

ゆうじん|結人

ストーマをお持ちの方のための
ライフスタイルマガジン

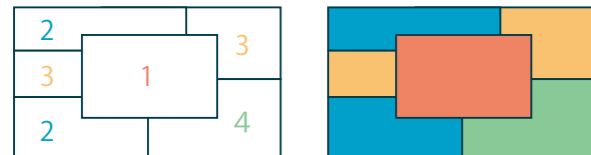
【特集】
コロプラスト社会保障担当部門の
活動をご紹介します!

【特集】
ENJOY YUAMI@小杉湯
イベントレポート

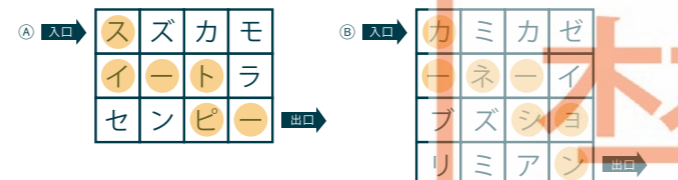
【連載】
がんばれTAKA
オストメイト・アスリートの挑戦

6-7ページ「健幸華齢プログラム 脳トレ編」の解答

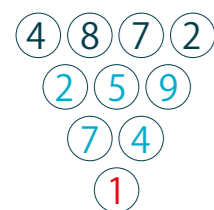
問題① 答え 4つ(4色)



問題② 答え① スイートピー 答え② カーネーション



問題③ 答え 1



巻頭インタビュー
ノーフリート 美奈子さん



YUJIN

 通巻32号

「人と人を結ぶ」をコンセプトに、 ご活躍されている皆さまを バトン形式でご紹介していくコーナー

今回は、公益社団法人日本オストミー協会（以下JOA）沖縄県支部、副支部長のノーフリート美奈子さんにお話を伺いました。

これからの明るい未来を想像してストーマ造設に臨みました。

14歳のときにクローン病を発症し、15歳で診断されました。そこから20歳になるまでは体調が不安定だったのですが、27歳で子どもを出産するまでは安定した時期が続いていました。出産をきっかけに、もともと調子が良くなかった瘻孔と狭窄に悪化を感じ

たため、ストーマを造設しました。ストーマに関しては、高校生の時にストーマを造設することになるかもしれないと主治医や看護師に言われていたので全く知らなかったというわけではありませんでした。高校生の時はストーマを造りたくないという

気持ちが強かったのですが、出産を機に、自分だけの体じゃなく、子どももいるのだから、自分自身も健康でいたいといけないう想いが強くなり、悪いものを取り除こうと決意しました。これからの明るい未来を想像してストーマ造設に臨みました。

活動をしている原動力は

「不安と闘った自分の経験を活かし、将来について不安を考えるかもしれない子どもたちや、若い人が少しでも不安を軽減できるように」という想い。



現在、児童関係の職についており、日本オストミー協会（以下、JOA）沖縄県支部では副支部長を務めています。以前は、米軍基地に14年勤務していましたが昨年2023年の4月から今の職に就いています。今の職に就いたきっかけは、今から4年前に約20年ぶりに体調を崩し、3か月ほど入院し、手術をしたときのことでした。この入院をきっかけに、昔抱いていた援助職の仕事への熱が復活しました。援助職への想いは学生の頃の出来事が

影響しています。クローン病発症時は中学生で、高校にもほとんど通えない日々が続いていましたが、友人、学校関係者、さらに当時の病棟看護師、栄養士や主治医の協力もあり、卒業することができました。中学、高校生の時に長期入院していた際の病室はベテランや祖母のような年代の方ばかりで他の子たちが経験してきた青春時代を味わうことができませんでした。さらに自分の将来が想像できず、口に出せないような将来生きていく不安がありました。その後、体調の良し悪しを繰り返し、体調が安定した頃、福祉系の学校へ進学しました。自分のように学校に行きたくても行けない子に関わることをしたいという想いを秘めていました。体調が安定したタイミングで、DJに挑戦してみたり、数年間海外へ移住する経験を経て、前職では米軍基地で勤務していたという経緯があります。4年前に体調を崩した時には、働けなくなり、体調の問題でいつ復帰できるかわからない、さらに子どもが中学生で親として養っていけないといけないう想いで

不安でした。ストーマケアや社会保障制度や福祉のことなど、自分が困っていることがあったのですが、周りはなかなか動く意思が感じられなかったため、自分を変えていく、動かしきれないと思いました。そういう状況を理解している人が声を上げる必要があると思っています、自分と同じように若くして発症した人たちが不安なく生活できるような将来を作りたいと思っています。同じJOA沖縄県支部の中でも同じ境遇に立っている人がいます。障害年金の受給条件は様々ありますが、例えば「初診日」が厚生年金制度加入前の未就労の時期にある場合はその後就労したとしても、障害年金が受給できないということになりますよね。同じ疾患を抱えていても、「初診日」のタイミングによっては障害年金を受けられる人、受けられない人がいます。現在、自分がこういった仕事、活動をしている原動力は「不安と闘った自分の経験を活かし、将来について不安を考えるかもしれない子どもたちや、若い人が少しでも不安を軽減できるように」という想いです。

ストーマについて「聞いたことがある人」、「まったく聞いたことがない人」では支援の仕方や認識が変わると考えています。

活動の仕方は試行錯誤している最中ですが、今自分ができるやり方として、福祉関係の学校で講演を行い、学生たちとお話させてもらったり、自分も学生たちから意見やアイデアをもらったりしています。学生から「人工肛門」という言葉はセクシャル的なことに関わるから一般の人から質問しにくいという話がありました。そのような認識だと、詳細は聞きにくいと思われるそうです。いろんな人の話をきくことはそういう考えもあ

るのだという学びになります。「人工肛門」という言葉は「ストーマ」に変わればなと思います。その学生たちは卒業後、支援する側になると思うのですが、こういった内容の話を授業の一環であれ、「聞いたことがある人」、「まったく聞いたことがない人」では支援の仕方や認識が変わると考えています。「こういう人がいたなあ、オストメイトってこういう人なんだなあ」と知ってくれる人が少しでも増えればと思っています。



多くの人に知ってもらって、知ってもら分母が大きくなれば、理解者が増えていくと思います。

ストーマを造設したのは、2006年で、その後6年程は一時ストーマでした。永久ストーマになったのは2012年です。一時ストーマの時はストーマケアに掛かる金銭的負担が大きく、不安も多かったです。一時ストーマだと給付の対象にならない制度に関して、疑問に感じる点もあります。若くして病気を発症したり、先天性の疾患を持った人は入れる保険に限られているというような困りごともあります。そういった人たちのように長期で生活していくうえで困っていること、改善し

ていくべきことがあると思います。世代によって将来への不安は異なり、各々で大変ですよね。発症が早ければ早いほど、長期で不安を抱えます。自分がそういった経験があるので、それを良くしたいと考えており、JOA沖縄県支部での活動にも注力しています。JOA沖縄県支部での活動は様々ですが、特に昨年からは給付券制度の改善に力を入れています。動いてもすぐに実現できないこともあります。多くの人に知ってもらって、知ってもら分母が大きくなれば、理解

者が増えていくと思います。昨年入会したので、活動は1年程度ですが、今年早速良い結果が出たところもあります。わたしの住んでいる地域でも大きな改善がありました。個人的には、給付を活用できる範囲で災害時のストーマケアセットを作りたいと思います。近い将来、関わる方々と連携し、沖縄に住むオストメイトの災害時の対応マニュアルを作りたいと思っています。そのためにはまず自分の災害用の物品を揃えていって、周りの人にもすすめていきたいと思っています。

使命感になっているきっかけの一つに「人生を楽しく生きよう!」という想い。

同じ境遇の方に会えて、お話できたら元気もらえるので交流会などでは対面で繋がれたらいいですね。対面の交流会に行くというのはハードルが高いですが、今JOAの交流会に来てくれる方は外や人前に出るという殻を破ってきて下さっているということですよね。多くのオストメイトは途中までは健常者として生きてきて、ストーマを受容しているのだと思います。時間を要することですが、それを乗り越えて、今度は他の人のために何かしようとなるんですよね、

きっと。私はそこまで来るのに20年近くかかりましたけど…。WOCナースの方も賛同してくれる方が増えてきています。育っている環境は異なるのですが、うまく病気と付き合っていく、今まで生きてきた過程で困っていること、改善すべきことがあると感じており、そういうのは当事者だからこそ理解できるのでそういった点を良くしていきたいと思っています。JOA沖縄県支部の活動以外でもWOCナースさんとも協働して勉強会を開いています。オストメイトが気軽に相

談できる体制やシステムを作りたいという想い、そういう活動もしています。使命感になっているきっかけの一つに中学・高校で出会ったクローン病の仲間分まで「人生を楽しく生きよう!」という想いがあります。クローン病が直接的な原因だとは思わないのですが、いろいろな困難があったと考えています。今は自分自身に関わるIBD中心に活動していますが、ゆくゆくは難病や障害全体に関わる問題を改善していく活動をしたいと思っています。

各お問合せ先はこちら

日本オストミー協会 沖縄県支部（代表）のサイト：<https://joa-net.org/branch/214.html>
メールや若いオストメイトの会等に関するお問合せ：ibdostomate1040@gmail.com

JOA沖縄県支部サイト



コロナ社会保険担当部門の活動をご紹介します！

前号では給付券情報を確認できる「オストメイトなび」アプリを紹介いたしました。今回も引き続き、給付券に関連する情報をみなさまに知っていただきたく、コロナ社会が行なっている社会保険担当部門の活動をお伝えしていきます。

コロナ社会には社会保険担当部門（名称：マーケットアクセス）がございます。

2018年に日本のストーマ装具メーカーの中で、先駆けて、社会保険に特化した活動を行う部門として設立されました。この6年間、コロナ社会デンマーク本社の同部門と協力して、日本オストミー協会（以下、JOA）を中心としたオストメイト、販売店や医療従事者と協働し社会保険制度の改善に取り組んでいます。

目的 ストーマをお持ちの方が快適に製品を使用いただくための保険制度や社会保険環境の確保

- 活動**
- ・現状把握のためのデータ収集とエビデンスの作成
 - ・オストメイト団体/個人の行政への要望訴求のサポート

- 活動事例**
- ① 給付基準額の変更のサポート
 - ② 給付対象品目の拡大のサポート
 - ③ JOAや医療従事者、NPO団体等が実施するオストメイト関連調査のサポート



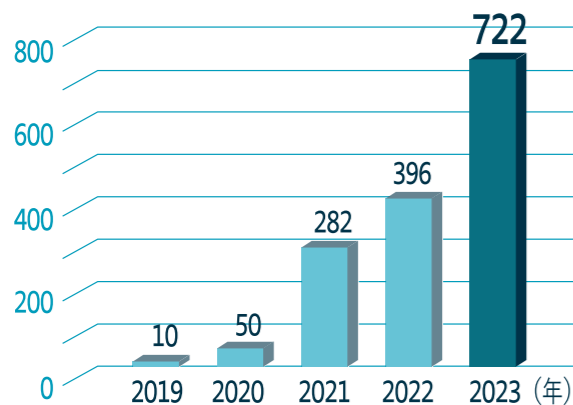
なぜコロナ社会はこのような活動に取り組んでいるのでしょうか？

…それはストーマ装具等の給付券制度の状況に変化が無く横ばい状態だからです。JOAの調査によると、約80%の市区町村で2007年から給付基準額の変更がありません。また、約20%の市区町村で装具以外のストーマ関連用品が給付対象外なのが現状です。

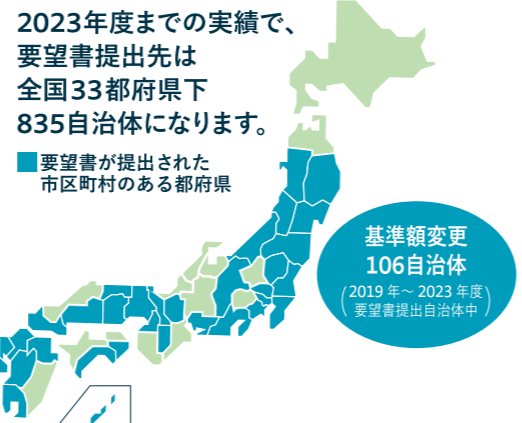
このような現状を打開すべく、JOAでは、各市区町村に対して熱心に働きかけを行っており、コロナ社会社会保険担当部門では、その活動を支援しています。

活動内容 JOA各支部の給付基準額変更に関する要望書の作成と提出をサポート 直近2023年度は32支部と協働して、全国722の地方自治体へ提出

要望書が提出された自治体数



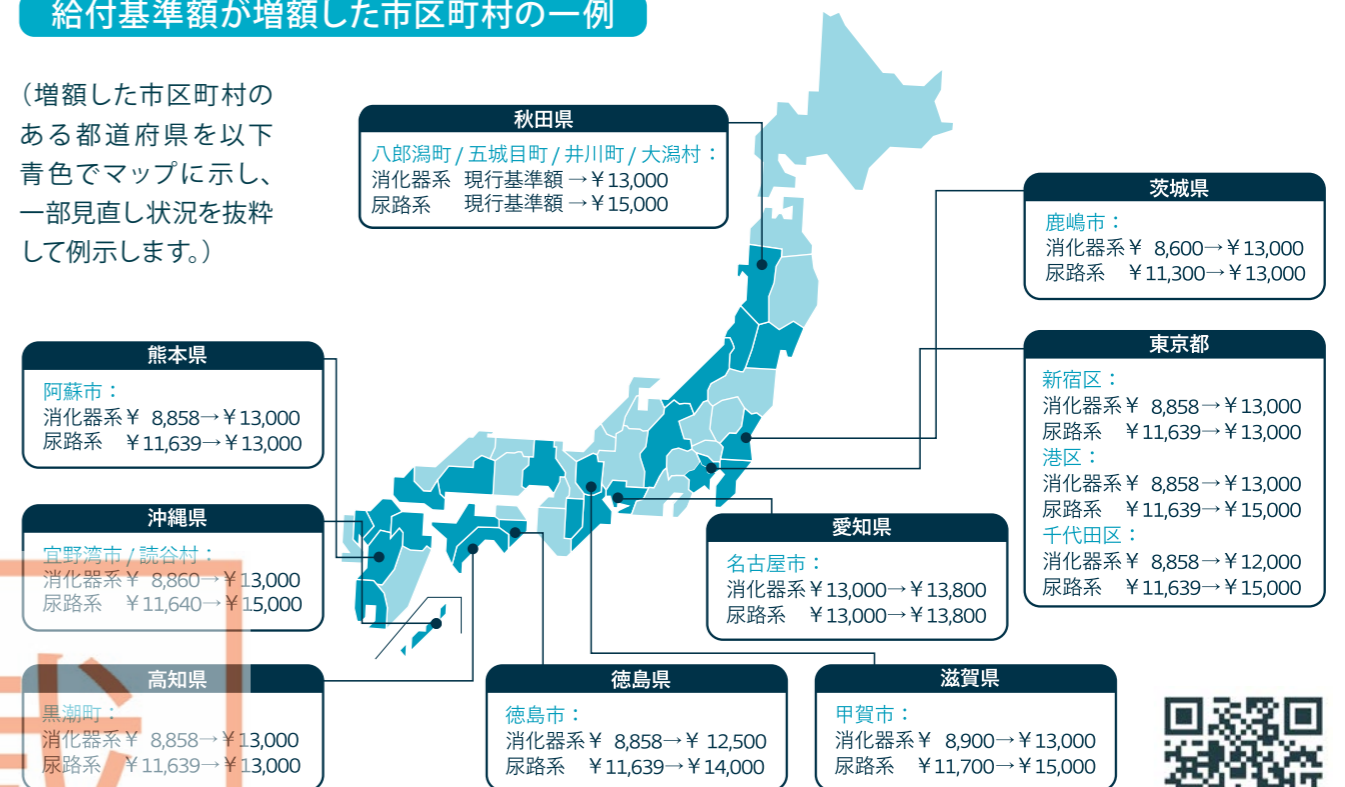
要望書が提出された自治体マップ



このJOAを中心とした要望活動は、各支部のみなさまのご努力に加えて、地域の販売店や医療従事者のみなさまからのサポートでより充実したものになってきています。実際、少しずつですが状況を理解し、給付基準額の見直しをしてくださる自治体も増えてきています。要望書の提出をきっかけに、増額された市区町村はこの3年間で106自治体です。給付券に関する最新情報は前号結人31号で紹介したオストメイトなびに掲載されておりますのでそちらをご確認ください。

給付基準額が増額した市区町村の一例

(増額した市区町村のある都道府県を以下青色でマップに示し、一部見直し状況を抜粋して例示します。)



募集！ぜひ給付券制度に関するみなさまのお声をお聞かせください。

給付券制度にまつわるお困りごとや給付基準額が増額になって変化したことがあれば右の二次元コードからアクセスして、お声をお聞かせください。

イベントレポート ENJOY YUAMI @小杉湯

7月26日(金)に東京・高円寺の銭湯施設 小杉湯にてオストメイトといっしょ！アット♡ストーマさん主催のENJOY YUAMI イベントが開催されました。このイベントでは銭湯や温泉で人の目を気にせずに入浴できる「湯あみ着」「湯あみバッグ」がお披露目されました。この「湯あみグッズ」はアット♡ストーマさん

の働きかけで日本を代表するセレクトショップ BEAMSさんによって開発された商品です。コロナ社会も開発の想いに賛同し、当初からプロジェクトに参画しております。イベント当日は20名超えの参加者が「湯あみグッズ」を体験されました。参加者からは「実物を見て、触れて、使用してみて、写真を見て想像して

いた物とは、かなり違ってました。デザイナーの説明や、製作話等も聞けたのも良かったです。」とお声も。「3年前にストーマを造設して、それからずっと大好きだった温泉や銭湯に入れなかったんです」と話されていた参加者は、銭湯から出てこられていたときには少しうるうさされている様子でした。



湯あみグッズに熱い想いを込め、商品の説明をする開発デザイナー 撮影 オストメイトといっしょ！アット♡ストーマ



湯あみバッグ 撮影 コロナ社会



湯あみ着 撮影 コロナ社会



イベントの報告の詳細はこちらから。



「湯あみグッズ」の開発秘話や購入サイトはこちらから。

本イベント、本プロジェクトの商品に関するお問合せ先：アット♡ストーマ銭湯&湯あみ着プロジェクト事務局 (atstoma.yuami@gmail.com)

オストメイト パラカヌー アスリート TAKAの挑戦を応援しよう!



夏のパリの大舞台に向けて、挑戦していたTAKAからコメントをもらいました。

「パリでの大舞台のため、5月に最終予選に出場しましたが今回も力及ばず出場権を獲得することができませんでした。しかしみなさまの熱い応援が力となり全力を尽くすことができました!ありがとうございました!新監督の指導のもと根本から漕法を見直して2年、カヌーへの理解を深めつつ確実な進化を遂げてきました。今回は仕上げることはできませんでしたが、まだ選手としても人としても学び成長できると確信しています!新たな目標として2026年の愛知・名古屋アジアパラ競技大会でのメダル獲得、更に2028年のロサンゼルスでの大舞台で集大成を示せるよう邁進する所存です!みなさまと喜びを分かち合えるまで共に前へ歩いていただけたら幸いです!」

TAKAを応援するクラウドファンディングはこちら!

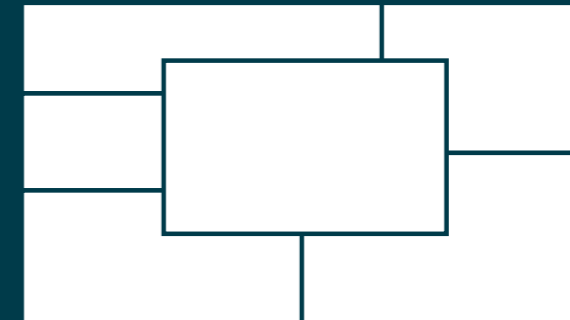


CiRCuSFan (サーカスファン)
<https://circus.fan/CLUB70261275>



転載 禁止

問題 ① 6つのマスの色分けするのに、最少の色数は?



問題 ② 花の名前が作れるように「入口」から「出口」へ進みましょう

花の名前が作れるように、「入口」から「出口」まで、マス縦・横に進んでください。(斜めには進めません) できた花は何でしょうか。

① 入口 →

ス	ズ	カ	モ
イ	ー	ト	ラ
セ	ン	ピ	ー

出口 →

② 入口 →

カ	ミ	カ	ゼ
ー	ネ	ー	イ
ブ	ズ	シ	ヨ
リ	ミ	ア	ン

出口 →

健幸華齡プログラム 脳トレ編

加齢とともに、記憶力や計画力、複数のことを同時に実行する機能は落ちると言われています。今回は「脳トレ編」として、田中名誉教授が監修された「脳カトレーニングドリル」の問題の一部をご紹介します。認知機能の低下を抑制する効果が期待できますので、是非積極的に実践してみましょう。



認知機能の低下が原因で起こる交通事故も増えています。認知機能の保持には頭を使うゲームの他に、運動や料理のように複数のことを同時に、安全に行う作業、仲間との楽しい食事、そして人とよく接することも重要です。このドリルだけでなく、運動や料理も是非実践してみてください。

田中喜代次 筑波大学名誉教授・株式会社THF代表、アメリカスポーツ医学会 フェロー。有患者の元気長寿・介護予防に関わる実践的研究、オーダーメイド減量支援プログラムの開発などに従事し、講演や著書など多数。

問題 ③ ぶどう算をしましょう

隣り合った2つの数を足して、一の位の数だけを書き入れていきます。それを続けていくと、最後はいくつになるでしょう。

