなったが、3日に1度は医師の指示書で訪問看護ステーションを利用している。医師の指示書が出なくなったら、家族が通いをしなくてはなりません。情報をいただきたくて参加しました。

Ｆさん：(青葉区、術後半年）週３日透析に通っている。ストーマ手術は一時か永久かと聞かれたが、永久にしてもらった。週２日訪問看護ステーションの方に装具交換をし

てもらっている。ストーマ周りがかゆくなる。肛門は縫っていない旧肛門から漏れているような感じ。(腸が残っていると腸液が出る)
透析時間は４時間、その間中断してトイレに走らないで済むように、排便時間？装具？がもつようにしたい。

Ｓさん：(青葉区、術後３１年) テニスをしたいため３１年毎日洗腸をしてきた。海外旅行もしてきた。82歳になり、これからが心配。いまのまま洗腸を続けていていいのか、迷っている。洗腸をしている方の話を聞きたくて参加。

Ｔさん：(青葉区、術後６年) 手術をしてから、今年初めて友達と温泉に行ってきました。入浴用シートを貼って無事入浴できました。友達にはオストメイトであることを話してはいないが、トイレのことや、障害者手帳を使って美術館等入館することを知っているので、おおよそのことはわかってくれている。

＊全体では、自宅トイレの中でどのように便廃棄をしているかの話になりました。普通に座って廃棄する方、便座に逆向きに座る方、便座の前に膝をついて行う方、中腰で行う方など様々なスタイルがわかりました。団地住まいでトイレが狭い方の工夫として、専用の容器に廃棄しその容器から排泄物をトイレに流し、容器を洗った後容器にベビーオイルを塗っているという方もいらっしゃいました。便廃棄のあと便が付着したところの掃除をしてから出てくるという方もいて、トイレットペーパーを敷いて、その上に便廃棄すると、水を流したときにペーパーと一緒に流れ、付着しないで済むという話もありました。

（3）向後・高岡グループ（ウロ５名、内一般４名）

Ｉさん：(都筑区、術後４か月)　手術後非常に痩せていいて、いまだに体重・体調がもとに戻らない。パウチの周りがただれて、かゆい。すぐ漏れて、交換の回数が多い（一日おき）参考になることは、何でも知りたい。

＊装具をコンバテックに替えてみては？と、提案した。

Ｇさん：(術後４か月)　ロボット手術をしたが、回復が遅かった。腸閉塞になり一か月入院した。現在、オプジーボの治療をしている。

Ｏさん：(術後３年３か月)　装具をホリスターからコロプラストに替えた。

Ｍさん：(磯子区・術後１０年６か月)　良好です。

春季相談・交流会 個別相談の概要

＜横浜市立市民病院　櫻田　朋子 様からのご報告＞

質問
①ウロの方：最近腰が痛むようになりました。ストーマと何か関係ありますか？　腰が痛くて最近歩いていません。
→ストーマから尿の流出がなく、発熱があれば尿路感染症も考えられますが、尿の流出が良好で発熱がなければ、ストーマ以外の問題かもしれません。歩いていなければ年齢による筋力の低下かもしれません。原因は色々あると思いますので一度担当の先生に相談するのがよいと思います。

②コロの方：ストーマ周囲皮膚が赤くなっています。ストーマの形は楕円で面板をハサミ

で切るのが大変なので穴が丸くなっている装具を使っています。ストーマのまわりの皮膚は一部くぼんでいます。皮膚が荒れてステロイドの軟膏をつけていますがその対応でよいのでしょうか？

→皮膚が赤くなる理由は、ストーマの近くにくぼみがあることやストーマと面板の穴の形が異なるのでそこに便がもぐって皮膚が荒れているかもしれません。その時は、手で自由に形をかえることのできる皮膚保護剤でくぼみと隙間を埋める工夫をしてみましょう。ステロイド軟膏は、長期間使用すると皮膚が薄くなり弱くなってしまうので継続的に使用するのは控えましょう

③ウロの方：オストメイトになって15年が経ち、週3回妻と一緒にストーマケアを行ってきましたが妻が体調不良になったため今後は、訪問看護を利用することになりました。週3回の訪問は対応困難と言われ週２回でも対応できる装具にするために３種類のサンプルを請求しました。単品系凸面装具、2品系の凸面装具があるけどどちらを使えばよいですか？

→装具はすでにサンプルを取りよせているのであれば、どちらも使ってみて装具が漏れない方を選択すればよいと思います。また、より装具の密着高めるためにストーマのベルトを使用するものよいです。また、交換する方が楽に交換できる装具も大切なのでそちらのご配慮をお願い致します。

④コロの方：手で自由に形をかえることのできる皮膚保護剤（TREシール）の具体的な方法を教えてください

→ご自身で2種類のTREシール（ハサミでカットするもの、1枚で使用するタイプ）をご持参された。実際の物を触りながら口頭で説明した。TREシールは、両面にビニールのフィルムがついているため剥がして使用して頂くことを伝えた

⑤コロの方：傍ストーマがありストーマが脱出気味です。先生から様子観察するしかないと言われました。4日毎に装具は交換できています。そのままでもよいのですか？

→主治医の先生が傍ストーマヘルニアを把握されていますし、装具の漏れがなければ経過観察でよいと思います。緊急性の高い傍ストーマヘルニアは、ストーマの色が赤色から黒ずんだ赤色になること、ストーマ周囲の痛み、腹部の張りなどです。ストーマに血液の流れが滞ってしまっている可能性がありますので普段の装具交換の時にストーマの色の観察をしてください。もし、変化がある時はストーマ外来ではなく医師の診察になりますので、ストーマ造設した病院に受診してください。

⑥コロの方：鈍い痛みがあり病院に行ったら相談もなく緊急手術、ストーマ造設となり3カ月がたちました。肛門は残っています。永久の人工肛門と言われて気持ちがモヤモヤしています。4月から先生が変わり相談していいか悩んでいます。また、面板をハサミでカットするのが大変です。

→急な出来事で緊急手術、ストーマ造設となり沢山の体力と精神力が使い3カ月お過ごしになったことを想像します。肛門が残り永久ストーマと言われると、どうしてストーマを閉じる可能性があるのに、永久と言われるのか、そこに納得がいかないことを想像しました。しかし、先生にも〇〇さんの生活の質を考えたお考えがあると思います。新しく先生が変わるとのことですが、今後、今の自分の気持ちをもう一度新しい先生に話されてみてはどうでしょうか。心身の疲れが強い時は焦って無理をしても、納得したご自分の答えには辿りつかない可能性があるかもしれません。今は時間を見方につけて心身の疲れを癒し体力を戻す時間かもしれませんと言葉を伝えながら傾聴させて頂きました。装具の面板のカットに関しては、既に穴の開いたものがあるのでストーマ外来で相談して頂くことを伝えました。

⑦ウロの方：ストーマ造設して2ヶ月がたちました。装具は2日おきに交換しています。1日延ばしてもよいですか？

→装具はメーカー毎に交換目安の表示があります。ご自身の装具はどの装具なのかストーマ外来で確認して交換間隔をきめていきましょう。ストーマ外来まで時間があれば、1日延ばして皮膚にかゆみや赤みがないかを確認しましょう。もしかゆみや発赤があれば2日おきに戻しましょう。ストーマ外来の担当者に相談しましょう。

＜訪問看護ステーションまるっとけあ新横浜　石塚　千鶴 様からのご報告＞

【相談会での内容】

本日、初めての開催場所であったということもあり、初めてご参加くださった方が多くいらっしゃいました。

①周囲まで排泄物の臭いがするような気がする(家族はしないとのことだが)というご相談がありました。

→消臭スプレーでのマスキングを検討されていたため、「ニオフ消臭スプレー」等の活用も情報提供しました。

②ストーマ周囲(装具の貼付面)のかぶれについてのご相談がございました。ご相談いただいた方は、ストーマ外来に通院されており、直近の外来で装具を変更されていました。

→お肌と装具の粘着成分が合っていない可能性があるため、装具を変更して経過観察しているご様子でした。変更後の装具での赤みや痒み等の経過観察をしてみましょうと説明させていただきました。

③装具交換の頻度、交換のタイミングについて教えてください。ヘルパーさんにお風呂介助をしてもらった後に交換しています。

→7日間など、貼付期間が長いとトラブルの原因となるので、装具の貼付目安期間の確認、定期的にストーマ外来を受診しましょう。ケアマネージャーさんに相談して、入浴介助のタイミング等を相談して決めていくと対策できるかもしれません。

④自宅と外来どちらも同じ装具を使用しているが、自身で貼付すると漏れてしまうというご相談もございました。装具交換する姿勢によって腹壁の状態が変わることや、交換後すぐに靴を履く等の大きい動作を行うと密着を妨げる可能性がある旨をお伝えしました。

→違いのヒントを発見できるよう、ストーマ外来での装具交換時に動画を撮影させていただくことも1つの案としてお伝えしました。

⑤ストーマベルトによる痒み、かぶれについてのご相談をいただきました。

→ベルトで痒みが生じてしまう方が肌触りの良い手ぬぐいやガーゼ等で保護したり、「腹巻」を使用している方もいらっしゃるので情報提供をさせていただきました。

⑥ストーマを造設したが、おしりからの排泄がみられるとのご相談がありました。

→旧肛門から宿便や粘液が排泄されることがあります。異常ではありません。出血等がある場合は、かかりつけの病院を受診してください。

そのほか、ストーマ周囲のトラブルは認めないが、測定について教えていただきたいというご相談もございました。

以上

令和7年5月19日

横浜市長　山中　竹春　様

令和８年度　予算に関わる要望書

団 体 名　横浜市オストミー協会
代表者名　　会長　山根　則子

要望項目	補足説明
１．ストーマ装具給付額の増額 2010（平成22）年に、ストーマ装具の1か月分の基準額が上がりましたが14年間据え置きです。この間装具・用品が高騰し、送料代も自己負担が発生し、日々値上がりしています。 自己負担を抑えるために、装具の適切な交換日数を伸ばし、使用したい製品を断念し、皮膚障害やトラブルを起こしている方がいます。皮膚障害を避けるための標準使用するアクセサリー類は多く、その消費税は増額しています。 全オストメイトの基準額の増額を要望します。 ① 消化器系（結腸ストーマ）の基準額は 10,000円➡最低13,000円以上に ② 消化器系（空腸・回腸ストーマ）の基準額は 10,000円➡最低15,000円以上に ③ 泌尿器系の基準額は、 13,000円➡最低15,000円以上に 障害者手帳申請時に医師が書く診断書・意見書の術式「空腸・回腸ストーマ」（イレオストミー：この後はイレオと表記）の方は、消化酵素を含んだ水様性の排泄物が多量に出るため、皮膚障害、漏れ、皮膚保護剤の溶け具合が早いなどの問題があり、装具の交換頻度が多くなります。イレオの装具費用は、コロの方の装具と比べ1枚150円～250円ぐらい高いです。 イレオの方は、給付額が不足し、自己負担額の多さに悩んでいます。 １）「空腸・回腸ストーマ」（イレオ）の方のストーマ装具給付額の増額をお願いします。 ２）現在ストーマ装具給付は、消化器系と尿路系の二つに分けて支給されていますが、次の3種に分類していただきたい。 ① 消化器系（結腸ストーマ） ② 消化器系（空腸・回腸ストーマ） ③ 尿路系 消化器系を①②に区分けすることが、難しい場合、 案１．イレオの方に、医師が書く診断書の再提出をお願いし、イレオの方を把握する。 案２．消化器系すべての方の補助費を、増額する。	【結腸ストーマ】 ＝コロストミー（コロ） 【空腸・回腸ストーマ】 ＝イレオストミー（イレオ） 【尿路系】 ＝ウロストミー（ウロ） 消化器系基準額が、13,000円以上の所 東京都新宿区、茨城県鹿嶋市、静岡県裾野市・函南町・長泉町、滋賀県甲良町・多賀町・豊郷町、大阪府大阪狭山市、岐阜県飛騨市・御嵩町・白川村、愛知県名古屋市、福岡県大野城市、大分県姫島村 泌尿器系基準額が、15,000円以上の所 神奈川県相模原市、静岡県裾野市・函南町・長泉町、愛知県日進市、大分県姫島村 令和４年（公社）日本オストミー協会「日常生活用具給付事業調査」（回答3930）によると、83.8%のオストメイトには自己負担が生じています。 特にイレオストミーの87.6%の方が給付額では賄えず、自己負担額が膨らんでいます。 若いイレオストミーの方は、体調が安定せず定職につけない方もいて経済的に厳しく、給付額をこえる装具代金が負担になっている方が半数近くいます。

２．日常生活用具給付の対象を、一時ストーマのオストメイトにも拡充

オストメイトにとってストーマ装具はなくてはならない必需品です。一時ストーマの方は、ストーマ装具費用を全額自己負担しています。早い方でも半年、長い方だと数年ストーマ生活が続き、その間の装具費用は膨大です。また。旧肛門に戻しても、2年近くは紙おむつ生活という方も大勢います。

日常生活用具給付（紙おむつ含む）を、一時ストーマの方にも拡充してくださいますよう要望します。

日常生活用具給付等事業を定めた障害者総合支援法第77条6項には、給付を行う対象として「その他の日常生活を営むのに支障がある障害者等」とあり、「障害者」のみに限定されていないことから、身障者手帳を持たない一時ストーマの方へも、厚労省が示す日常生活用具の給付対象者である「ストーマ造設者」として、永久か一時かに関わらず給付するべきではないかと考えます。

体調が思わしくなく、医師から言われた旧肛門に戻すという手術ができずに、5年近く、装具費用を全額自己負担された方は、収入もない中、辛さを話されました。

茨城県、埼玉県三郷市・さいたま市・春日部市・新座市・蓮田市、東京都中野区・江戸川区、福島県福島市は、一時ストーマの方に、日常生活用具を給付しています。

埼玉県三郷市は、「一時ストーマの方への給付に際しては、医師の意見書や診断書で確認している」とのことです。

３．オストメイトトイレの拡充・整備

①　拡充

オストメイトは、オストメイト対応設備を備えたトイレがあれば安心して外出が出来ます。横浜市は、オストメイトトイレが設置されている多目的トイレに利用者が集中することを避けるため、個別の機能ごとに分散して設置する方向を出していますが、問題の核心は数の不足です。今まで同様、多目的トイレの拡充をお願いします。

車いす利用者・肢体障害者でオストメイトの方もいます。高齢化に伴い重複障害を抱える方は増加傾向と聞いています。今後、多目的トイレは益々必要になっています。

②　整備、既存の旧式トイレ改善

初期のころに設置されたオストメイトトイレは、汚物流しが大きく、中の溜水が多く、流れが悪い機器が多々あります。新しい汚物流し台は、コンパクトになり水の流れもよく安心して使えます。

順次、新しい機器に取り換えるなど、オストメイトトイレの整備をお願いします。手洗い用石鹸の設置、トイレットペーパーホルダーは、汚物流しのシンク近くに設置などの点検をお願いします。また、水が流れない、天井から水漏れなどのトイレもありますので、設置後の点検整備もお願いします。

旧式のオストメイトトイレでは、入ったらまず水を流し、詰まり、溢れなどを確認してから使います。溜水が多い汚物流しでは、排泄物の処理中に跳ねっかえりがないよう工夫します。水の勢いや、水量が少ないと1回では流しきれず、複数回流すことが常態化しています。

③　表示

オストメイトトイレには、オストメイトマークがついていますが、このマークだけではオストメイトに対する理解が進まないので、トイレのドアの外に内部障害であること、排泄物の処理に時間がかかることなど「オストメイトとは‥」の周知文の表示をお願いします。

また、トイレ内には、オストメイト対応トイレの使い方説明も

特に若い方は、オストメイトトイレから出てきたときの周りの方々の冷たい視線が気になり利用できないでいる方がいます。

必要だと思いますので、表示してください。 **４．災害時、ストーマ装具を生活必需品として災害救助用物資に含む旨、避難所における運用マニュアル等に明記していただきたい。** 神奈川県「災害時における　要配慮者支援マニュアル作成指針」には、 「市町村は、避難所に要配慮者特有の生活必需品や消耗品を備蓄するとともに、（中略）供給体制の整備に努め（中略）防災訓練等において要配慮者と共に備蓄物資の供給体制を検証、見直しをすること、避難所開設後はニーズ調査を迅速に行い、必要な物資を確保することが重要である。」 とあります。この指針に基づき、横浜市においても「オストメイトのストーマ装具などその特性に応じた装具」について、避難所におけるニーズ調査の対象とし、オストメイトに必要な生活必需品が行き渡るようにして下さい。 **５．災害時の福祉避難所におけるトイレ使用について** 災害時のトイレ使用状況は、大勢の避難者が殺到して混乱する実態があります。オストメイトは、定期的に装具の貼り替えが必要です。特に断水状態での装具の貼り替えは、手間と時間がかかります。また装具交換時には、面板、ストーマ袋、剥離剤、洗浄剤、ガーゼなどの交換に必要な小物を置くスペースが必要です。装具交換をする際、希望するオストメイトに、（一般避難所では避難生活が困難な高齢者や障害者、妊婦など要援護者に配慮した）福祉避難所のトイレを使わせて頂きますようお願いします。	神奈川県　災害時における 要配慮者支援マニュアル作成指針（平成８年３月） ３－１－４ 避難所等における備蓄と供給 「また、市町村は、個人での備蓄が困難な物資等を中心に、避難所に要配慮者特有の生活必需品や消耗品を備蓄するとともに、関係業界、医療機関等との協定の締結を含め、供給体制の整備に努める。」 「要配慮者には、（中略）オストメイトのストーマ装具などその特性に応じた装具、（中略）備蓄が必要である。」 「市町村は、物資を避難所以外の場所に備蓄した場合は、避難所ごとの配分を事前に決めておくなどして、迅速な供給ができる体制を整えておくことが必要である。」 排泄物の処理に５～10分かかります。 装具交換する際には、さらにプラス10分は、かかりますので、合わせて15～30分（個人差あり）の時間がかかります。

（編集部注）

総会資料との相違としては、次の２項目を追加しています。

２．日常生活用具給付の対象を、一時ストーマのオストメイトにも拡充

４．災害時、ストーマ装具を生活必需品として災害救助用物資に含む旨、避難所における運用マニュアル等に明記していただきたい。

横浜市支部 居住区別の会員数 及び 直腸･膀胱の障害者手帳保持者数

2025.02.10現在 2024.3.31現在

	区	会員数	手帳保持者数	会員化率
1	青葉	17	343	5.0%
2	都筑	12	221	5.4%
3	港北	24	442	5.4%
4	鶴見	15	455	3.3%
5	緑	10	241	4.1%
6	神奈川	20	361	5.5%
北部計		**98**	**2063**	**4.8%**
7	瀬谷	8	200	4.0%
8	旭区	14	406	3.4%
9	保土ケ谷	15	320	4.7%
10	西	6	112	5.4%
11	中	9	236	3.8%
中部計		**52**	**1274**	**4.1%**
12	南	21	338	6.2%
13	港南	27	341	7.9%
14	磯子	19	250	7.6%
15	金沢	13	359	3.6%
南部計		**80**	**1288**	**6.2%**
16	泉	11	233	4.7%
17	戸塚	31	380	8.2%
18	栄	13	169	7.7%
西部計		**55**	**782**	**7.0%**
総 計		**285**	**5407**	**5.3%**

市外の26人は除く

第５期障害者プラン策定に係るグループインタビューについて

「第４期横浜市障害者プラン」は、令和３年度～８年度の６年間を計画期間としています。計画期間の終了に先立ち、令和７年度から、「第５期横浜市障害者プラン（令和９年度～14年度)」の策定に取り組んでいます。
策定に向け、横浜市は、障害当事者に対して、現状やニーズを把握するためのグループインタビューを行いたいと考えています。

【グループインタビューについて】
・個人的な相談や要望ではなく、制度や事業についての意見
・オストメイトとして生活するうえでの困りごと　街に出たときの困りごとなど
・地域社会がこうあったらいいなというイメージ
・６年後に自分は地域社会でどのような生活をしていたいか
・その実現のためには、現状での課題（必要なこと）は何か

【グループインタビューの日程】
日時：2025年9月20日（土）10：00～12：00
会場：桜木町　健康福祉総合センター　8階　AB会議室
方法：６人程度のグループに分かれ、各ライフステージに沿った障害施策・事業について、
　　現状でのニーズや課題と思っていることを自由に話す。

＊発言の録音・記録、成果物の写真撮影についてご了承ください（個人が特定されないようにします)。

この日は12：30～秋季相談・交流会を行う日です。
午前中の時間も参加できる方、横浜市の職員の方に“声”を直接伝えられる機会です。
ぜひ多くの方のご参加をお願いします。

企画　障害者プラン全般について
障害施策推進課計画推進担当 冨田、伊藤
電話番号671-3604 ファックス番号671-3566

グループインタビュー日程について
障害自立支援課 藤森
電話番号671-3602 ファックス番号671-3566

協力　横浜市身体障害者団体連合会
横浜市オストミー協会

読書の抽斗（第１０１回）

協会幹事　片山　豊

パレスチナ（ガザ）・ウクライナ・ミヤンマー等の現状と見通しには、希望が持てず、先の短い老いたわが身でも、とても心が痛みます。

また、ちょっと皮肉も込めていえば、今年もプーチン、ネタニヤフ、トランプに始まり……エマニュエル・トッド……江藤前・小泉現農相等々まで、様々な人物が、いろいろな問題について、私に、ある意味でいろいろ考える切っ掛けを与えてくれているともいえます。

ウォーキングについては、動機、目的、態様、効用等は、まさに人様々であり、私はそれでよいものと思っています。私の場合は、自然とのふれあい（気候・植物の季節変化、動物との邂逅等々、）、同じコースを歩く人々（ときに犬を散歩させる）との交歓（最初は会釈から、短い言葉を交わすようになり……）や、直前に読んだ本や印象の残っている本などについて、転ばないように注意しつつ、いろいろ連想（時に妄想かも（笑））をしながら歩くことも、楽しんでいます。

世界平和を祈願する、自己流の“千日回峰行”（ウォーキングで地元の延命地蔵尊などに参拝）も、昨年の１月元旦以来、５２８日（６月１０日現在）となり、“マイ・スマホ”が表示する達成距離は、６４２３キロに達し、東京（日本橋）から京都までの東海道を１３回歩いたことになり、直線距離にすると、ハワイまで歩いたことになるようです（笑）。

ここで、前述した連想を、思いつくまま、脈絡ないままに、書き出してみました。

「基軸通貨ドル↓と金価格・仮想通貨↑」、「エネルギー・食料も含めた安全保障」、「幕藩体制・鎖国政策」、「江戸時代における民衆の力」、「日本史における治外法権撤廃から関税自主権回復までの長い時間は？」、「欧米（帝国）の過酷な植民地支配」、「ソ連邦崩壊後のロシアと中国の政治・経済の動きの違い」、「下部構造が上部構造を規定する」、「失われた３０年？」、「プロテスタント↓カトリック→」、「ガンジーの限界（アンベードカル）」、「マザー・テレサ　信仰の危機（戸塚洋二）」、「己の認知力・聴力・嗅覚の低下」…等々。面白そうでしょう。笑ってもいいですよ。

☆吉田　裕『日本軍兵士―アジア・太平洋戦争の現実』（中公新書 2017）

吉田裕著『続・日本軍兵士―アジア・太平洋戦争の現実』（中公新書 2025）発売の新聞広告と書評(日本経済新聞 2025.3.29)を見て、この本を読んでなかったことを思い出し、すぐに読みました。

帯が「……“兵士の目線・立ち位置”から、特に敗色濃厚になった時期以降のアジア・太平洋戦争の実態を追う。異常に高い餓死率、３０万人を超えた海没死、戦場での自殺と「処置」、特攻、体力が劣悪化した補充兵……勇猛と語られる日本兵たちが、特異な軍事思想の下、凄惨な体験を強いられた現実を描く。」と要約していたとおり、“兵士の目線・立ち位置”からの内容でした。

しかし、この戦争に限らず、内外の戦争において、兵士たちにとっては、人には語れない戦場その他での加害体験等が実は重要な問題であり、無事に帰還できた場合も、いわゆる戦争トラウマ（ＰＴＳＤ、心的外傷後ストレス障害）が、本人・家族等に数々の問題を惹起し、悩ませていることは周知の通りです。『続・……』は入手しましたが、未読です。

① は、日本近現代史の権威が、学生との対話を通じて「歴史」と「記憶」の意味を探る。
② は、“聴き取り名人”でもあるノーベル文学賞作家の本。「帰還兵たちが語る失望、悲しみ、そして戦場の惨禍は、喧伝された“国際友好戦士”像をことごとく崩していった」という。
③ は、「あらゆる心的外傷（トラウマ）の諸相とその治療への方向性を具体的・情熱的に示した、いわゆる“バイブル”と」いわれている本。

《比較・参考》　★①キャロル・グラック
『戦争の記憶―コロンビア大学特別講義“学生との対話”』小暮聡子訳
（講談社現代新書 2019）

★②スヴェトラーナ・アレクシエーヴィチ
『亜鉛の少年たち―アフガン帰還兵の証言　増補版』奈倉有里訳（岩波書店 2022）

★③ジュディス・ハーマン『心的外傷と回復　増補新版』中井久夫・阿部大樹訳
（みすず書房 2023）

☆ピエール＝ミッシェル・ベルトラン『左利きの歴史
ヨーロッパ世界における迫害と賞賛』久保田剛史訳（白水社 2024）

野球の世界では、大谷選手やイチロウ・松井さんなど“右投げ左打ち”の好打者が有名ですが、この本は純粋の“左利き”について、美術史専門家（本人も左利き）によって書かれた本です。

偶々（たまたま）、孫の一人（男の子）が左利きなのと、 椹木野衣（さわらきのい）（美術評論家）さんの、書評「長く続いた偏見　その源泉と今」（朝日新聞 2024.8.3）にも興味を持ち、読みました。

図書館資料では「偏見はいかにして生まれ、解消されたか。「右手の優越」を通して見る西洋近代の思考様式など、現代までの複雑な歴史をさまざまな角度から語る。左利きの人たちに対する寛容と不寛容の歴史を明らかにしていく。」と、要旨を紹介している。

具体的な内容では、「左利きに関する言説は、反動的でありながらも魅力的な言説の典型であって、より正確に言えば、人間の滑稽（こっけい）さの象徴」、「矯正された左利きに生じるもっとも特徴的な障害とは言語障害（とりわけ吃音（きつおん）を発すること）」、「左利きの子供はそのままにしてこう」「左利きの原因は四肢や脳ではなく目にある」などの論述の他、第１３章末の「天才たち（プラトン、カエサル、ダ・ヴィンチ、パスカル、ナポレオン、フランクリン、ショパン、フロイト、アインシュタイン、ピカソ）」や『結論』『付録』『訳者あとがき』における記述なども興味深いものでした。

下記の本も、「利き手をめぐる謎は、言語の起源や知性の進化といった現代科学の最重要トピックスと深く繋（つな）がっていた。最新科学の成果を基に綴（つづ）る。奇想天外なサイエンス・ノンフィクション。日本の左利き事情も多数登場」との内容から、読みたくなり、併読したところ面白かったです。

《比較・参考》　★デヴィッド・ウォルマン『「左利き」は天才？　利き手をめぐる脳と進化の謎』
梶山あゆみ訳（日本経済新聞 2006）

☆エマニュエル・トッド『西洋の敗北　日本と世界に何が起きるのか』大野　舞訳
（文藝春秋 2024）

山内昌之（歴史学者）の書評（日本経済新聞 2025.1.11）に「トッドに言わせると“ウクライナ戦争で敗北に瀕（ひん）しているのは、米国やウクライナそれに瓦解（がかい）寸前の西洋陣営の方。戦争を持ちこたえるのはロシアの方である”と分析している。」とあり、２月には朝日新聞に著者本人のインタビュー記事「敗北するアメリカ」（2.26）が出て「ウクライナで失敗、社会は退廃的に、産業再建は手遅れ」、「世界史の転換点、地政学的な対立も日本は静観して」と主張すると共に、「２月末時点で、２２カ国で翻訳出版されているが、何故か、英語版への翻訳はされず、いかに英米にとって不愉快で核心を突いた内容を含んでいるかを物語っていると感じている」と自ら語っていましたので、とても興味が湧き、早速、図書館から借りて読もうと思いましたが、順番（現在でも５６７人待ち）が待ちきれず、新・中古本を購入して読みました。

主たる主張は「ロシアの計算によれば、そう遠くない日、ウクライナ軍は政権と共に崩壊する」、「勝利は確実でも５年以内に決着を迫られるロシア」、「戦争自体が存在理由となったウクライナ」、「対米自立を失った欧州」、「国家崩壊の先頭を行く英国」、「フェミニズムが好戦主義を生んだ北欧」、「知性もモラルも欠いた学歴だけのギャングが外交・軍事を司り、モノでなくドルだけを生産する米国」、「米国のニヒリズム―ガザという証拠」等ですが、冒頭の「日本の読者へ―日本と「西洋」」と巻末の「日本語版へのあとがき―和平が可能でも戦争がすぐに終わらない理由」もとても貴重な論述と思いました。

原著は、２３年７月～９月の執筆ですが、現在の２５年において、トランプ大統領の要素が加わっても、みなさんもご承知のとおり、ほぼ彼の洞察のとおりの状況です。

読了後、是非この本をお薦めしたいけどなーと思っていた矢先、文藝春秋５月号「大特集―トランプ劇場“まるわかり”に著者の『米欧の分裂と日本の選択』（５頁）が掲載されていたではありませんか。とても良くまとめられていますので、時間のない方はこの雑誌を図書館等で閲覧申し出（容易）して読んでいただければ、それでも良いのではと思いました。

（次回に続く）

会　員　だより

♪♪　定期総会（5/25）のご返事(欠席)より♪♪

金沢区（イレオ）小松照武さん　術後７年
役員様方にはいつもお世話になっています。今後共よろしくお願いします。

青葉区（ウロ）今田吉人さん　術後３１年
最近体調も思わしくなく、あまり遠方へ出向くことが少なくなっていますので。

♪♪「日帰り研修会（７／４）」参加申し込みから ♪♪

鶴見区（ウロ）臼井信子　術後１８年
いつもお世話になりましてありがとうございます。
横濱だよりの中の研修旅行に参加させていただきたく申し込み致します。
楽しみにしています。どうぞよろしくお願い致します。

鶴見区（コロ）吉川雅子　術後９年半
楽しみにしております。
お世話の程、宜しくお願いいたします。

♪♪ “グリーン葉書”による会員の“おたより”から ♪♪

緑区（コロ）林恵子さん　術後３年半
横濱だよりを拝見していて、オストミー協会より日常生活用具給付の給付額増額を働きかけていただいていること、私たちにとって大変ありがたいことだと思っておりますが、特に日常生活用具給付等事業の中で、ストーマについては、一生日常生活において、煩雑（頻繁？）にストーマ交換が必要であり、日常生活用具給付事業ではなく、むしろ治療用装具の扱いにしていただけるように全国のオストミー協会全体で働きかけることはできないのでしょうか？

（事務局回答）
オストメイトに身体障害認定が適用された当初は、ストーマ装具は自己負担が1回限りの耐久性の治療用装具（義足や義手などと同じ補装具交付制度の対象）に組み入れられたため、毎月の自己負担額を累積すると自己負担額が多額になる問題がありました。協会本部から厚労省に長年折衝を続けた結果、平成１８年の法律改正で補装具から消耗品である日常生活用具の扱いになり、自己負担額も1割という位置付けで今に至っています。

山想う（第二十七回）

栄区　舩木　健

1996（平成 8）年、昨年夏に続き今年も北海道長途の山旅に出掛けることにしました。目指すのは道北の利尻山、道央の十勝岳とトムラウシ山の百名山 3 座です。昨年夏、既に 95 座まで行きましたので、大目標の百座目が大分近づいてきました。今回の同行者は宮本さん。私より年長で、同じ港区ハイキングクラブに所属している、温厚な方です。今年も足かけ 8 日に及ぶ長旅になるので、仕事の合間を縫っては綿密な計画を立てました。まず交通機関ですが、鉄道ファンなので最初から最後まで JR を利用する、それに加えて利尻島往復の航路と要所での路線バス利用、というきめ細かいプランを実行するため、JTB（日本交通公社）に２名分の周遊券作成を依頼しました。食料についても、朝昼晩の食事をどのように摂るか、というあらましのプランを作りました。

7 月 21 日（日）待望の出発日となり、14 時半過ぎ、勇躍家を出て上野駅へ。ザックは 1 週間分の食料や寝袋などではちきれそうです。飲料水は持ちませんが、それでも優に１５kg はある

でしょう。上野駅で落ち合う予定の宮本さんと 13 番線フォームで無事会えて早速札幌行寝台特急「北斗星 1 号」に乗り込みました。16 時 50 分出発。前途を祝ってすぐビールで乾杯しました。憧れの北斗星 1 号でまずはビール、というこの感激！まだ明るい東京を後にして列車は一路札幌へ。東北本線経由ですが、盛岡を出た後は青森には停車せず、函館着はもう朝の 4 時 24 分。更に走りに走って終着札幌には定刻の 8 時 53 分に到着。めったに乗れない長距離寝台特急、それに乗れただけで大感激でした。間をおかずに次の列車に乗らなければなりません。今度は 9 時発旭川行き特急「ホワイトアロー3 号」で、すでに 8 番線フォームに入っていました。息せききって乗り込みセーフ、慌しかったなあ。旭川着は 10 時 20 分。ここで、駅弁を購入。

快速「なよろ 3 号」に乗り、終着名寄には 12 時 31 分着。急いで乗換を終って 12 時 41 分発。ここからは宗谷本線の各駅停車の列車で最北の稚内へと向かうのでゆっくり弁当を広げました。4 時間はたっぷりかかる鈍行です。名寄を出ると、ディーゼルカーは天塩川沿いに走るようになります。車窓の左手を流れるこの川は水量豊富で悠然と流れているので、カヌーでも浮かべて川下りをしたらさぞ楽しいだろうな、と思わせる光景でした。やがて幌延の手前で線路は川から離れて右手の天塩平野を行きます。豊臣を過ぎると、左手に目指す利尻山が見えてきました。天に突き上げるような鋭い山容は岳人の登行欲をそそります。ここまで山あり川ありの宗谷本線、本当に素晴らしい鉄道でした。16 時 39 分、稚内着。予約済の「かんの旅館」に直行、漸く重いザックを下ろすことができました。昨日上野駅を出てからここまで 24 時間、ほぼ乗りづくめで、乗車距離は 1,600ｋｍ超となりました。これは仮に東京駅から西へ向かったとすると、鹿児島のさらに先まで、という事になります。やはり北海道はでかいなあ、とつくづく感じたことでした。(私は鉄道旅が好きな、いわゆる乗り鉄なので、ここまで長々とその旅路を記しました。) 鉄道路線廃止が続く北海道でこの宗谷本線がいつまでも存続することを切に祈らずにはいられません。

さてこの「かんの旅館」ですが、JR 時刻表末尾の案内欄には「昭和天皇が宿泊された」とあったので、すごい折紙付きだな、と思いました。夕刻前、宿を出てタクシーで眺めのいい稚内公園へまっすぐに行き、小高い丘の上に立つと利尻水道の向こうに目指す山が聳え、明日への意気込みがいよいよ強くなりました。宿へ戻ると夕食。その膳に、見た目も鮮かに茹で上がった赤い花咲ガニがまる一ぱい乗っていて、これは豪華だ！と感激しました。

7 月 23 日（火）宿で朝食を済ませて 6 時 45 分出発。なかなかいい宿でした。小分けしたザックの中身は寝袋も入れた山小屋 1 泊のものです。これから登る利尻山は利尻富士と呼ばれ、周囲６０ｋｍの島全体が１，７２１ｍの頂点に向かって盛り上がる最北の秀麗な山で、利尻島はアイヌ語のリイシリ（高い島）に由来しています。利尻島は北緯 45 度を超える日本海に浮かぶ島で、さらに北の礼文島と共に、昭和４９年、海蝕景観と湿原植生の評価により利尻礼文サロベツ国立公園に指定されました。利尻山は那須火山帯の最北端にある成層火山で、この孤峰は気象条件が特に厳しく冬場は強風が吹き荒れます。登山道は鴛泊（おしどまり）・沓形（くつがた）・鬼脇の三方向から延びていて、鴛泊コースが最もポピュラーで大半の人はこれを利用します。

7 時 10 分、稚内フェリーターミナル（以下、FT と略称）から乗船、7 時半出港。天気は上々です。1 時間 40 分の航行で利尻島北部の鴛泊 FT 着。9 時半少し前、南へ向かって登山開始。頂上までは７km、標準コースタイムで一応 5 時間 20 分の行程です。暫く行くとキャンプ場がありすぐそばには神社があったので安全祈願をし、トドマツの樹林の中をどんどん進みました。三合目の甘露泉に着くと清水が滾々と湧いています。日本名水百選の一つだそうで、昼食にはまだ大分早いが、長丁場に備えて簡単に腹ごしらえ。ここから先に水場はないので背負えるだけの水をペットボトルに充たしました。頂上までの距離はまだあと５．６km と前途遼遠です。11 時半出発。斜度の緩い坂で徐々に高度を上げて行き、12 時 40 分、標高６６０ｍの六合目を過ぎると急坂になりました。更に行くと岩がごろごろした所となり八合目 1,218m の長官山着。眺望は素晴らしく右手後方には２０km 北の礼文島が望まれました。長官山の少し先に今晩泊る

利尻岳避難小屋がひっそり立っていて、そこで寝袋・炊事用具等はデポ。14時45分に登り再開。山頂が迫ってきます。足場の不安定な火山礫の急勾配を一歩一歩息を切らしながら登ると、16時15分、遂に着きました。やったあ！念願の山頂に到達です。百名山96座目。感無量！正面に背の高い赤色の社がこちらを向いて立っています。見渡す限り青い海、遮るものは何もなく、眼下に鴛泊の集落も見えます。北方洋上には縦長の礼文島。この島の中ほどには礼文岳、背丈は４９０ｍと低いけれども緯度は高いので、頭にレブンと付く高山植物（例えばレブンウスユキソウやレブンソウなど）が咲く花の山で、利尻礼文の両島セットで訪れる人も少からずあります。眺望を満喫して下山の途に。小屋着は17時過ぎ、夕食は簡単に済ませました。幸い泊り客は他になく、宮本さんと所属クラブのことなどゆっくり話ができました。夜中に目が覚めて外に出てみると、頭上にカシオペアがしっかりと眺められました。

7月24日（水）5時起床。30分で準備を終えて出発。七合目まで下って行くと単独行の登山者が登ってきました。声をかけると彼はこの山が百名山９７座目で、登り終ったら羅臼岳へ行く、とのこと。何という奇遇！私と似たような登山を続けてきた人が目の前にいる、それは稀有なことでした。6時半、六号目を通過、さらに下りを続け、甘露泉に着いたので、漸く朝食としました。更に走り下るようにして9時20分、鴛泊ＦＴ着。今日はここから明日登る十勝岳の山麓まで行かなければなりません。定刻の9時５０分、名残の尽きない利尻島を後にしました。1時間40分、航跡を眺めながら感慨に浸りました。稚内FTに着きすぐかんの旅館へ行き、残して行った残りの荷を受け取って駅へと向いました。駅前のラーメン屋で昼食。12時56分発の札幌行急行サロベツに乗り旭川を目指します。4時間の乗車で旭川着。１７時０５分発の富良野線に乗り換え、美瑛着は３０分後。予約済みの駅前ビジネスホテルに着き、長かったが充実した1日の行程を終えました。

7月25日（木）十勝岳登山の日。北海道のほぼ中央に位置するこの山は十勝連峰の主峰で、大雪山国立公園の一画を形成しています。昔から何度も噴火を繰り返し新旧多くの火口が生じ安政火口・大正火口（今から100年前大正15年の大噴火では麓の村落に甚大な被害を与えました。）などと名付けられていて、近年においても昭和63年（１９８８年）末の爆発により山麓の温泉は長期閉鎖を余儀なくされ、登山も1年半に及ぶ禁止期間がありました。登山コースは頂上までの直登コースがメインですが、北東の美瑛岳を経由する縦走コースも使われます。5時40分、ホテルを出て美瑛駅前のバス停へ。一番バスまでは1時間以上あるのでJR駅舎内で腹ごしらえをしました。漸く来たバスで約30分、保養センター前まで行き、ここから登山開始。舗装道路を望岳台へと向かいました。天気は下り坂で、いつ降り出すか心配です。右側にスキーリフトが延びる広い山道を上っていきます。正面にはポツンと十勝岳避難小屋、その先になだらかな前十勝岳が見えます。望岳台から1時間で黒い五角形の避難小屋に着きました。収容人員３０名の無人小屋、水場はなし、標高１，３５０ｍです。ここで少し早いが、腹ごしらえ。ザックもできるだけ軽くしました。11時半、出発。いよいよ急坂にさし掛かりました。火山礫の登山道です。宮本さんと黙々と登ります。目指す十勝岳は噴煙を上げています。今にも降り出しそうな雲行でおのずと歩速をアップ。グラウンドと呼ばれる斜度の緩いところを過ぎて、右へ大きく回り岩のゴツゴツした最後の登りを終ると、13時40分、やっと山頂に着きました。標高２，０７７m。晴れていれば美瑛岳・美瑛冨士、オプタテシケ山などの大パノラマが広がっていただろうに、残念です。折角の百名山ですので20分間晴れ間を待ちました。が、今にも降り出しそうで、後ろ髪を引かれる思いで、先ほどの小屋を目指して下りました。途中でとうとう降り出しました。だんだん激しくなったので、小屋で急ぎ雨具を着用、後は慎重に下山を続け、16時15分、望岳台を通過し、今宵の宿吹上温泉白銀荘に着いたのは17時少し前でした。活火山への往復を無事終えて安堵の胸をなでおろしました。入浴の支度をして早速浴場へ。長い渡り廊下を下って、湯気もうもうの湯船にドボンと浸ると、雨に濡れて冷えきった身体が生き返る心地がしました。夕餉の席は車で来た泊り客で賑かでした。この宿で今日1日の疲れを取り、明日は難峰トムラウシ山に向います。この先は次号へ。

{2025年４月３日　記す}

会員の異動

４月から５月まで　　５月３１日現在：３０５名

新　会　員（年度累計9名）

南区　天間　様	旭区　平野　様	神奈川区　佐藤　様
青葉区　府金　様	磯子区　鈴木　様	港北区　竹内　様
金沢区　杉浦　様	南区　田中　様	保土ヶ谷区　大塚　様

＊どうぞ宜しくお願い致します＊

亡くなられた方（年度累計3名）

戸塚区　早川 良造 様　　港南区　小林 正満 様　　金沢区　早武 正博 様

■謹んでお悔やみ申し上げます■

寄附の御礼

神奈川県予防医学協会　　三浦 猛 先生　　20,000円

有難うございました。会の運営に使わせていただきます。

お知らせ

横浜市の1年分（10月～9月）のストーマ装具給付申請が、９月から受付開始です。
その際に、購入予定の業者から入手した**見積書**を持って区役所に行きます。

10月5日、11日の医療講演会、来年5月の総会、さらに1月・7月の初心者相談会などに併設される装具展示会場で装具の発注をすると、1割引きになります。
（対応業者： ソリュウション㈱、ウエル・カム サポートセンター、㈱光洋 ）
自己負担額が大きい方は、是非ご活用下さい。

文化･スポーツ活動だより

太極拳教室

開催場所　健福センター10階 軽運動室
時　　間　10:00～12:00
予　　定　7月 5日（土）19日（土）
　　8月　お休み
　　9月 6日（土）20日（土）

歩こう会

７～８月の予定なし。

日帰りバス研修旅行は、7月の次は11月に計画中。

※ 上記活動の連絡先は事務局です。　℡　045-475-2061（呼）
※ 太極拳教室のメンバーを募集しています。

《事務局だより》

≪ 今の米価対策に見る農政では、もしもの時が心配。自分でできることは準備しておくことも大事では、と思いました。 ≫

最近、巷（ちまた）では多くの人達が令和の米騒動とやらで、古古米・古古古米といった備蓄米を安価な値段で入手しようと開店前に長時間並んだり、ネット注文が繋がらずにＰＣと格闘しているとの報道がニュースとなっています。

そもそも、備蓄米は大凶作などに備えて政府が税金を使い買い備えている物であると思うのですが、それを安価とはいえ売り出すというのはどうなのでしょうか。販売ではなく全国民に一定量配給すれば、とも思いますがそれほど備蓄量もない。本当の緊急事態が起きた時が思いやられます。

米価の問題は、中長期的には食糧自給・食料安全保障の観点も重要です。

ストーマ装具の備え同様、各自で考えておかないといけませんね。

土曜日担当　長島正美

≪ スペインへ行ってきました。 ≫

ガウディー建築とサグラダファミリアを一度見てみたいと思っていたので、スペイン、バルセロナに行ってきました。インターネットで日本人ガイドを探し、自分たちで行程を考えて、見れる限りのガウディ―建築を見てきました。ステンドガラスの色、ユニークな建築はどれもため息がつくほど素晴らしかったです。

スペインでは、車椅子の人が電車に乗る時や横断歩道を渡るのに困っていたら。周りの人が皆で持ち上げたりして手伝ってあげるそうです。助け合いの精神が、素晴らしい国で、日本でも見習いたいと思いました。

火曜日担当　小野夏美

≪ お風呂に入浴剤を！ ≫

お風呂に入浴剤を！！グループ懇談会などで、よく入浴の事で話題になりますがストーマ袋にプラスティックの容器で蓋をして入るとか、シートを貼って入る方とかいらっしゃいます。

私は以前から入浴剤を入れて入っていましたが、ストーマ生活になってから、入浴剤を変えて、色が付いていてお湯が透明にならない白濁した入浴剤を入れています。

一時の間ですが、湯ぶねにつかったときストーマの袋が見えないので、袋を気にせず、入浴を楽しんでいます。（袋が浮くのは気にしないで）

木曜日担当　向後和恵

≪ 術後の日が浅い方、ピア相談センターの活用を！ ≫

裏表紙にピア相談センターの相談日を記載していますが、毎月第２・第４の木曜日の１３時～１６時に横浜ラポール３階の相談室に相談員（協会役員）が待機しています。

通常の相談・交流会とは違っていて、相談員と「一対一」でじっくりとお話ができます。事前に事務局に連絡してお越し下さい、膀胱・直腸で相談日が異なります。

私たちはオストメイトのための訪問看護ステーションです！

こんなお困りごとはありませんか？

ストマ装具の種類や管理方法に不安がある。

ストマ装具が剥がれて漏れてしまう。

病院に行ったほうがいいのか悩んでしまう。

気軽に相談できる人がいない。

WOCナースが解決！24時間・365日対応でご自宅まで訪問致します！

～暁訪問看護ステーションの皮膚・排泄ケア認定看護師の紹介～

渡辺　知弘
(わたなべ　ともひろ)

株式会社T'sPROJECT 代表取締役
暁訪問看護ステーション　管理者
皮膚・排泄ケア認定看護師

みなさまこんにちは!!
利用者様やご家族の方が安心して生活できるよう、そして一つでも多くの“やりたい”を叶えられるよう日々活動しております。質の高いはケアは当然として、たくさん話をして、たくさんの楽しい時間を共有できたらと思います！

杉山　佳菜子
(すぎやま　かなこ)

暁訪問看護ステーション
皮膚・排泄ケア認定看護師

こんにちは！
利用者様やご家族様が安心して生活できるよう、かゆいところに手が届くようなケアを目指して頑張っています。トラブルの予防から改善まで心を込めて対応します。どんな小さなお悩みもご相談お待ちしています♪

介入までの流れ

利用者様からのお問い合わせ → 医療機関との調整 → 訪問看護の説明 契約・日程調整 → 介入開始

※介護保険と医療保険で料金や介入までの流れが異なるため、まずはご連絡ください！

AKATSUKI
暁訪問看護ステーション

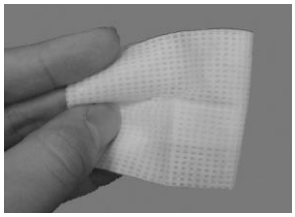
TEL: 045-263-9541
FAX: 045-263-9542
神奈川県横浜市中区新山下1-9-6　新山下3番館202号
tsakatsuki1919@gmail.com

SOLVE

ソルツ リムーバー
【粘着剥離剤】

30 枚入
1,700 円（税込 1,870 円）

- 皮膚がピリピリせずマイルドな使い心地です。
- シートの面積が大きく、オイルベースの剥離液がたっぷり含まれているため、面板をゆっくりきれいに剥がせます。
- 面板を剥がしたあと、皮膚にオイル特有の嫌なベタつき感が残りません。
- ほのかなラベンダーの香りが漂います。



ソルツ リムーバースプレー
【粘着剥離剤】

50ml
2,300 円（税込 2,530 円）

- 皮膚がピリピリせずマイルドな使い心地の、剥離剤です。
- シリコーンベースなので、面板を剥がしたあとの触り心地がサラサラしており、乾きも早いです。
- 少しずつスプレーして伸ばしながら使うことで、少量で面板をきれいに剥がせます。
- ほのかなフレッシュミントの香りが漂います。

輸入元　ソルブ株式会社　メーカー事業部
〒236-0051　神奈川県横浜市金沢区富岡東2－2－2
電話：045－773－7787　FAX：045－772－8201
URL：https://www.solve-net.com
営業時間：9：00～17：00　定休日：土曜・日曜・祝日
製造元　SALTS HEALTHCARE（ソルツ ヘルスケア社 / 英国）

コンバテックme+™クラブ

コンバテックとともに
安心の日常生活を
おくりませんか？

『コンバテックme+™クラブ』は、ストーマ保有者と支援者の方々によりそい
サポートする事を目的とした会員制のコミュニティクラブです。
会員の皆さまには、専用のWEBサイト・メールを通じてお役立ち情報の提供や
ストーマケアに関するご相談にご対応いたします。
様々なサービスを通して皆さまのストーマライフを応援いたします。

サポートプログラムメニュー

お悩み相談	コンバテックme+™クラブ通信
知恵袋	動画

会員登録は専用WEBサイトから

入会金
年会費
無料

- スマートフォンで右記QRコードを読み込む
- ① 「会員登録」を押す
- ② 「今すぐ新規会員登録」を押す
- ③ 案内に従って会員登録をお願いします。

- 下記文字を入力して
  「コンバテッククラブ」で検索
- 下記URLを入力して
  https://bit.ly/3GZ47Zn

いずれかの方法で
「コンバテックme+™クラブ」へ
アクセスしてください。

ご入会いただきますと
お出かけに便利な
トラベルポーチを
差し上げます。

※色は選べません。※ストーマ保有者1人につき1つになります。
写真は例です。装具やアクセサリーなどは入っていません。

convatec
－よりそい、つなぐ－

コンバテック ジャパン株式会社
〒112-0004 東京都文京区後楽1-1-7

資料請求 お客様相談窓口
0120-532384

©2023 Convatec Inc. AP-61825-JPN

SOLUTION

ストーマ装具・在宅医療用品販売

★ 悩み事・困った事、お気軽に御連絡下さい。
★ 各メーカーの品物を取り揃えております。

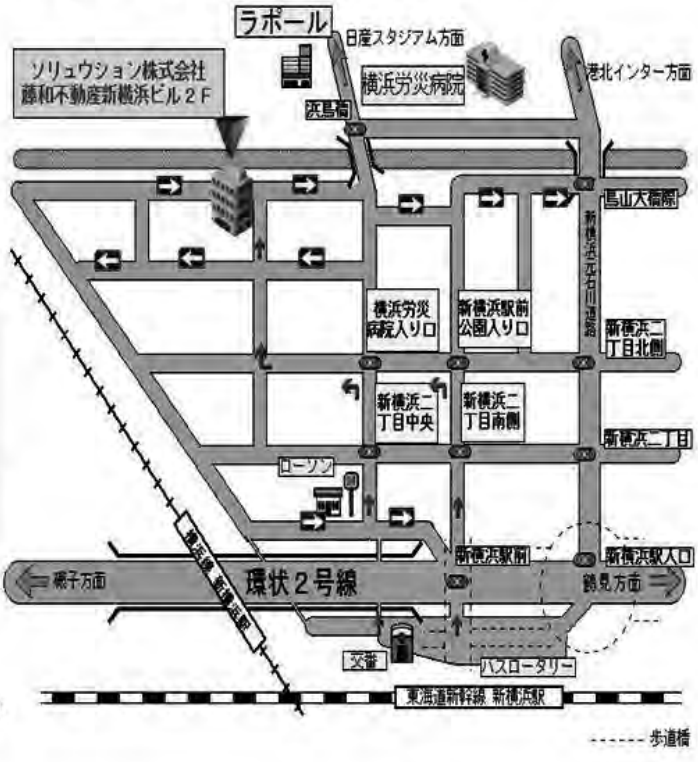
通話料無料 TEL:0120-221-370

※携帯電話からのご連絡:045-477-1077
※比較的つながりやすい時間帯は、火曜日・水曜日の午後になります

住所:〒222-0033 横浜市港北区新横浜2－18－13
藤和不動産新横浜ビル2F

営業時間 平日午前9時～午後5時
(土曜、日曜、祝日、年末年始はお休みとさせていただきます)

ソリュウション株式会社



ストーマ用品

各種取り扱っております
ご相談・お見積り・ご注文はこちらから

電話で

YAGAMIコールセンター
通話料無料
ストーマ用品のお問い合わせ
【ストーマ専用窓口】
電話.0800-200-7772
■営業時間／月～金曜 9:00～17:00　■休業日／土曜・日曜・祝日・年末年始

インターネットで

オンラインショップ　e.よりそうだん 検索
24時間受付
こんな方にオススメです!
● 時間を気にせずに注文したい方
● オンラインでの相談をご希望の方
e.よりそうだん
ストーマ用品通販サイト
※ストーマ用品オンラインショップからの商品購入は自費購入の場合に限ります。

対面で

相談窓口(よりそうだん)　ストーマ用品・介護用品について窓口にてスタッフと対面でご相談できます。
こんな方にオススメです!
● スタッフと対面でご相談したい方
よりそうだんの拠点
名古屋　津　岐阜
三遠　静岡　横浜
■営業時間／火～土曜 10:00～17:00　■休業日／月曜・日曜・祝日・年末年始

介護用品・福祉用具も
取り扱っております

●福祉用具専門相談員の資格を持つスタッフが、介護保険に関するご相談も承ります。
●医療機器、アピアランスケア用品も取り扱っております。

一人ひとりが望む、その暮らしのそばに。
ヤガミホームヘルスセンター

ZA FREE

日本オストミー協会賛助会員

温水洗浄便座

前広便座のご紹介です

介護保険の対象製品

※詳細は市役所の「介護保険課」など窓口で事前に御確認ください。
介護保険における　福祉用具の販売は、都道府県の指定業者に限られています。

メーカー希望小売価格
121,000円(税込)

TAISコード:01963-000001

メーカー希望小売価格
87,780円(税込)

TAISコード:01963-000002

前広便座 とは?

オストメイトの方のご要望を受けて開発した製品です。中腰姿勢や椅子を持ち込んで行っている毎日の排泄処理を、前広便座を使って楽に 行ってみませんか?今お使いの便座をに交換するだけでご使用頂けます。
もちろん、ご家族の方もご使用できる共用品となっています。

お客様のご意見

今までも便座に座ってパウチ処理していましたが、前広便座に交換すると、処理スペースは広くなり、私も家族も飛び跳ねた排泄物を掃除する回数が減りました。

使用イメージ

施工は便座の交換のみの簡単設置

既存トイレを活かすことで、広いスペースでなくても施工可能です。　※上から見たイメージ

外出時のトイレサインの表示

●オストメイトマーク

人工肛門・人工膀胱を造設している人(オストメイト)が、パウチを処理・交換するために汚物流しなどの洗浄設備があることを表しています。

●前広便座マーク

人工肛門・人工膀胱を造設している人(オストメイト)が、座ってパウチ処理できる前広便座「ZA FREE」を設置していることを表しています。
オストメイトの方が分かりやすいよう、「オストメイトマーク」とは区別したサイン表示をいたします。

製造・販売元

さつき株式会社

〒542-0081　大阪市中央区南船場4丁目10番29号
TEL:06-6252-4751(代表)

セイエイ・エル・サンテ グループ
ウエル・カム サポートセンター
は、「安全・安心」のサービスで
全国のオストメイトを支える
ストーマ用品の専門店です!
どんなことでもお気軽にご相談ください
フリーダイヤル(平日9時～17時)
0120-043-447
FAX 03-5623-5002
www.wellcomeshop.jp
東京 大阪 鹿児島

【 賛 助 会 員 一 覧 】

下表の各社にご支援をいただいております。

ソルブ 株式会社	〒236-0051	横浜市金沢区富岡東 2-2-2 横浜南営業所
コンバテック ジャパン 株式会社	〒112-0004	東京都文京区後楽 1-1-7 グラスシティ後楽 コンバテック東京営業所
ソリュウション 株式会社	〒222-0033	横浜市港北区新横浜 2-18-13 藤和不動産新横浜ビル 2F
ヤガミ ホームヘルスセンター横浜	〒222-0033	横浜市港北区新横浜 3 丁目 18 番地 20 パシフィックマークス新横浜 1 階
さつき 株式会社	〒542-0081	大阪市中央区南船場 4 丁目 10 番 29 号
ウエル・カム サポートセンター	〒103-0005	東京都中央区日本橋久松町 11-6 日本橋ＴＳビル 4 階
株式会社 ミムロ	〒260-0044	千葉県千葉市中央区松波 1-13-16 2F
株式会社 光洋	〒220-0012	横浜市西区みなとみらい 4-4-2 横浜ブルーアベニュー４Ｆ
株式会社 ザイタック	〒113-0034	東京都文京区湯島 1-12-4 小宮ビル 5 階
暁訪問看護ステーション	〒231-0801	横浜市中区新山下 1-9-6 新山下 3 番館 202 号

1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可(毎月 3 回 8 の日発行) 2025 年 3 月 31 日発行 SSKU 増刊通巻第 8133 号 横濱だより No. 220

横濱だより　今月号目次

表紙・協会行事予定　・・・・・・・・・・・・・・・・頁　1
第４３回定期総会・講演会の報告　・・・・・・・・・　2
新役員紹介、本部総会の報告　・・・・・・・・・・・　5
令和７年度 役員業務分担表　・・・・・・・・・・・・　9
令和７年４月 春季相談・交流会報告　・・・・・・・・　１０
令和８年度 横浜市予算への要望書　・・・・・・・・　１８
居住区別の障害者手帳保持者数　・・・・・・・・・・　２１
第５期障害者プラン策定に係るグループインタビュー　２２
読書の抽斗（第１０１回）　・・・・・・・・・・・・　２３
会員だより・山想う（第２７回）　・・・・・・・・・　２５
会員異動、寄附御礼、文化・スポーツ活動　・・・・　２８
事務局だより　・・・・・・・・・・・・・・・・・・　２９
目次・協会行事実績・予定　・・・・・・・・・・・・　３６

付録：総会時の医療講演資料（支部会員のみ同封）
同封：会員だより用ハガキ（料金後納、切手不要）

協会行事：５月～６月実績と７～９月予定

5/11(日) 第２回役員会
5/25(日) 第４３回定期総会（健福センター）

6/8(日) 編集会議・第３回役員会
6/11･12(水木) 日身連福祉大会
（パシフィコ横浜）
6/14･15(土日) JOA 全国大会（札幌）
6/18(水) 自民党市会議員団 政策懇談会
6/23(月) 共産党、公明党 政策懇談会

7/12(土) 夏季初心者相談会
7/19(土) 事務局会議

8/10(日) 編集会議・第４回役員会
8/12(火)～8/16(土) 事務局夏休み
8/17(日) 浜身連福祉の集い
（健福センター４階ホール）

9/7(日) 秋季相談･交流会①（戸塚総合庁舎）
9/14(日) 第 5 回役員会
9/20(土) 秋季相談･交流会②（健福センター）
9/28(日) 若いオストメイト交流会

事務局：毎週火・木・土曜日の 10 時～16 時　　045-475-2061 (呼)
（祝祭日、夏季・年末年始休暇期間を除く）
E-Mail：　ostomy@hamashinren.or.jp

横浜市障害者ピア相談センター 相談日：毎月第２、第４木曜日 13 時～16 時
膀胱・直腸の相談日：7/10・24、8/28 相談用電話 045-474-2273 (FAX 兼用)

この会報は、ＮＨＫ歳末たすけあい配分金により実施（作成）しています。

発行人　障害者団体定期刊行物協会　〒157-0072　東京都世田谷区祖師谷 3-1-17　ヴェルドゥーラ祖師谷 102 号室
編集人　横浜市オストミー協会　〒222-0035　横浜市港北区鳥山町 1752　障害者スポーツ文化センター横浜ラポール 3F
頒価 200 円（会費に含まれている）