SSKU JOA 横浜市オストミー協会

令和８年９月号
No.２２８

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
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

秋季 相談・交流会 ① ②

受付開始：13:00　　開会：13:30　　閉会：16:30
日時場所：① 9 月 5 日(土)　戸塚区総合庁舎 ３階多目的スペース大
相談担当：大船中央病院
皮膚・排泄ケア認定看護師　光平 真由美 様
② 9 月 20 日(日)　桜木町　健康福祉総合センター　8 階 A・B 会議室
相談担当：済生会横浜市東部病院
皮膚・排泄ケア認定看護師　上野　智美 様
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。
※ 参加希望の方は、ハガキ等にて返信か、右上二次元コードから申込み記入をして下さい。
※ 台風接近時は、開催の有無を、支部ホームページで確認するか、事務局に電話確認して下さい。

医療講演会

会　　場：桜木町　健康福祉センター　8 階 A・B 会議室
受付開始：13：00　　開会：13：30　　閉会：15：15 (両日共通)
期　　日：10 月 4 日(日)　県立がんセンター 副院長　岸田 健 先生　　演題は調整中
期　　日：10 月 17 日(土) 県立がんセンター 消化器外科(大腸) 医長　沼田 幸司 先生
演題「人工肛門と長く安心して暮らすために」

参加申し込み用のQRコード ⇒⇒

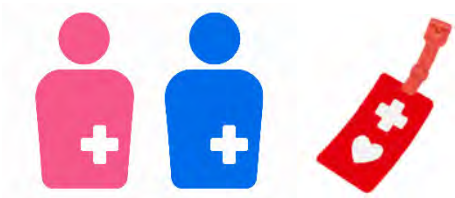
＊会場にて装具業者による取扱商品の展示説明会（15：00~16：30）
があります。**展示会での発注は１割引です。**(業者による)。
※Zoom 参加希望者は二次元コードから申し込むか、yoa.2040.1@gmail.com にメールを下さい。

※ （再掲）**若いオストメイト交流会@山手お散歩ミーティング**（９月２７日（日））
本誌５頁をご参照ください。**締め切り間近 若干名募集中。**

初心者研修会　開催の報告

令和8年7月5日(日)午後1時より、桜木町の横浜市健康福祉総合センター　8階会議室において、初心者相談会から呼称を変更した『初心者研修会』を開催しました。内容は従来どおり、オストメイトになって日の浅い方、なかなかストーマ生活になじめない方など、いろいろな初心者向けに勉強会を行いました。また、今回は事前申請のあった一部の方とオンライン参加を実施しました。

山根則子会長挨拶の後、皮膚・排泄ケア認定看護師の松原康美様に講演をお願いし、休憩をはさんで行った参加者個別の相談にも応じていただきました。



別室で個別相談を行いつつ、メイン会場では山根会長から「福祉等の手引き」と題して、障害者の一員であるオストメイトに関わる福祉等各種制度について、および横浜市オストミー協会の成り立ち等の説明を行いました。引き続き、ストーマ装具類の取り扱い会社による展示・相談会も行いました。

講　演『日々のストーマケアを振り返る　～困りごとと工夫のヒント～』

松原康美様は現在、北里大学病院　看護部副部長の職にあり、人工肛門・人工膀胱の患者さんとそのケアに長年取り組み、大学で教鞭を執っていた時期を挟み、30年余のキャリアをお持ちです。消化器病棟勤務のとき、先輩の皮膚ケアを間近に見て「皮膚トラブルは必ず治る」と確信。その後、皮膚・排泄ケア認定看護師の資格を取得。多くの経験に裏付けされた飾らない語り口で、写真など実例を用いながら、オストメイトが経験することの多いケースを紹介。

年月を経ると、体重は変わらなくても体型は変化する。ストーマ本体のサイズや形状が変わることもある。変化の少ない人もいるが、変化はするものと考えて備えた方が良い。時間が経ち慣れてきても、ストーマケアの振り返りが大切であるとお話し下さいました。(別添の講演資料を参照願います)

解　説『福祉等の手引き　～ストーマとともに笑顔ですごすために～』

山根会長より、「互療会」設立に始まるオストミー協会の成り立ちや、現在に至るまでの変遷を解説し、身体障害者であるオストメイトが利用できる行政・民間の各種サービスについて紹介しました。

また、災害対策についても触れて、その対策など横浜市オストミー協会の活動内容も、資料を用いて解説しました。

ストーマ装具類取り扱い会社による展示・相談会

今回は各社の都合によりメーカー系の参加はありませんでしたが、ストーマ用品等を取り扱う販売店

『ウェル・カム　サポートセンター』

『ソリュウション株式会社』

『ヤガミ　ホームヘルスセンター横浜』　　（順不同）

以上3社が参加されて、おすすめの商品紹介でお話をいただいたほか、別室にて商品相談と展示を行いました。

個別相談から　～松原康美様の解説～

短い休憩を挟み、別室に設けたコーナーで、希望者と松原康美様との個別相談を行いました。今回は希望者が10組と多かったため、それぞれ限られた時間の中で相談されていました。

※ご相談の中から一部について、松原様からの報告文を掲載します

Q1：登山やハイキングに行くと、たまに装具からもれることがあります。そのため最近は、出かける前日に装具を交換していますが、それでよいでしょうか。

A：はい、その方法でよいと思います。加えて、日帰りのお出かけであっても予備の装具や下着を持参しておくと安心です。汗をかきやすい季節や活動量が多い日は、装具の密着性が低下することもあるため、万が一に備えて準備しておきましょう。

Q2：ストーマベルトが脇腹に当たる部分がかゆくなります。湿疹はありません。下着の上からベルトを着けるとフィットせず、ずれる感じがあります。何かよい方法はありますか。

A2：汗やベルトとの摩擦によって、かゆみが生じることがあります。柔らかい綿素材でベルトカバーを作ったり、脇腹に当たる部分へ不織布ガーゼを 1 枚巻いたりすると、刺激を軽減できる場合があります。汗をかいたときは不織布ガーゼを適宜交換しましょう。また、可能であれば就寝時などにベルトを外して皮膚を休ませる時間をつくることもおすすめします。

Q3:面板がおへそ側(右上)からはがれてしまいます。いろいろな装具を試しましたが改善せず、皮膚保護テープを貼っても効果がありません。何かよい方法はありますか。

A3:面板がおへそ側(1～3 時方向)からはがれる場合は、座ったときにストーマからおへそに向かって皮膚にくぼみができていることが原因かもしれません。そのような場合は、用手成形皮膚保護剤を棒状にしてくぼみを埋め、その上から面板を貼る方法が有効なことがあります。また、面板の外縁がテープタイプの装具を選んだり、必要に応じて医療用テープを併用したりする方法もあります。一度、ストーマ外来で貼り方や装具の種類を確認してもらうとよいでしょう。

Q4:家族のことで相談です。イレオストミー手術後 3 か月が経過し、自宅療養中です。体調はよいのですが、この数週間、毎日のように装具から便がもれてしまいます。原因が分からず困っています。皮膚のただれはありません。手術を受けた病院のホームページを見ると、ストーマ外来はないようです。

A4:まずは、手術を受けた病院へ相談してみましょう。ストーマ外来がなくても、ストーマケアに対応できる看護師や医師がいる場合がありますので、外来へ問い合わせてみることをおすすめします。もれが続くと皮膚トラブルにつながる可能性があります。また、術後 3 か月頃はストーマの大きさや高さが変化していることもあるため、装具の見直しが必要な場合があります。早めに受診して相談しましょう。

Q5:ストーマの近くにイボのようなものができています。病院では「このまま様子をみましょう」と言われていますが、大丈夫でしょうか。

A5:現在、医師から経過観察でよいと言われているのであれば、そのまま様子をみてよいでしょう。ただし、イボが大きくなる、数が増える、出血しやすくなる、イボの影響で面板がはがれやすくなる、皮膚トラブルが起こるなどの変化があれば、早めにストーマ外来で相談しましょう。

◎困ったときは一人で悩まず、ストーマ外来や主治医に相談しましょう。　(ご報告は以上)

《会場風景》

【後記】

コロナ禍以降では最多数の参加者を迎えての研修会となりました。個別相談はいつもの二倍近い希望者で、いろいろな悩み事や困りごとを抱えながら日々の生活を送っている方が多い様子もうかがえました。横浜市の広報や朝日新聞内の情報記事などの告知も効果があったようで、一般参加の来場者が多かったのも今回の特色でした。

ご多忙のなか講演と相談に応じて下さった松原様。ご協力に感謝いたします。ご参加の皆さま、ありがとうございました。

《参加者内訳》

種別	ｺﾛｽﾄﾐｰ	ｲﾚｵｽﾄﾐｰ	ｳﾛｽﾄﾐｰ	ﾀﾞﾌﾞﾙ	ｸﾛｰｽﾞ	看護師	業者等	ｵﾝﾗｲﾝ	合計
会　員	19	6 家族 1	11	1 家族1				3	42 名
一　般	7	1 家族2	4 家族2						16 名
その他						1	3名 （3社）		4名
計	26	7 家族3	15 家族2	1 家族1	0	1	3	3	62名

（再掲） 20/40 若いオストメイト交流会　＠山手お散歩ミーティング

たまには会議室を離れてゆったりと外で交流しませんか。
若いオストメイトのメンバーで、山手地区の洋館や庭園を見学しながら、
歴史ある美しい街並みをゆっくりと約4キロ歩きます。
（もちろん、トイレタイムも心配なく！）

日時　:2026 年 9 月 27 日（日）9:30～13:00 前後
コース:JR 石川町駅→山手イタリア山庭園→洋館見学（3～4 か所）
→元町公園→外人墓地→港の見える丘公園→山下公園→中華街でランチ
費用　:昼食代＠3,000 前後（予定）当日集金

参加申込フォーム

対象:59歳までの若いオストメイト **残り若干数** の募集
参加ご希望の方は、右記の専用フォームよりお申込みください。

参加者はみんなオストメイトの横浜市民。肩ひじ張る必要はありません。
遠慮せずに困りごとを相談したり、共感したり。
あなたと話すことで、誰かの気持ちが前向きになってゆくはずです。

みなさんの趣味や推し、好きな事など、共通点を見つけて繋がりを作ってゆきましょう。また、個性あふれる建物や美しい庭園・季節の花などを楽しみながら、地元横浜の魅力も再発見しましょう。

2026年度　オストミーピアサポーター研修

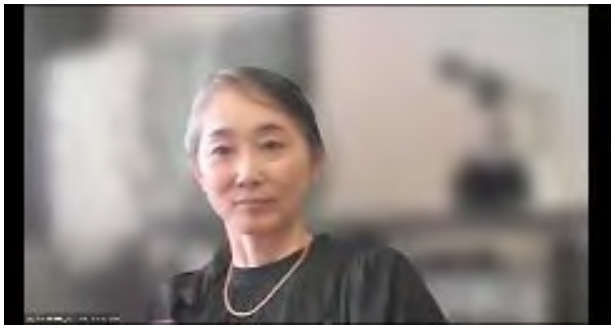
「言葉のかけ方、質問の仕方、コミュニケーションの取り方」

日時：2026 年８月２日（日）
　　１３：００～１６：００
場所：横浜ラポール 3 階第 1 会議室

2026 年度オストミーピアサポーター研修を開催しました。2012 年にスタートし、コロナの時期 2 年ほど開催できませんでしたが、今年で 13 回目となりました。

参加者は１８名。横浜市支部の会員７名、他支部会員８名（内オンライン参加者 3 名)、他団体 1 名、講師２名でした。最初に全員（オンラインの方も含め）で自己紹介をしたことで、会場の雰囲気が一気に和みました。

前半は、講義「ピアサポートの意義」は山根が話をしました。不安や孤独感が軽減できること、有益な情報が得られること、対等な立場で、ともに考えること、お互いの体験を尊重する、ご本人が解決する力を持っていることを信じることが大切という話をしました。



次の「コミュニケーション」についての話は、本部事務局の松川紀代さんが話をしてくださいました。
ピアサポートにおける言葉の選び方の重要性について、断定的な言い方、上から目線、そして一見ポジティブな言葉が否定になることの例を挙げ、Ｉメッセージという自分を主語にした言葉の使い方が提案されました。また、クローズドクエスチョンとオープンクエスチョンの違いについての説明もありました。

オープン・クローズドクエスチョン

クローズドクエスチョン(はい・いいえで答えられる)

例：「今日は初めてですか？」「今日はゆっくりできそうですか？」➡話しにくそうな方には、会話の入り口として答えやすい

オープンクエスチョン(自由に答えられる)

例：「今、一番気になっていることは何ですか？」➡話す準備ができていない人には重すぎることもある

◆クローズクエスチョンは的外れな決めつけになるリスクもある

後半は、ワークショップ（グループワークの一つで積極的に自分の意見を述べる場）で、事例をロールプレー（役割演技）で見て頂き、その後３グループで声のかけ方などを話し合い考えあいました。ネガティブな方に対しては褒めることや小さなことから何か始める提案などもするとよいのではという話が出ました。質問することで、相手の気持ちを明確にすること。提案を投げかけることで、目標や将来の展望を見出すことなどの話がありました。

今回は男性おひとりの参加「今回女性限定ではないですよね？」と、みなさんに笑いをおこさせ、逆に和やかな雰

囲気にしてくださいました。男性２人参加予定ではありましたが、今回、おひとりになってしまいました。紳士的な穏やかな方で、女性たちとも和やかに話し合っていました。

また、今回の参加者は、仕事柄、常にピアサポート状態の方も多く、患者会の中だけではなく、常日頃、また仕事でも、友人関係でも、ピアサポーター研修の内容は、通じるものがあることを改めて確認できました。

答えは一つではないし、頭で理解しても対面での話になると迷うことも多く、学び続けることの大切さを思います。

参加して下さったみなさまの協力と積極的な発言で、充実した研修会となりました。

参加くださったみなさま、ありがとうございました。

最後に参加者の方から提案があり、みんなで考えあいました。
提案内容：サロンに参加される方が「あ～つまんない、昔はよかった」「あ～面白くない」という方がいて、でも毎回参加される。どうしたらよいか。

問いで話に広がりを持たせる

浅い質問で終わりやすい例

参加者「もう来なくてもいいかなと思って」

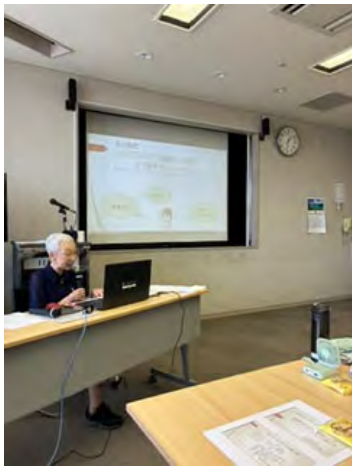
➡「どうしたいです？」「別に…」で止まりやすい

理由をたずねる問いが、展開を生む

「そう思ったのは何かきっかけがあったのですか？」

「なぜそう感じたのですか？」

◆「どうしたいのか」だけではなく、「なぜ」をたずねる



・口癖かも、発した言葉をそのまま受け取らない。
・かまってちゃん？　ほかの人と混ざりたいけれど、キャッチボールが下手？
・少し持ち上げ、気分良くさせるのは…。発した言葉を笑いに転換する返し方も大切かも…。
・会の中で何か役割をもってもらう。

などの意見が出ました。

以下、参加者が話された感想です。

・勉強になりました。自分と相手を切り離して考える。ピアサポートだけではなく、仕事でも友人関係でも必要なことだと思いました。
・自分はひたすら傾聴ばかりしていたかも…今日の学びを今後に活かしたい。
・自分と相手は違うということをしっかり意識すること。変に思い込みや先入観を持たずに頭をまっさらにして向き合うこと、言葉を発する前に深呼吸をすること。カウンセリングでも同じような話をされていたことを思い出しました。
・コミュニケーションの話の中で、「言葉のかけ方の落とし穴」についての話があり、自分の意見を押し付けちゃたらどうしたら良いのでしょう？
➡どの部分で間違えたかに気づくこと。すなおに謝ること。
・仕事柄、ピアサポート状態。ただひたすら聞くのではなく、自分と相手を切り分けること、学びになりました。

・コミュニケーション、言葉の使い方、一生学びだと思っています。
・仕事で、自分より若い世代に対し注意するとき、押し付けない言い方や、本人が答えを導き出すように話すのはと、考えることができました。

言葉のかけ方の落とし穴

・断定的な言い方は、心を閉じさせる
「大丈夫ですよ」 「～すべきです」
・上から目線も「私の時はこうでした、あなたも～すれば大丈夫」
・一見ポジティブな言葉が、否定になることも
「前向きに」 「頑張れば」 「気にしすぎ」
◆今の気持ちをまず受け止める
「逃げ出したいくらい、つらいんですね」

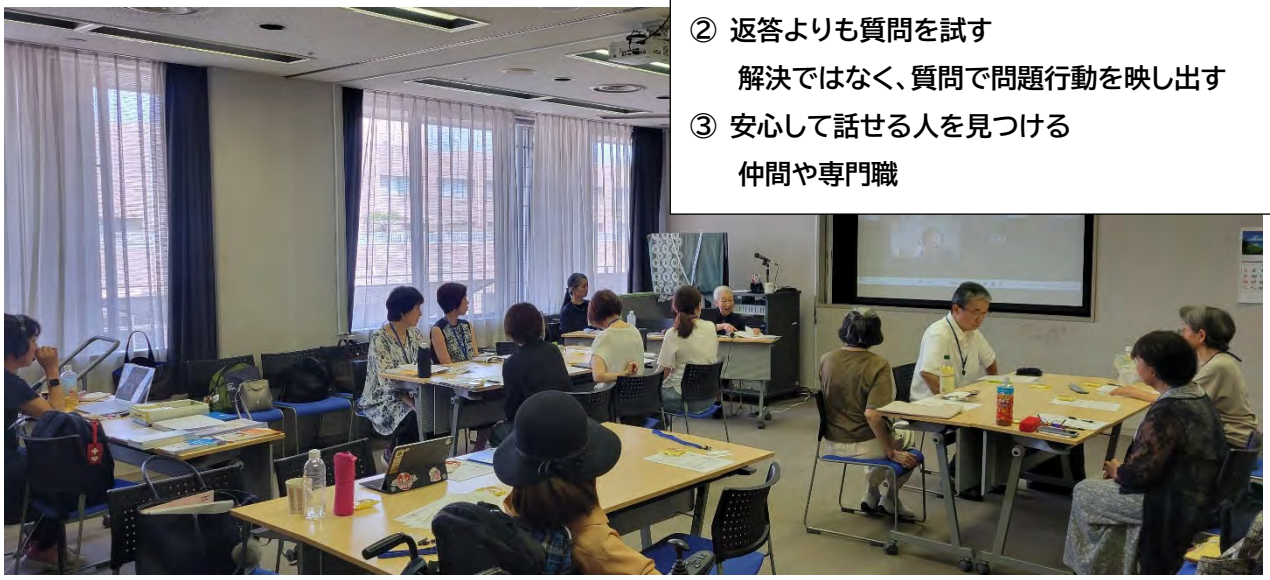
自分の動き、思いは、相手も同じように思っていると考えてしまった。
≪自分と相手を切り離して考える≫

・立ち位置の違い、傾聴と投影、言葉の選び方など勉強になりました。
・立ち位置の違いで言えば、会に入会し 1 年目。毎回会に参加して学びを得ています。
・自分と同じ人は誰一人いない。切り離して考えることが大事。
・仕事柄、毎日相談を受ける。状況を聞く。提案もするが、コミュニケーションがモンスター的な方、どうしたら良いか…

★とんがった物言いになぜなったのか？
・私が相手にとんがった言い方をさせてしまった
（考え方、動きを押し付けられたように感じた）
・オストメイトであることを知られたくない？
・あるがままにうけとめるって？

傾聴と投影（相手の話を聴いているうちに相手の感情や、問題に巻き込まれていく）
巻き込まれない傾聴のポイント
① 自分と相手を分ける 「〇〇さんはそう感じているのですね」
② 解決しようとしない 相手には自分で解決する力があると信じる
③ 相手も自分も大切にする 我慢ではなく、相手も自分も大切にする関係性
④ 自分一人で抱え込まない 困ったら、仲間や専門職を頼り、一人で抱え込まない

まずは
① 巻き込まれていることに気づく
一度心の中で立ち止まって考えてみる
② 返答よりも質問を試す
解決ではなく、質問で問題行動を映し出す
③ 安心して話せる人を見つける
仲間や専門職



日帰りバス研修旅行の案内

～小田原フラワーガーデン・湯河原ちぼりスイーツファクトリー・道の駅湘南ちがさき～

今回の小田原フラワーガーデンは、「トロピカルな植物」と「四季折々の花」が満喫でき、丁度、バラが見頃です。香りの良いバラが沢山ありますので、お楽しみ下さい。

昼食は、以前に好評だった「季作久」で 朴葉味噌焼き膳を頂きます。牛朴葉焼き、半せいろ、刺身、ご飯、香の物、変わり豆腐、自家製わらび餅ですが、牛肉が苦手な方には、魚の用意もあります。申込みに記入してください。

その後、ちぼり湯河原スイーツファクトリー。五感で楽しむスイーツファクトリーで、カフェや「ミニ工場見学コース」などがあります。最後は、道の駅湘南ちがさきで、お土産などのショッピングタイム。

朝早く、帰りも遅くなりそうですが、皆様のご参加をお待ちしています。

＊参加費は、当日支払いでお願いいたします。<u>キャンセルは２日前までです</u>。
＊前日、当日のキャンセルは、バス代割、食事代などの都合で、後日請求いたします。

多くの方のご参加お待ちしております！　先着４０名！！

日　時　　１１月１日（日）
集合場所　桜木町　横浜市健康福祉総合センター１階駐車場
集合時間　８時００分
行　程　　８：１０出発→海老名 SA➡小田原フラワーガーデン➡そば「季作久」➡ちぼり湯河原スイーツファクトリー➡道の駅湘南ちがさき➡18：00 桜木町
費　用　　￥３８００
申込方法　①QR コードで申し込み　➡➡➡
②メール（はがき記載例の必要事項を記入）
③はがき

※申し込み締め切り
１０月１９日（月）必着

参加される方は
・障害者手帳
・マイナンバーカード
を忘れずに！

郵便はがき
〒222-0035

港北区鳥山町 1752
横浜ラポール 3 階
横浜市オストミー協会
事務局　行き

「日帰り研修」参加申込み
① 氏名
② 電話（携帯電話）
③ 緊急連絡先（必ず）
④ 同伴者がいる場合
氏名・住所・電話
⑤ バス席など希望がありましたらお書きください

※申し込み期限前であっても、４０名に達した時点で、キャンセル待ち扱いに転じます。
※はがきは、郵便事情で、到着まで時間がかかります。なるべく①か②での申し込みがおススメです
※メールアドレス　ostomy@hamashinren.or.jp

読書の抽斗（第１０８回）

栄区　片山　豊

７月から８月、とても暑い日が続きましたが、如何お過ごしだったでしょうか。

小生、会員の皆さんが無事に乗りこえられるよう、平素より半分に減らしたウォ―キングで巡る、道端の道祖神様と延命地蔵仏に、栄区の一隅から、ウクライナ・ガザ・イランでの平和の早期回復とともに、祈念しておりました。

各国それぞれが抱える課題に加えて、地球の気候変動、特に温暖化の問題を再認識させられ、世界全体で考え、改善策を協力して推進していかねばならないことを改めて痛感しました。

また、この部分の原稿を書いていた時に、朝日新聞朝刊（７月２７日）の出版広告の「高齢化社会の諸問題を先取りした先駆的大著！」という本の宣伝に気づき、その偶然に少し驚きました。

というのは、その本は社会学者・上野千鶴子先生の『ボーヴォワール“老い”』（ＮＨＫ１００分 de 名著シリーズ、２０２１年）で、小生は、すでにブックオフで購入し、３日前の７月２４日に読了したばかりだったのです（経緯の詳細は下記の紹介欄で）。

９月になれば、少しは涼しくなると思いますし、“読書の秋”です。国内では多くの問題を抱える高市内閣の今後の動向から、横浜市長パワハラ問題（かなりひどい）まで、さらに、国際政治・紛争（特に、パレスチナ・ガザ等）に強い影響を及ぼすと考えられる、１０月２７日のイスラエル総選挙、１１月３日の米国中間選挙の結果が気になり、その影響に関心が高まります。

小生は、５月にお陰さまで８０歳を超えることができましたが、自分の周りの社会や世界の出来事に引き続き関心を持ち、自ら学び、知り、考え、行動するための読書を続けたいものです。

（追記）７月２８日、熊本に震度７に達する地震が、またありました。迅速な対応を切望します。

☆上野千鶴子『１００分 de 名著シリーズ、ボーヴォワール“老い”』（ＮＨＫ出版 2021）

この本を読んだ、そもそもの切掛の切掛は、朝日新聞の記事（１月２５日の「Re ライフ人生充実」欄の「Re ライフフェス２０２６、２月開催」）での著者へのインタビューとフェス開催後の４月５日（同欄）の著者の「加齢に無駄な抵抗　やめよう」という記事でした。

そこでは、自著『アンチ・アンチエイジングの思想―ボーヴォワール“老い”を読む』について「今は、若さを維持するためのアンチエイジングの流れが圧倒的に強力だが、……老いは誰にも抗えない……ボーヴォワール“老い”を読み、アンチエイジングでは克服できない老いの現実を直視し、老い衰え自立を失った人が生きる社会を構想」と叙述していたので、読みたくなり、応援している大船の個人書店で早速購入しました。

しかし、ちょっと厚い（３００ページ超）なあと思っていたところ、ブックオフでこのテキスト（１０５ページ）に遭遇（笑）したではありませんか。上述のごとく、即購入し、先に読了しました。内容については、「老いてなにが悪い！」「年齢に抗わない」「怯むことなく堂々と老いさらばえよ！」「超高齢化社会という“恵”」等、詳細はここでは触れられませんがとても素晴らしく、“さすが上野先生”と感激しました。推薦いたします。

《比較・参考》

★『おひとりさまの老後』（法研 2007）（第４回で紹介）

★『男おひとりさま道』（法研 2009）（第１１回で紹介）

★『おひとりさまの最期』（朝日新聞出版社 2015）（第５３回で紹介）

★『在宅ひとり死のススメ』（文春新書 2021）（第７８回で紹介）

☆萬田緑平『棺桶まで歩こう』（幻冬舎新書 2025）

３月２５日に読了し、その内容の“明るく、深い死生観”に“毎日楽しく歩く”を実践している一人として共感していましたが、その後、朝日新聞（５月２日）に作家・谷川直子さんの「がんと戦うための本は多いが、本書は違う。なぜか元気が出る。そこが魅力的。最期を自ら選ぶための頼もしい道標になるはず」との書評があり、４月の新書売れ行き・月刊ベストワン（トー

ハン調べ）でトップになったとの記事が載っていました。然(さ)もありなんと思いました。

タイトルからの最初のイメージは「死ぬまで歩く」これは何なのだ？と思いましたが、「生きる間は歩くぞ！」ということで「歩けるうちは死なない」「歩幅と背筋であなたの余命がわかる」などのほか、「病院に頼りすぎない“生きる力”とは？」など、終末期医療の問題にもいろいろ触れていて、とても考えさせられました。

下記も、「１日８０００歩、速歩き２０分が多くの病気に有効である」ことを見出した、いわゆる“中之条メソッド”の青柳氏との対談で、とてもお役に立ちます。

《比較・参考》　★文藝春秋６月号、萬田緑平・青柳幸利の
「特集　“歩く”が人生を変える―“棺桶まで歩こう”が導く幸福なる最期」対談ほか

☆エマニュエル・トッド、オードリー・タン、モニカ・トフトほか著『２０３０　来たるべき世界』（朝日新書 2026）

本書の内容は、「朝日地球会議２０２５」に登壇したエマニュエル・トッド、オードリー・タン、モニカ・トフト各氏へのインタビュー・講演・パネル討論などで、「議論の中心で、反響が大きく、新書化して読み継がれる価値がある」と編集サイドが判断したもの」とのこと。

「西洋の敗北」以後、「力こそ正義」の時代が再び来るとして、トッド氏はこれからをどう生きるべきか、メッセージを発するとともに、世界の知性との対談・鼎談でも自説を語る。

トッド氏は「日本は、米国の戦争に巻き込まれてはならない」「日本の軍備増強と核武装をどう考えるか？」「１９４５年に続くトラウマ」「日本が立ち向かうべき“人口減少”という難題」等、多面的に語る。

タン氏はＡＩ時代にあっては「民主主義を守るために、市民ができることは①「好奇心」②協力③共助の精神　の活用であり「シンギュラリティーではなく、“プルラリティー”（多元性）を選ぶ」として「“プルラリティー”とは差異のある人々による協働であり、分極化の燃料を共創と共同のエネルギーへと変えること。こうして水平的な“超知能”を実現する。なぜなら私たち人間こそが、私たちが求めている“超知能”そのものだから」と熱く語っている。

国際政治学者のモニカ・トフト氏は、米中の対立やロシアを含めた勢力圏争いが続く中で、日本はその強みも生かして、どうあるべきか提言をしています。

☆大治朋子(おおじ)『「イスラエル人」の世界観』（毎日新聞出版 2025）

偶々、７月３０日のＮＨＫＢＳスペシャル『マッピング・ガザ（破壊の全貌と占領の行方）』を見てしまいました。ガザの惨状を再認識させられ、あまりにも衝撃的でした。

放送内容は「死者７万人を超えたガザで何が起きているのか。膨大な衛星画像や動画・証言をデジタル地図化、統合し、破壊と支配の実相を可視化。惨劇の裏に潜むイスラエルの思惑に迫る」というもので、すぐにこの４月に読了していたこの本を思い出しました（その時の私の寸評：ガザの子どもが殺され続けている。彼らは何故「平気」でいられるのか！？）。

図書館資料によれば、「著者は特派員、研究員、ボランティアとして現地に６年半暮らした特異な経験をもとに、歴史的経緯から紡ぎ出されるイスラエルの「光」と「闇」の世界を徹底解説。建国以来、周辺国との戦闘を繰り返してきた国家の論理を説明する」とありますが、どうして、あれだけたくさんの一般人を殺し、残った人々を追い出そうとしているのか？

この問題については、専門家の早尾貴紀氏による下記のとても優れた本があります。

① は「ガザ・パレスチナ問題の最優秀教科書だと思います。日本のかかわり、責任にまで論究している」。

② は①を、よりコンパクトに表現している基本書でこの分野の入門書として最適。

《比較・参考》

★①『パレスチナ、イスラエルそして日本のわたしたち
－〈民族浄化〉の原因はどこにあるのか』（皓星社 2025）

★②『イスラエルについて知っておきたい３０のこと』（平凡社 2025）

★③『パレスチナ／イスラエル論』（有志舎 2020）（第９７回で紹介）

☆歴史学研究会編『ロシア・ウクライナ戦争と歴史学』（大月書店 2024）

偶々（たまたま）、ＪＲ本郷台駅近の“地球市民かながわプラザ”図書室の新刊コーナーで眼につき、借りて読みました。

図書館の内容紹介も「ロシアによるウクライナ侵攻。それは現実政治のみならず、歴史学に新たな課題をつきつけている。そもそもウクライナとは何か、ロシア史の再点検や周辺諸国の歴史認識の変容の検討、「帝国論」「ナショナリズム論」など多面的に考察する」とありました。

歴史学研究会編集の専門学者の諸論考であり、少し難しかったのですが、最近、一部の新聞に、ウクライナとポーランド（これまでロシアの侵攻に対してウクライナを積極支援してきた）との間の雲行きが怪しくなってきたことについての報道が散見されているのに気づき、どうしてなのか？と思っていた私には、結構、勉強になり参考になりました。

全体の構成は２部・９章で、特に印象に残ったのは「第１章　現代の政治的文脈におけるウクライナとロシアのネイション観」（青島陽子北大教授）、「第３章　ウクライナとポーランド＝リトアニア」（小山哲京大教授）、「第５章　変容するポーランド＝ウクライナ関係と歴史認識」（宮崎悠成蹊大学教授）、「第７章　冷戦後の国際秩序を問い直す」（板橋拓己東大教授）、「第８章　ロシア・ウクライナ戦争と現代歴史学の新しい課題」（中澤達哉早大教授）でした。

ヨーロッパ（中欧・東欧など）の歴史、諸国家間の盛衰・国境・軋轢・葛藤は、島国日本で育ち、世界史を学ばなかった人間（私のように高校社会科で「日本史」「人文地理」を選択し「世界史」を受講していなかった）には、肌感覚での理解がなかなか難しいようです（笑）。

☆梯久美子『この父ありて　娘たちの歳月』（文藝春秋 2022）

娘たちとは、渡辺和子、齋藤史、島尾ミホ、石垣リン、茨木のり子、田辺聖子、辺見じゅん、萩原葉子、石牟礼道子。図書館資料には、「不朽の名作を生んだ９人の女性作家たち。唯一無二の父娘関係が生んだ、彼女たちの強く、しなやかな生涯を描き出した１冊」とありました。

また、著者は文末の“あとがきにかえて”で「本書で取りあげた９人の女性はみな父親から大きな影響を受けているが、それは一方的な受け身の立場としてではない。父の人生を深く受け止め、さらにそれを相対化することで、自分の人生の中に「父の場所」を作り出したといえる。その過程で重要だったのは、書くという行為だったのではないかと思う。」そして「成熟した目と手をもつ彼女たちが父を書くことは、歴史が生身の人間を通過していくときに残す傷について書くことでもあった。この９人は、父という存在を通して、ひとつの時代精神を描き出した人たちだったともいえるだろう。」と的確に述べている。

具体的な叙述は、筆者の書く力（認識と表現）と、当然ながら９人各々のシチュエーションの違いもあって、各々とても興味深い仕上がりになっている。なかでも興味を引いたのは、渡辺和子、茨木のり子、田辺聖子、萩原葉子、石牟礼道子だったが、特に、萩原の父「朔太郎」本人の印象が強烈だったし、茨木の場合は、何故か父より夫の印象が残る表現だったように私には思えた（？）。本末には詳細な「主要参考文献欄」が付いている。

《比較・参考》

★渡辺和子『どんな時でも人は笑顔になれる』（ＰＨＰ研究所 2017）
（第５６回で紹介）

『幸せのありか』（ＰＨＰ文庫 2017）（第５６回で紹介）

『置かれた場所で咲きなさい』（幻冬舎 2012）（第３６回で紹介）

★茨木のり子『おんなのことば』（童話屋 1994）（第５回で紹介）

『女がひとり頬杖をついて』（童話屋 2008）（第５回で紹介）

『寸志』（花神 1982）（第５回で紹介）

『君死にたもうことなかれ－与謝野晶子の真実の母性』（集英社 2007）
（第１２回で紹介）

★石牟礼道子・藤原新也

『なみだふるはな』（河出書房新社 2012）（第２４回で紹介）

（次号に続く）

会員だより

♪♪会員だよりのご返事♪♪

都筑区（ウロ）T.I.さん　術後1.5年
　いつも励ましていただいており、ありがとうございます。4月頃より体調を崩し入退院を繰り返しました。その時の検査で、また新たな癌が見つかり、抗がん剤を変えての新しい治療が始まりました。早く通常の生活に戻りたく、適度に頑張ります。

港北区（コロ）Yさん　術後2年
　1月に再発転移が見つかり、治療を続けてきましたが、それ以外の事も考えなくてはならなくなってきました。ストーマは順調ですが、今後どうなるのか、心配しています。在宅医療でどのようなサポートを受けたらいいか知りたいです。

青葉区（イレオ）豊野さん　術後7年
　協会から、TOTOのオストメイトの外出先と自宅のトイレ利用に関しての、ヒアリング調査に参加のお話があり、新宿のTOTO本社に行って参りました。2人とビデオ撮影の方、合わせて3人でお話をしてから、実際に展示してあるトイレで、一連の動作をしながら、お話させていただきました。最近は外出先での交換はなくなりましたが、以前経験したこと等、要望も致しました。私の知らなかった機能があり、良い機会をいただきました。外出先で使いやすいトイレが増えるといいなと思って帰りました。

神奈川区（コロ）平本さん　術後17年
　術後すぐに入会しました。振り返ると17年も過ぎたのだと改めて思いました。この間再発もなく幸せです。81歳になり、ここまで生きられるとは思わなかったので欲が出て、もう少し生きたいと思うこの頃です。もちろんかかりつけ医院には通っています。相談会にはなるべく出席したいと思いますので、よろしくお願いします。

♪♪秋季相談会・交流会(9/5、9/20)のご返事より♪♪

港北区（ウロ）本田さん　術後1年
　2025年9月末に手術をしたのですが、ベルトやかゆみの問題に悩んでいました。協会の皆さんからの体験やアドバイスのおかげで少しずつ改善しては来ました。でも、下着・肌着についてのアドバイスや、ストーマ外来の看護師さんから他の患者さんのお話など伺っても、なかなか自分に合うようなものが無く、少しあきらめ気味に見なっています。いったい自分に合うものに出会うのに何年くらいかかるのでしょう。

市外（イレオ）Nさん　術後10年
　総会、ご苦労さまでした。
　新役員の方で新しい発想を取り入れ協会が段々と進歩して行くと思いました。
　5月のある日、朝の散歩4500歩中央区築地明石町は清々しかったです。（5月の爽やか気候もそろそろ終盤かな）
　明石町の公園を歩いてLINE着メロ（カナリヤ音色20秒）を聞いていたら、なんと雀が鳴きながらベンチにいる私の隣まで近寄って、キョロキョロして、目が合って可愛かった。他の木々へ行ったが試しに再度繰り返したらまたまた来た。
　公園は野生の小鳥が多く、緑と閑静な感覚で、東京のど真ん中とは思えません。この公園に来るととても癒されます。
　翌日から仕事の活気を受け入れることが出来ました。

　以前からパウチの漏れについて、疑問を持っていました、漏れの原因が判明しましたので報告いたします。
　パウチに貼る保護材の貼り方に問題がありました。
　この10年間手術後の病院看護師から指導を受けてきましたが、指摘無し《あれ、また2日で漏れてしまった？など、、、何故何故と思い自分で実験をしてみました。》
　看護師からは一度も指導されなかったが、結論はパウチ内側の保護材の貼り方に問題がありました。
　私より重度の悩みに苦しんでいたイレオの方に実践をして頂き、『長年の悩みが解決しました』と喜んで頂きました。
　この方法はイレオだけでは無く、全ての方のパウチに共通して言えることなので敢えて投稿（報告）しました。ただ実践でないとなかなか伝わらないのが実態です。

山　想　う（第三十四回）

栄区　舩木　健

2004（平成16）年の北海道山旅（石狩岳・ニペソツ山は前回記述、その後の3座目夕張岳は今回）の話を続けます。

8月5日（木）この日は移動日なので、ゆっくり起床。２晩お世話になった宿に別れを告げて糠平温泉バス停から10時30分発のバスで帯広へ向かいました。ちょうど正午に着いて駅前で昼食。そこから13時40分発の特急で新得・トマムを経て新夕張へ。次に夕張行に乗換えて清水沢到着は16時でした。更に駅前からタクシーに乗って55分、登山口の少し手前にある駐車場で下車。徒歩15分でその日の宿夕張岳ヒュッテには17時過ぎに着きました。当ヒュッテは夕張市営でその教育委員会が夏場は管理人を置き運営しています。こじんまりしたプレハブ造二階建で収容人員は80名、素泊り（1,000円）です。すぐ近くの水場で水を汲み簡単な料理をこしらえました。

8月６日（金）その日が来ました。4時起床、5時前出発。登りは冷水（ひやみず）沢コースを、下りは馬の背コースを、という行程の一部にある反時計回りのルートが最もよく使われるのでその通りに歩きます。小屋の標高は約５００m、目指す頂きは１，６６８mですから、その差1,100m以上を登らねばなりません。登りの歩行距離は６．７km、標準的には4時間40分を要し、下りは６km、３時間２０分となっています。幸い天気は上々。ここで山の説明を一言。例の山名辞典によりますと「夕張山地の主峰。山頂部はユウバリコザクラ・ヒメヤマハナソウ・ユウバリリンドウなどの高山植物が多い。（その数は160種以上、ユウバリコザクラなど頭にユウバリのつく固有種が11種あると言われます＝筆者注記）富良野芦別道立自然公園に属する。」とあります。このように、夕張山地の主峰と書かれていますが、実際はその北にあって昔小生ら3人が登った芦別岳（１，７２７m）の方が高いので、そちらが主峰となります。山名は「夕張川の源が発するところ」から来ており、夕張はアイヌ語の「ユーバロ」＝鉱水の川口、を語源とする説が有力、と「200名山」本にあります。

ヒュッテを出て林道を少し行くと2コースの分岐があり右の冷水コースへ。この日は岩手から来たという男性Tさんが加わり4人パーティとなりました。樹林帯の中を暫く行くと傾斜がきつくなり、その先冷水沢にある第一の水場の冷たい水で喉を潤した後また進むとダケカンバが目立ち始めます。馬の背コースの分岐を過ぎ、4人は順調な歩みを続け、上部の合流地点の先で急な尾根道にさしかかると、ポッコリ盛り上がった形の前岳を右に見る辺りに、ピンクの可憐なシモツケソウが咲いていました。石原平を過ぎて7時ちょうどに望岳台着。標高１，２９０m、ここがほぼ中間地点で見晴らしがいい。だが、目指す夕張岳はまだ遠い。10分休憩。更に憩沢の第三の水場を過ぎて行くと広々とした前岳湿原に出ました。ここからは高原逍遥で、お馴染みのチングルマやシナノ（ユウバリ）キンバイ、黄色のオタカラコウやハハコグサなど色とりどりの花が咲き競い、正に山上の楽園です。所々蛇紋岩が露出し蛇紋岩台地とも言われます。数えきれないほどの山に登ったYさんは高山植物にかなり詳しく、そこここで花の名をあげています。ゆったりと優美な線を描く女性的な山容の夕張岳が徐々に近づいてきました。花の山と呼ばれ、高山植物の宝庫であるこの辺り、思わずワーッと歓声を上げたくなるほどで、花々を眺めながら歩くのは至福の時です。大きなガマ岩を右に、ヒョウタン池を左に見ながら行くと最後の水場。ハイマツ帯で珍しいシロウマアサツキを見つけました。釣鐘岩の先は吹通し。道標にあと５００mとあるこの砂礫地を過ぎて行くと、足下に、ウルップソウに似たこの山の固有種で、花は紫色、葉は比較的大きい独特な姿のユウバリソウを見つけました。傍には小型でピンクのタカネナデシコや白いタカネツメクサがひっそりと咲いています。東南方向へ最

後のジグザグ登りの後、南北に長い頭頂部の北端へ。

9時10分、着きました。一等三角点の山、夕張岳神社の祠があるその頂きに立つと360度遮るものはなく、なんという素晴らしい眺めでしょう。大感激！4時間20分の登りが報われました。30分間、存分に展望を楽しんだが、登りの途次、ウルップソウを初めて見たのも感激でした。下山は馬の背分岐まで元来た道を引き返します。望岳台・石原平を過ぎ、馬の背・冷水コースの上部分岐にはちょうど正午に着きました。ここから登りコースとは別の右手尾根コースを辿ります。樹林帯の急坂を下りヒュッテには13時帰着。この日見た花の名前を所々でメモしましたが、その数はざっと30種に及びました。ヒュッテに置いたものすべてを詰めて駐車場へ。そこにはＳさんの知人Ｓａさんが来ていたので、彼の車にわれわれ3人は乗せてもらうことにしました。その途中私だけは地下鉄東西線の大谷地駅で降ろしてもらい、いつものように弟と会うために札幌へ向かいました。例のごとく夕食の楽しいひと時を過ごした後、市内で1泊。翌日の千歳空港11時発の

Ａｉｒ　Ｄｏ16便で帰宅の途に就きました。今回もまた気心の知れたＳさん・Ｙさんと共に非常に楽しく充実した山行がもてて大満足でした。目的の２００名山3座の頂上も踏むことができ申し分のない6日間でした。

参考までに、この夕張岳については、田中澄江著「花の百名山」Ｐ．１５７～１６０、「新・花の百名山」Ｐ．33～36（共に文春文庫）に、花の名前などが詳しく述べられていますので、ご一読いただくといいかと思います。(前書は以前述べたように読売文学賞受賞作ですが、彼女の2冊の文章には、一部こなれていなくて筋が通らずアレレッ？と頭を傾げる箇所が散見されます。明治生まれである彼女の登山に対する情熱と山の花々に対する愛好心はすごいなという点には感心させられるとしても、もう少しその紀行文を推敲すればよいのにと思ってしまいます。)

これら2著書に述べられている夕張岳の固有種ユウバリソウについて下記します。ウルップソウ属で、花の色は赤紫色、背の高さは１０～２０㎝、葉は楕円形の多年草です。われわれが頂上手前で見たのがウルップソウ似で紫に近いユウバリソウでした。やっと見つけた、と皆で感激したのを鮮明に思い出します。

また話は変りますが、上記新編のP.33に「夕張岳の夕張側に大規模なスキー場ができそうなので、花たちを愛する夕張の人々を中心に猛反対運動が起きており、著者も反対署名をした」という趣旨の文章が出ていました。登山の話からは逸れますけれど、私はかつてそのスキー場で滑ったことがありました。夕張レイスイスキー場（現、Mt.レースイスキーリゾート）へ行ったのは1986（昭和６１）年2月16日（火・祝）のことでした。その頃、私は北海道苫小牧に事業所のある石油備蓄会社に出向中で、現場研修＝二交代勤務体験実習のため出張に出かけました。1週間日程の中ほどに休日があるのを幸いに、事業所の若い人たちが彼らの自家用車を連ねて行くのに乗せてもらい向った先が上記スキー場だったのです。初級から上級まであるゲレンデで、朝9時から15時まで滑りまくりました。割合空いている上に晴天にも恵まれて楽しい1日でした。それと、ゲレンデの上部から見た光景を忘れることはできません。彼方に見える白銀に輝く山々は崇高で、とてもいいスキー場だな、と思っただけに、過去にそのような反対運動があったということは全く知りませんでした。そこからの帰り道、すぐ近くにある石炭博物館に立ち寄り、石炭採掘の歴史に関する展示などを約1時間ジックリ見学しました。今は人口減少で街なかはひっそりしていて、戦後のエネルギー主役である石炭の採掘で華やかだった時代があった面影は既になく世の有為転変・盛衰を感じないわけにはいきませんでした。

この日1日仕事を離れて素晴らしい気分転換ができました。

{2026年6月２８日　記す}

会員の異動

6月から7月まで　　8月4日現在：３１１名

新　会　員（年度累計 9 名）

保土ヶ谷区	星野 様	泉区	秋山 様	港北区	大島 様
神奈川区	石川 様	港南区	大溝 様	市外	相川 様

＊どうぞ宜しくお願い致します＊

寄附の御礼

北里大学病院　　松原　康美 様　　18,000 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 4 日、17 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、会員は 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。

オストメイト山部　秋の会案内　（JOA 会員限定）

7月号で紹介した山登り同好会では、秋の会を計画しました。
日程：11/15（日）　　※雨天の場合は12/6（日）
行き先：初心者向けの低山として、今回は伊勢原の大山へ。
往復ケーブルカー利用で、下社から山頂を目指します。
3～４時間程度荷物を背負って歩ける方であればどなたでも参加いただけます。
詳細はLINEグループにて連絡調整しますので、まずは事務局にお問合せ下さい。(8月現在　９名参加中)

【俳句・短歌】

晩秋の 竹林に座す 羅漢像
朝顔の 咲いた数だけ 手がかかる
青葉山 澄んだ空気と 若人と
野うさぎ

置き傘の 乾く間もなし 梅雨入る
ビニールの 袋配りて 山開き
メガホンと ビール片手に 外野席
芳春(ほうしゅん) 九十二歳

霞ヶ浦 湖畔の連華(れんげ) 何処(いずこ)まで
湯の街の 川面涼(かわもかす)めて 夏燕
ドッジボール 子らの歓声 合歓(ねむ)の花
つねこ

うら山の 岩場の割れ目 沢がにを
山道かよい イチゴも 取りぬ
(自宅の裏山です)
窓開ける 雨風去りて 天の川
みやげ品 初夏のお祭り 京の味
(京都みやげ)

貰い苗(もらいなえ) 初夏の楽しみ イチゴかな
朝顔や 我武者(がむしゃ)らなりて 夏威張(いば)る
暑気の朝 ヒネモス花は 朝の顔
(注) ヒネモスは一日中の事

掃除中 上から眺む烏(からす)カー
プラゴミ集め カラスのおもちゃ
作眞

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　9月 5日（土）19日（土）
　　10月 3日（土）17日（土）
　　11月 7日（土）21日（土）

作品募集
短歌、俳句、詩、川柳、絵手紙など
形式不問。投稿をお待ちしております。
手工芸品等は写真を送って下さい。
次回締切は、十月九日

《事務局だより》

≪ W杯優勝はいつになる？！ ≫

4 年に一度のサッカーワールドカップ、面白かったですね。元来私はサッカーよりも野球の方が好きなのですがW杯は別格です。世界で一番視聴されているスポーツはオリンピックではなくW杯とどこかで聞いたような気がしますが、各国では盛り上がっていたようです。日本代表はというと世界各国のサッカーチームで活躍する選手を揃え、20 年以上前のレベルよりは強くなっていると言われていますが、世界と比べるとまだまだのように見えました。4 年後の大会には是非ベスト8、8 年後の大会では決勝戦進出･･･位の夢と希望を持たせてほしいと思いました。

土曜日担当　長島正美

≪ もしもストーマから手紙が届いたら ≫

9 月になりました。「もう秋ですね」と言いたいところですが、今年もまだまだ暑い日が続いています。

そんなある日、装具を交換しながら、ふと思いました。「もしも、このストーマから私宛に手紙が届いたら、どんなことが書いてあるのだろう。」

すると、こんな手紙が頭に浮かびました。

「久美子さんへ。

今年の夏も暑かったですね。汗をかくたびに、私はハラハラしていました。だから、水分はしっかりお願いしますね。

それから、食欲が戻ってきたのは嬉しいけれど、食べ過ぎには少し気をつけて。私は正直ですから、すぐに忙しくなってしまいます(笑)。

初めて会った頃は、お互い戸惑っていました。でも今では、一緒に旅行に出かけたり、たくさんの人と出会ったり、相談員として誰かの話を聞いているあなたを見ていると、『あの頃は想像もできなかったね』と、私は少し誇らしい気持ちになります。

これからも、ときどき小さな合図は送りますが、末永くよろしくお願いします。

あなたのお腹の相棒より」

……もちろん、本当に手紙が届いたわけではありません。でも、毎日一緒に暮らしている相棒だからこそ、そんなことを想像したら、思わず笑ってしまいました。

皆さんの相棒なら、どんな手紙を書いてくれるでしょうか。

木曜日担当　芹澤久美子

≪ TOTO の本社に行ってきました ≫

TOTO のヒアリング調査に行ってきました。おへその位置、ストーマの位置にマーキングして、床からの長さを図ってからスタートでした。オストメイトトイレの高さを、こうやって研究するのだろうと感心しました。トイレでの処理の仕方は、ツーピースを使用しているので、他の方とは少し違うと思うと話しましたが、皆さんトイレットペーパーを何枚か使えるように準備をしてから、処理をすることは、同じと言われました。

ビニールの手袋を利用して、下着などが汚れないように、トイレットペーパーを沢山使う。夏は、ブラウスなどがつるつるした生地なので、汚れないように、脱いでから、処理をするので、衣類やバッグを置く台が必要。

要望を聞いて下さり、今後のトイレがどのように変化するのか楽しみです。

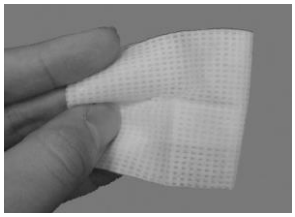
火曜日担当　　小野夏美

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

ストーマ装具販売代理店
ソリュウション株式会社

患者様がいて、
そのために私たちがいる

コールセンター/ストーマ装具のご注文・お問い合わせ
電話：0120-221-370　**(通話料無料)**
※携帯電話からのご連絡は045-477-1077へお願いいたします。
※お悩み事、お困り事も、お気軽にご連絡下さい。

オンラインストア　(24時間受付)
※給付券を利用している方にも対応しております。
https://solution-med.jp/shop/

ソリュウション株式会社　公式LINEアカウント
※主に災害時情報を発信しております。
ID：@083nlbdm

送料規定
①ストーマ装具（袋・面板）のご注文：送料は一律当社負担
（ご注文にストーマ装具（袋・面板）が含まれていること）
②アクセサリー類のみご注文時は下記内容を実施
【電話・FAX・郵便】
ご注文金額が5,500円(税込)以下の場合は一律550円(税込)
【オンラインストア】
ご注文金額が4,400円(税込)以下の場合は一律550円(税込)

病院から在宅までトータルにサポート
ストーマ装具、オムツやパッド等のコンチネンスケア製品、エアマットや被覆材等の褥瘡ケア製品、経腸栄養ポンプ製品等さまざまな福祉関連商品・医療機器等販売・レンタル・修理を行っています。全国の給付券取扱い可能です。
まずは私たちにご相談ください。

〒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
TEL:045-477-1077　FAX:045-477-2833
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。)

ストーマ用品

各種取り扱っております
ご注文、見積書のご依頼、ご相談はこちらから

お電話で

YAGAMI コールセンター ストーマ用品のお問い合わせ

通話料無料

【ストーマ用品専用窓口】 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

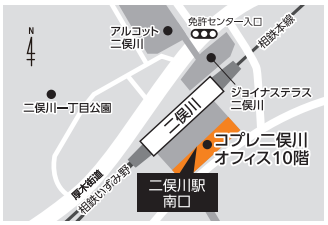
対面・オンラインで

相談窓口よりそうだん ストーマ用品・介護用品について、窓口でスタッフと直接ご相談いただけます。
予約制 予約はインターネット（予約ページ）もしくはYAGAMIコールセンターにて承ります。

ヤガミホームヘルスセンター
相談窓口よりそうだん横浜
横浜市旭区二俣川二丁目50番地14 コプレ二俣川オフィス10階

こんな方にオススメです！
●スタッフと対面で相談したい方
●実際に商品を手に取ってみたい方

アクセスのご案内
●二俣川駅の改札を出て左折し、南口方面へ進み、パン屋と横浜銀行の間の入口からコプレ二俣川へお入りください。中を直進し、右折したところがオフィスエントランスです。エレベーターで10階へお越しください。（所要時間約3分）



オンラインでもご相談を承っております ●ご相談は無料 ●詳細はこちら

■営業時間／月～金曜 10:00～17:00 ■休業日／土曜・日曜・祝日・年末年始・棚卸日（6月平日最終日）

ネットでお気軽に

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
● オンラインで見積書依頼をされたい方

e.よりそうだん
ストーマ用品
オンラインショップ

※給付制度をご利用の場合は「ストーマ用品の見積のご依頼」のみ承っております。給付券を利用したご注文の場合はコールセンターにお電話ください。

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
https://www.yagami.co.jp/yhhc/

2026年5月現在

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	〒241-0821	横浜市旭区二俣川二丁目５０番地１４ コプレ二俣川オフィス１０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

1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可(毎月 3 回 8 の日発行) 2026 年 8 月 1 日発行 SSKU 増刊通巻第 8528 号 横濱だより No. 228

横濱だより　今月号目次

表紙・協会行事予定　・・・・・・・・・・・・・・・・頁　1
初心者研修会の報告　・・・・・・・・・・・・・・・　2
若いオストメイト交流会@山手お散歩　・・・・・・・　5
ピアサポーター研修の報告　・・・・・・・・・・・　6
日帰りバス研修旅行（小田原ﾌﾗﾜｰｶﾞｰﾃﾞﾝ）の案内　・・　9
読書の抽斗（第１０８回）　・・・・・・・・・・・・　１０
会員だより　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　１３
山想う（第３４回）　・・・・・・・・・・・・・・・・　１４
会員異動、寄附御礼、オストメイト山部 秋の会案内　・・　１６
俳句、文化・スポーツ活動　・・・・・・・・・・・・　１７
事務局だより　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　１８
目次・協会行事実績・予定　・・・・・・・・・・・・　２４

別冊：本部会報９月３３９号（会員のみ）　・・・　Ｐ１～Ｐ２４

付録：初心者研修会　WOCN 講演資料　（会員のみ）

協会行事：７月～８月実績と９～１１月予定

7/5(日) 初心者研修会
7/18(土) 事務局会議
8/2(日) ピアサポーター研修
8/9(日) 編集部会・第４回役員会
=== 8/11～16 事務局休み ===
8/25(火) 会報印刷・封入・発送
9/5(土) 戸塚 相談交流会①
9/8(火) 周辺支部との情報交換会
9/13(日) 第 5 回役員会
9/20(日) 桜木町 相談交流会②
9/27(日) 若いオストメイト交流会
10/4(日) 人工膀胱医療講演会
10/11(日) 編集部会・第５回役員会
10/17(土) 人工肛門医療講演会
10/24(土) 関東ブロック会議（茨城県土浦市）
11/8(日) 第６回役員会
11/21(土) 上大岡相談・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
支部ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ
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：9/10・24、10/8・22 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）